



OPTIMALISASI PERAN KADER LAKTASI BERBASIS TRAINING KELAS ASI UPAYA PENINGKATAN KESEHATAN OTAK IBU DAN BAYI

Junengsih¹, Juli Oktalia², Elly Dwi Wahyuni³ dan Ani Kusumastuti⁴

¹²³⁴Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Jakarta 3

E-mail¹: junengsihpoltek3jkt@gmail.com

Abstract

This community service program aims to enhance the capacity of lactation cadres through Training Kelas ASI as a promotive and preventive effort to support maternal and infant brain health. The training was conducted using participatory and interactive methods, covering topics such as the benefits of breastfeeding for brain development, proper breastfeeding techniques, and maternal nutrition. The target participants were posyandu cadres and breastfeeding mothers in six subdistricts under the Puskesmas service area. The results showed improved knowledge and skills among cadres in delivering breastfeeding education, as well as increased maternal motivation in breastfeeding and postpartum exercise. Support from health workers, families, and social networks contributed to the program's success. This activity demonstrates that cadre-based breastfeeding training is effective in improving the quality of lactation education and promoting holistic brain health for mothers and infants. Keywords: term, term, term, term

Keywords: lactation cadre, breastfeeding class, brain health, breastfeeding mother, infant

Abstrak

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kapasitas kader laktasi melalui pelatihan Training Kelas ASI sebagai upaya promotif dan preventif dalam mendukung kesehatan otak ibu dan bayi. Pelatihan dilaksanakan secara partisipatif dan interaktif, mencakup materi tentang manfaat ASI terhadap perkembangan otak bayi, teknik menyusui yang benar, serta nutrisi ibu menyusui. Sasaran kegiatan adalah kader posyandu dan ibu menyusui di enam kelurahan wilayah kerja Puskesmas. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam memberikan edukasi ASI, serta meningkatnya motivasi ibu dalam menyusui dan melakukan senam nifas. Dukungan tenaga kesehatan, keluarga, dan lingkungan sosial turut memperkuat keberhasilan program. Kegiatan ini membuktikan bahwa pelatihan kader laktasi berbasis Kelas ASI efektif dalam meningkatkan kualitas edukasi menyusui dan mendukung kesehatan otak ibu dan bayi secara holistik.

Kata kunci: kader laktasi, kelas ASI, kesehatan otak, ibu menyusui, bayi

Pendahuluan

Menyusui secara eksklusif masih menjadi tantangan signifikan bagi para ibu dalam mendukung kesehatan, pertumbuhan, dan perkembangan bayi. Pemberian ASI eksklusif terbukti mampu mengurangi risiko penyakit dan angka kematian bayi dengan memperkuat sistem kekebalan tubuh mereka terhadap berbagai infeksi. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menganjurkan praktik ini dilakukan selama enam bulan penuh, namun di beberapa wilayah di Indonesia,



cakupan ASI eksklusif masih belum mencapai target yang ditetapkan sebesar 80% (Journal, 2022)

Data ASI eksklusif bayi kurang dari 6 bulan di tingkat dunia atau WHO selama periode 2014-2020 mencapai 44%. Asia Tenggara memiliki nilai persentase hampir sama dengan persentase dunia yaitu 45%, artinya keberhasilan ASI eksklusif masih di bawah 50% dari populasi menurut data UNICEF 2021. Pada Tahun 2023, Cakupan ASI Eksklusif di Indonesia menunjukkan peningkatan menjadi 73,97% dibandingkan dengan Cakupan ASI Eksklusif tahun 2022 yakni, 72,04%. Angka tersebut masih belum mencapai target nasional sebesar 80%.

Hal yang sama dikuatkan dari laman WHO menuangkan laporan Cakupan ASI Eksklusif Indonesia pada 2022 tercatat hanya 67,96%, turun dari 69,7% dari 2021, menandakan perlunya dukungan lebih intensif agar cakupan ini bisa meningkat. Data profil kesehatan di Indonesia tahun 2018 menunjukkan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif di Indonesia sebesar 68,74%. Pada tahun 2019 dan tahun 2020, jangkauan pemberian ASI eksklusif mengalami penurunan sebesar 67,74% dan 66,1%. Tidak jauh berbeda dengan data laporan rutin Direktorat Gizi Masyarakat tahun 2021 per-tanggal 4 Februari 2022, diketahui bahwa dari 1.845.367 bayi usia mendapat ASI eksklusif sebesar 69,7%. Mengingat angka ini belum mencapai target Kemenkes yaitu 80% (Kemenkes RI, 2018)

Laporan Cakupan ASI eksklusif pada 3 tahun terakhir pada Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo masih rendah bila dibandingkan dengan target Kementerian Kesehatan RI yaitu kurang dari 80% (*Faktor-Faktor Berhubungan Dengan Perilaku Pemberian Asi Eksklusif Di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo Jakarta Timur Tahun 2017*, n.d.). Pemberian ASI yang optimal diharapkan mampu mencegah stunting. Akan tetapi kenyataannya kesadaran masyarakat dalam memberikan ASI belum optimal

Kelurahan Baru merupakan bagian dari Kecamatan Pasar Rebo, Jakarta Timur. Secara geografis, Kelurahan ini cukup strategis karena berbatasan dengan beberapa wilayah padat penduduk dan memiliki akses yang relatif mudah. Lokasinya yang berada di pinggir Jakarta memungkinkan adanya percampuran antara karakteristik perkotaan dan sedikit sentuhan pedesaan, meskipun dominan perkotaan. Potensi utama di wilayah ini adalah tingginya populasi ibu hamil dan menyusui. Selain itu, keberadaan puskesmas dan posyandu yang sudah aktif menjadi modal sosial yang kuat untuk pelaksanaan program. Kelurahan Baru juga memiliki berbagai komunitas lokal dan organisasi kemasyarakatan yang dapat diajak berkolaborasi.

Terdapat beberapa permasalahan mendesak terkait kesehatan ibu dan anak di Kelurahan Baru antara lain Kurangnya Pengetahuan Laktasi: Banyak ibu baru, terutama dari kalangan muda, yang masih memiliki pemahaman minim tentang teknik menyusui yang benar, manfaat ASI eksklusif, dan penanganan masalah laktasi. Hal ini sering kali berujung pada pemberian susu formula dini. Persebaran Informasi yang Tidak Merata: Meskipun ada puskesmas dan posyandu, informasi tentang laktasi tidak tersebar secara

Melihat pentingnya peran ASI dalam mendukung perkembangan otak bayi dan kesejahteraan ibu, maka diperlukan upaya sistematis untuk meningkatkan kapasitas kader laktasi melalui pelatihan yang terstruktur. Salah satu pendekatan yang dapat dilakukan adalah melalui Training Kelas ASI, yaitu pelatihan berbasis



komunitas yang dirancang untuk meningkatkan kompetensi kader dalam memberikan edukasi dan pendampingan kepada ibu menyusui.

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mengoptimalkan peran kader laktasi melalui pelatihan Kelas ASI sebagai upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan kualitas kesehatan otak ibu dan bayi. Dengan peningkatan kapasitas kader, diharapkan terjadi peningkatan cakupan dan kualitas edukasi ASI di masyarakat, serta tercipta lingkungan yang mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Kelurahan Baru pada bulan April sd Oktober 2025 dengan pendekatan partisipatif dan edukatif melalui pelatihan Training Kelas ASI yang ditujukan untuk mengoptimalkan peran kader laktasi. Sasaran kegiatan adalah kader posyandu dan ibu menyusui dengan bayi usia 0–24 bulan yang berdomisili di Kelurahan Baru

Adapun tahapan meliputi :

1. Tahap Persiapan

- a. Koordinasi dengan pihak Puskesmas dan tokoh masyarakat setempat untuk menentukan lokasi, peserta, dan jadwal kegiatan.
- b. Survei awal / assagment awal dilakukan untuk mengidentifikasi kebutuhan pelatihan dan tingkat pengetahuan kader terkait ASI dan kesehatan otak ibu-bayi.
- c. Penyusunan modul pelatihan berbasis ilmiah yang mencakup:
- d. Manfaat ASI terhadap perkembangan otak bayi
- e. Teknik menyusui yang benar
- f. Nutrisi ibu menyusui dan pengaruhnya terhadap kesehatan otak
- g. Strategi komunikasi dan konseling laktasi

2. Advokasi dan FGD

3. Sosialisasi pentingnya kader laktasi

Hasil

Pelaksanaan Program Pengabdian kepada Masyarakat (Pengabmas) “OPTIMALISASI PERAN KADER LAKTASI BERBASIS TRAINING KELAS ASI UPAYA PENINGKATAN KESEHATAN OTAK IBU DAN BAYI” telah berlangsung pada dimulai dari bulan April sd Oktober 2025. Kegiatan dilaksanakan melalui tiga tahap utama, yaitu: perencanaan, pelaksanaan, serta monitoring dan evaluasi.

A. Tahap Persiapan

Pada tahap awal dilakukan identifikasi kebutuhan, pemetaan potensi lokal, dan perencanaan terintegrasi. Kegiatan meliputi:



1. Asesmen awal mengenai praktik pemberian ASI eksklusif, FGD terhadap Permasalahan yang dihadapi kader terkait ASI Eksklusif dan pendampingan ibu Menyusui di wilayahnya

Hasil :

Situasi di RW 09, Kelurahan Baru: Hasil wawancara dengan Ketua RW 09 dan Ketua Kader Posyandu pada Januari 2025 menunjukkan bahwa belum ada kelas ASI di wilayah tersebut. Dari 12 ibu menyusui, hanya 5-6 orang yang berhasil memberikan ASI eksklusif.

Hasil FGD (Fokus Group Discussion) dengan Kader dan Ibu Menyusui Berdasarkan wawancara dan FGD, didapatkan temuan kunci mengenai tantangan yang dihadapi:

- 1) Hambatan pada Ibu Menyusui: Ibu-ibu mengalami hambatan dalam memberikan ASI eksklusif karena kurangnya pengetahuan, kurangnya dukungan dari keluarga, dan status ibu bekerja.
- 2) Keterbatasan Pengetahuan Kader: Pemahaman kader mengenai manajemen laktasi yang benar masih kurang. Mereka membutuhkan bekal pengetahuan dan keterampilan yang memadai, termasuk tentang inisiasi menyusui dini (IMD), manfaat ASI, teknik menyusui, cara pemerah, dan perawatan payudara.
- 3) Kurangnya Kegiatan Pendukung: Belum adanya kelas ASI dan sedikitnya kegiatan yang mendukung pemberian ASI eksklusif.
- 4) Keterbatasan Teknologi: Belum adanya teknologi tepat guna (TTG) yang dapat digunakan oleh kader untuk mempermudah penyuluhan dan sosialisasi laktasi kepada masyarakat



Gambar 1 . Dokumen Pribadi TIM pengabmas Kegiatan Assegment awal

2. Advokasi dan indentifikasi dukungan stake holder (puskesmas, kelurahan, kader).

Tim pengusul melakukan serangkaian kegiatan advokasi dan koordinasi untuk memastikan program ini mendapatkan dukungan penuh dari berbagai pihak. Upaya ini difokuskan pada mendapatkan izin dan komitmen untuk pelaksanaan, keberlanjutan, serta partisipasi aktif dari para pemangku kepentingan.

- a) Proses Perizinan dan Advokasi:

Tujuan: Mendapatkan izin resmi dari Sudin Kesehatan Jakarta Timur, Kelurahan Baru, Puskesmas Pembantu (Pustu) Kelurahan Baru, dan RW 09.



Hasil:

Penerbitan Surat Izin: Sudinkes Jakarta Timur menerbitkan surat izin berjenjang yang diteruskan ke PKM Pasar Rebo dan Pustu Kelurahan Baru.

Disposisi Lurah: Lurah memberikan izin dengan disposisi kepada RW, Ketua Kader, dan Ketua RT. Komitmen Dukungan: Pemangku wilayah, termasuk RW dan kader, berkomitmen untuk mendukung kegiatan Kelas ASI.



Gambar 2. Advokasi dan Komitmen bersama dengan Kepala Puskesmas

b) Penggalian Informasi Kebutuhan dan Dukungan:

Tujuan: Menggali informasi mengenai kebutuhan pelatihan dan mengidentifikasi bentuk dukungan yang dapat diberikan oleh stakeholder.

Hasil:

Penyediaan Data: Pemangku wilayah menyediakan data pendukung, baik kuantitatif maupun kualitatif, yang sangat membantu dalam perencanaan program.

Sarana dan Prasarana: Tim pengusul mendapatkan dukungan berupa peminjaman fasilitas, seperti aula untuk kegiatan dan sistem suara (sound system).

Seleksi dan Pengerahan Peserta: Pemangku wilayah membantu menyeleksi dan mengerahkan peserta pelatihan, yaitu para kader laktasi.

c) Partisipasi Mitra dan Keberlanjutan Program

Dukungan dari para pemangku kepentingan sangat vital untuk kelancaran program. Mereka berpartisipasi aktif dalam setiap tahapan, mulai dari perencanaan hingga evaluasi.

Hal ini sejalan dengan metode Participatory Rural Appraisal (PRA) yang menekankan keterlibatan masyarakat dalam setiap langkah program.

-Puskesmas dan Kelurahan: Berkolaborasi dalam evaluasi dan rencana tindak lanjut (RTL) untuk menjamin keberlangsungan program setelah kegiatan pengabmas selesai.

-Dukungan ini memastikan adanya keberlanjutan program di lapangan, termasuk pembentukan kelas ASI dan kader laktasi di wilayah tersebut.

-Kader: Partisipasi kader menjadi kunci utama. Mereka terlibat dalam pelatihan, simulasi, dan pendampingan di Posyandu, sehingga dapat



menjadi agen perubahan yang efektif dalam meningkatkan praktik pemberian ASI.

- Masyarakat: Keberpihakan program kepada kelompok berisiko, seperti ibu menyusui, ibu hamil, dan balita, menempatkan mereka sebagai penerima manfaat utama. Partisipasi mereka memastikan bahwa solusi yang ditawarkan benar-benar sesuai dengan kebutuhan yang mendesak di masyarakat.
 - Secara keseluruhan, advokasi dan identifikasi dukungan dari Puskesmas, Kelurahan, dan kader berjalan dengan sangat baik. Ini merupakan fondasi penting yang menjamin bahwa program tidak hanya sukses selama masa implementasi, tetapi juga berkelanjutan dalam jangka panjang untuk meningkatkan cakupan ASI eksklusif di wilayah RW 09.
- d) Rapat koordinasi teknis pada awal minggu 1 Juli 2025 yang menghasilkan finalisasi modul pelatihan, materi edukasi, lembar pengamatan menyusui

B. Tahap Pelaksanaan (Juli sd September 2025)

1. Sosialisasi Penting nya Peran Kader Laktasi

- Peserta : 15 kader dan 15 Pemangku Wilayah
- Materi : Peran Kader untuk Keberhasilan Menyusui , Pelibatan Suami, Keluarga terhadap keberhasilan menyusui
- Lokasi : Kediaman Bapak Ketua RT 09 RW 09
- Hasil terjadi peningkatan pengetahuan peserta , dibuktikan dengan perbedaan skor pre test dan Post Test



Gambar 3. Kordinasi dan sosialisasi Pentingnya Dukungan Kader untuk berhasil menyusui (dokumen pribadi)

Hasil dan Dampak Sosialisasi

- a) Peningkatan Pengetahuan dan Kepercayaan Diri: Para kader mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang manajemen laktasi yang benar. Mereka merasa lebih siap dan percaya diri untuk mendampingi ibu menyusui dan memberikan edukasi yang tepat.
- b) Identifikasi Dukungan dan Kebutuhan: Sosialisasi ini juga berfungsi untuk mengidentifikasi kebutuhan pendukung yang lebih besar, seperti adanya Kelas ASI, yang sebelumnya belum tersedia di RW 09.



- c) Penguatan Kolaborasi: Kegiatan ini memperkuat kolaborasi antara tim pengusul dari Poltekkes Kemenkes Jakarta III, Puskesmas, Kelurahan, dan kader di RW 09. Adanya dukungan dari pemangku wilayah dan masyarakat menunjukkan komitmen kolektif untuk mendukung program ini.
- d) Fondasi untuk Pelatihan: Hasil sosialisasi menjadi fondasi kuat untuk pelaksanaan Training Kelas ASI selama empat hari, yang merupakan tahap berikutnya dari program ini.
- e) Secara keseluruhan, sosialisasi peran kader laktasi berhasil meningkatkan kesadaran akan pentingnya ASI eksklusif dan memberdayakan kader untuk menjadi pendukung utama dalam upaya pencegahan stunting dan peningkatan kesehatan masyarakat di RW 09

Tabel 1. Distribusi Tingkat Pengetahuan Kader dan pemangku wilayah Tentang Dukungan Keberhasilan Menyusui ASI Eksklusif

Tingkat Pengetahuan Kader dan Pemangku Wilayah tentang dukungan Kader terhadap keberhasilan menyusui	F	%
Nilai Pre Test	30	48,7 %
Nilai Post Test	30	89,74 %
Jumlah	30	100

Tabel 2. Distribusi Tingkat Pengetahuan rata rata Kader dan pemangku wilayah Tentang Dukungan keberhasilan Menyusui ASI Eksklusif

Variabel	Presentase (%)	%
Pengetahuan	77.55 %	Baik
Motivasi untuk upaya dukungan keberhasilan menyusui	68.26 %	Sedang

Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa pelatihan Kelas ASI secara signifikan mampu meningkatkan kapasitas kader laktasi dalam memberikan edukasi dan pendampingan kepada ibu menyusui. Hal ini tercermin dari peningkatan skor pengetahuan kader setelah mengikuti pelatihan serta meningkatnya kepercayaan diri mereka dalam menyampaikan informasi terkait manfaat ASI, teknik menyusui yang benar, dan pentingnya nutrisi ibu menyusui terhadap perkembangan otak bayi. (Virawati et al., 2024)

Hasil ini sejalan dengan penelitian (Ristanti et al., 2021) yang menyatakan bahwa edukasi dan dukungan dari tenaga kesehatan berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam mendampingi ibu menyusui. Pelatihan yang dilakukan dengan pendekatan partisipatif dan praktik



langsung terbukti efektif dalam membangun pemahaman dan keterampilan kader secara menyeluruh.

Dukungan dari suami, keluarga, dan lingkungan sosial juga menjadi faktor penting dalam keberhasilan program ini. Suami yang terlibat aktif dalam pengasuhan bayi dan pekerjaan rumah tangga memberikan ruang bagi ibu untuk fokus pada pemulihan pascapersalinan, termasuk dalam mengikuti senam nifas dan menyusui secara optimal. Temuan ini diperkuat oleh Saligheh, McNamara, dan Rooney (2016), yang menyatakan bahwa dukungan pasangan dan keluarga dapat meningkatkan partisipasi ibu dalam aktivitas fisik dan praktik menyusui. (Alyensi et al., 2021)

Kondisi kesehatan bayi yang baik selama masa pengamatan juga menjadi faktor pendukung keberhasilan program. Bayi yang sehat dan tidak menunjukkan tanda bahaya memberikan rasa aman bagi ibu untuk menjalani proses menyusui dan pemulihan fisik dengan lebih tenang. Hal ini sesuai dengan temuan Diane DiTomasso (2019), yang menyebutkan bahwa penurunan berat badan fisiologis pada bayi baru lahir merupakan hal yang normal dan akan kembali dalam waktu 10–14 hari. (Pertiwi et al., 2022)

Secara keseluruhan, kegiatan ini membuktikan bahwa pelatihan kader laktasi berbasis Kelas ASI merupakan strategi efektif dalam mendukung keberhasilan pemberian ASI dan peningkatan kesehatan otak ibu dan bayi. Keberhasilan program ini tidak hanya ditentukan oleh peningkatan kapasitas kader, tetapi juga oleh sinergi antara tenaga kesehatan, keluarga, dan lingkungan sosial dalam menciptakan ekosistem yang mendukung praktik menyusui yang optimal

Kesimpulan dan Saran

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan kapasitas kader laktasi melalui pelatihan Training Kelas ASI yang dirancang secara partisipatif dan aplikatif. Pelatihan ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam memberikan edukasi menyusui, khususnya terkait manfaat ASI terhadap perkembangan otak bayi dan kesehatan ibu pascapersalinan.

Dukungan dari tenaga kesehatan, keluarga, suami, serta lingkungan sosial menjadi faktor penting dalam mendorong keberhasilan pelaksanaan edukasi ASI dan senam nifas. Selain itu, kondisi kesehatan bayi yang baik turut memberikan kenyamanan psikologis bagi ibu untuk menjalani proses menyusui dan pemulihan fisik secara optimal.

Daftar Pustaka

Alyensi, F., Laila, A., & Aryani, Y. (2021). Pembinaan Danpelaksanaan Kelompok Pendukung Asi (Kp Asi) “Bintang Berpasang Sirih Adat” Melalui Kader Posyandu Dalam Pencegahan Stunting Di Rw 2 Kelurahan Sialang Sakti Wilayah Kerjapuskesmas Rejosari Kecamatan Tenayan Raya Pekanbaru. *EBIMA: Jurnal Edukasi Bidan Di Masyarakat*, 2(1), 13–16. <https://doi.org/10.36929/ebima.v2i1.417>



- Faktor-Faktor Berhubungan dengan Perilaku Pemberian Asi Eksklusif di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo Jakarta Timur Tahun 2017.* (n.d.). Retrieved September 1, 2025, from <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail?id=127750&lokasi=lokal>
- Journal, I. N. (2022). *FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI DALAM PEMBERIAN.* XIII(3), 7–14.
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Pertiwi, A. P., Mu'ti, A., & Buchori, M. (2022). Gambaran Pengetahuan ibu Tentang ASI Eksklusif dan Cara Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi Usia 0-6 Bulan di Puskesmas Segiri Samarinda. *Jurnal Kedokteran Mulawarman*, 9(3), 103–109.
- Ristanti, E. Y., Marsaoly, M., Asrar, M., & Hermanses, S. S. (2021). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader melalui Pelatihan Konseling Menyusui di Puskesmas Nania Kota Ambon. *Agrokreatif: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(2), 168–173. <https://doi.org/10.29244/agrokreatif.7.2.168-173>
- Virawati, D. I., Lidia Lushinta, & Ega Ersya Urnia. (2024). Pelatihan Motivator Kelompok Pendukung ASI (KP-ASI) di Desa Bukit Raya. *International Journal of Community Service Learning*, 7(4), 400–406. <https://doi.org/10.23887/ijcsl.v7i4.68444>