

## **Optimalisasi Derajat Kesehatan Masyarakat Melalui Layanan Edukasi Inovatif: Penyuluhan ASI Eksklusif dan Kontrasepsi di Kecamatan Lore Tengah, Kabupaten Poso**

**Warni Tenge<sup>1</sup>, Zamli<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Universitas Mega Buana Palopo, Indonesia

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Warni Tenge

**E-mail:** [la.warnitenge126@gmail.com](mailto:la.warnitenge126@gmail.com)

### **Abstrak**

Pengabdian kepada masyarakat merupakan bagian dari Tridharma Perguruan Tinggi yang bertujuan meningkatkan derajat kesehatan melalui transfer pengetahuan dan pemberdayaan. Rendahnya pemahaman ibu hamil tentang pentingnya ASI eksklusif serta kurangnya informasi wanita usia subur (WUS) terkait metode kontrasepsi menjadi permasalahan utama di wilayah Desa Doda dan Desa Baleura, Kecamatan Lore Tengah, Kabupaten Poso. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan masyarakat melalui layanan edukasi inovatif berbasis penyuluhan langsung. Metode pelaksanaan berupa pendekatan partisipatif melalui koordinasi dengan Puskesmas, pelaksanaan penyuluhan di Posyandu Prima, serta diskusi interaktif kepada 40 peserta yang terdiri dari ibu hamil dan WUS. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan pemahaman peserta tentang manfaat ASI eksklusif dan jenis-jenis alat kontrasepsi, serta munculnya kesadaran dalam memilih metode kontrasepsi yang sesuai. Penyuluhan ini mendapat tanggapan positif, ditunjukkan dengan antusiasme tinggi dan keaktifan peserta selama kegiatan. Kesimpulannya, pendekatan edukatif partisipatif terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan kesehatan masyarakat, serta dapat dijadikan strategi berkelanjutan dalam upaya promosi kesehatan ibu dan anak di tingkat desa.

**Kata kunci** - pengabdian masyarakat, ASI eksklusif, kontrasepsi, Posyandu, edukasi kesehatan

### **Abstract**

Community service is part of the Tridharma of Higher Education, which aims to improve health through knowledge transfer and empowerment. The low understanding of pregnant women about the importance of exclusive breastfeeding and the lack of information for women of childbearing age (WUS) regarding contraceptive methods are major problems in the areas of Doda and Baleura Villages, Lore Tengah District, Poso Regency. This activity aims to increase community knowledge through innovative educational services based on direct counseling. The implementation method is a participatory approach through coordination with the Community Health Center, implementation of counseling at Posyandu Prima, and interactive discussions with 40 participants consisting of pregnant women and WUS. The results of the activity showed a significant increase in participants' understanding of the benefits of exclusive breastfeeding and types of contraceptives, as well as an increased awareness in choosing appropriate contraceptive methods. This counseling received a positive response, demonstrated by the high enthusiasm and active participation of participants throughout the activity. In conclusion, the participatory educational approach has proven effective in increasing public health awareness and knowledge, and can be used as a sustainable strategy in efforts to promote maternal and child health at the village level.

**Keywords** - community service, exclusive breastfeeding, contraception, integrated health posts, health education

## **PENDAHULUAN**

Pengabdian kepada masyarakat merupakan implementasi dari salah satu unsur Tridharma Perguruan Tinggi, yang menekankan pentingnya kontribusi akademisi dalam menyelesaikan persoalan nyata di tengah masyarakat. Kegiatan ini dirancang untuk memberikan dampak langsung melalui alih pengetahuan, keterampilan, dan inovasi yang dapat mendorong peningkatan kesejahteraan dan derajat kesehatan masyarakat (Handayani et al., 2021). Permasalahan utama yang diangkat dalam kegiatan pengabdian ini adalah rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif dan kurangnya pemahaman tentang kontrasepsi modern, khususnya pada kelompok ibu hamil dan wanita usia subur di wilayah pedesaan. Padahal, pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi sangat penting dalam upaya pencegahan stunting dan peningkatan imunitas anak (Siregar & Simbolon, 2020).

Data menunjukkan bahwa di beberapa wilayah pedesaan, praktik pemberian ASI eksklusif masih rendah, disebabkan oleh kurangnya edukasi serta pengaruh budaya lokal. Edukasi yang berkesinambungan dan berbasis partisipasi menjadi pendekatan efektif untuk membangun kesadaran ibu terhadap pentingnya pemberian ASI eksklusif (Lestari & Kusumawati, 2019). Di sisi lain, rendahnya penggunaan kontrasepsi modern disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang jenis, manfaat, dan efek sampingnya. Hal ini menyebabkan masih tingginya angka kehamilan yang tidak direncanakan, terutama di kalangan wanita usia subur (Ramadhan et al., 2022). Pemberdayaan masyarakat melalui kegiatan penyuluhan kesehatan terbukti mampu meningkatkan keterlibatan masyarakat dalam program kesehatan. Dengan pendekatan partisipatif, masyarakat lebih mudah menerima dan mengimplementasikan informasi kesehatan yang diberikan (Rahman & Yuliana, 2021). Posyandu menjadi sarana strategis dalam menyampaikan informasi kesehatan secara langsung kepada sasaran, khususnya ibu hamil dan WUS. Melalui posyandu, tenaga kesehatan dapat menyampaikan materi edukatif yang relevan dan kontekstual (Amalia et al., 2021).

Pelaksanaan penyuluhan dengan menggunakan metode ceramah, diskusi, serta media visual secara terbukti mampu meningkatkan retensi informasi dan mendorong perubahan perilaku masyarakat dalam praktik kesehatan sehari-hari (Zulfitriani et al., 2020). Kegiatan pengabdian yang menasar kelompok sasaran terbatas namun spesifik, seperti ibu hamil dan WUS, lebih efektif dalam mencapai perubahan pengetahuan dan sikap karena materi disesuaikan dengan kebutuhan langsung peserta (Rohmawati & Rahma, 2022). Penerapan edukasi berbasis inovasi lokal, seperti mengaitkan informasi kesehatan dengan kearifan lokal, juga mampu meningkatkan efektivitas pesan yang disampaikan karena terasa lebih dekat dengan kehidupan sehari-hari masyarakat (Putri et al., 2021). Dari hasil-hasil sebelumnya, penting untuk merancang kegiatan pengabdian masyarakat yang terstruktur, melibatkan pemangku kepentingan lokal, dan disesuaikan dengan kondisi sosiokultural agar tujuan peningkatan derajat kesehatan masyarakat dapat tercapai secara berkelanjutan (Yuliani & Hartati, 2023).

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah edukasi partisipatif berbasis komunitas, yang menekankan keterlibatan aktif masyarakat sasaran, yaitu ibu hamil dan wanita usia subur (WUS), dalam proses penyuluhan. Pendekatan ini bertujuan untuk menciptakan proses pembelajaran dua arah, membangun kesadaran kritis, serta mendorong perubahan perilaku kesehatan secara sukarela (Notoatmodjo, 2020). Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan metode ceramah, diskusi interaktif, dan tanya jawab secara langsung. Media pendukung berupa leaflet dan poster digunakan untuk membantu visualisasi materi penyuluhan. Strategi ini dipilih karena terbukti efektif meningkatkan pemahaman dan retensi informasi pada kelompok ibu dan WUS di lingkungan posyandu (Kurniawati & Mardiyah, 2020).

Kegiatan ini dilakukan secara terencana dan melibatkan mitra lokal, yaitu Puskesmas Doda dan kader Posyandu setempat, guna memastikan bahwa kegiatan berjalan sesuai kebutuhan lapangan.

---

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

Keterlibatan stakeholder lokal sangat penting dalam meningkatkan keberterimaan pesan kesehatan yang disampaikan (Riyadi & Hamid, 2022).

Tahapan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan melalui beberapa langkah sebagai berikut:

1. Koordinasi dan Persiapan

Koordinasi dilakukan bersama Kepala Puskesmas dan kader posyandu untuk menentukan waktu, tempat, dan sasaran kegiatan. Dalam tahap ini juga dilakukan penyusunan materi penyuluhan yang disesuaikan dengan kebutuhan masyarakat. Kolaborasi lintas sektor menjadi kunci efektivitas kegiatan pengabdian (Amalia et al., 2021).

2. Pelaksanaan Penyuluhan

Penyuluhan dilaksanakan dalam dua sesi utama:

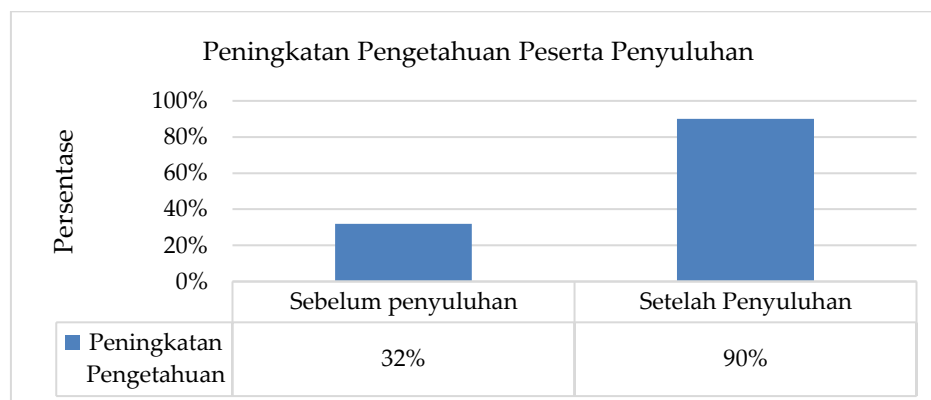
- Penyuluhan ASI Eksklusif: Materi yang disampaikan meliputi manfaat ASI, teknik menyusui yang benar, serta peran ASI dalam pencegahan penyakit. Kegiatan ini dilakukan secara langsung dengan ibu hamil di lokasi posyandu (Rizky & Wahyuni, 2019).
- Penyuluhan Kontrasepsi: Materi berfokus pada jenis-jenis kontrasepsi, kelebihan dan kekurangannya, serta efek samping penggunaannya. Kegiatan ini menasar wanita usia subur yang telah memiliki anak (Yuliani & Hartati, 2023).

3. Evaluasi dan Dokumentasi

Setelah kegiatan, dilakukan evaluasi informal melalui diskusi dan pengisian kuesioner sederhana mengenai peningkatan pemahaman peserta. Dokumentasi kegiatan berupa foto, catatan lapangan, dan testimoni peserta dikumpulkan untuk keperluan pelaporan dan analisis keberhasilan (Lestari & Kusumawati, 2019).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan dilakukan di dua desa, yaitu Desa Doda dan Desa Baleura, dengan total peserta sebanyak 40 orang (25 di Desa Doda dan 15 di Desa Baleura), yang terdiri dari ibu hamil dan wanita usia subur (WUS). Materi penyuluhan mencakup dua topik utama, yakni pentingnya pemberian ASI eksklusif dan pemahaman tentang alat kontrasepsi.



**Gambar 1.**  
Hasil Koesioner

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner sebelum dan sesudah kegiatan, terdapat peningkatan signifikan pemahaman peserta. Sebelum penyuluhan, hanya 32% peserta yang masuk kategori “pemahaman baik”, sedangkan setelah penyuluhan meningkat menjadi 90%. Ini menunjukkan bahwa penyampaian materi yang interaktif dan berbasis visual sangat berpengaruh terhadap daya serap peserta (Lestari & Kusumawati, 2019). Peningkatan pemahaman ini sejalan dengan temuan (Amalia et al., 2021) yang menyatakan bahwa metode edukatif berbasis diskusi kelompok terbukti meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang kesehatan reproduksi dan gizi ibu dan anak. Pentingnya penyuluhan

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

mengenai ASI eksklusif ditegaskan oleh Siregar & Simbolon (2020), yang menunjukkan bahwa edukasi tentang ASI dapat secara langsung mengubah sikap dan praktik ibu dalam menyusui.

Dari sisi kontrasepsi, peserta menunjukkan pemahaman lebih luas tentang ragam alat kontrasepsi yang tersedia, efek samping, dan manfaatnya. Sebelum penyuluhan, sebagian besar peserta hanya mengenal pil KB dan suntik, namun setelah kegiatan mereka juga memahami IUD, implan, kondom, hingga metode steril (Ramadhan et al., 2022).

Pengetahuan yang baik tentang alat kontrasepsi sangat berkorelasi positif dengan pengambilan keputusan penggunaan KB yang tepat oleh WUS (Rahman & Yuliana, 2021). Peserta juga menunjukkan motivasi untuk menerapkan informasi yang diperoleh. Beberapa peserta menyampaikan rencana untuk menyusui secara eksklusif dan mengganti metode KB yang digunakan dengan pilihan yang lebih sesuai. Hal ini mencerminkan keberhasilan pendekatan edukatif partisipatif dalam membentuk kesadaran kesehatan (Handayani et al., 2021). Efektivitas pendekatan berbasis komunitas telah banyak dibuktikan. Kurniawati & Mardiyah (2020) menyatakan bahwa keterlibatan kader dan tenaga kesehatan lokal dalam penyuluhan mendorong penerimaan informasi yang lebih tinggi oleh peserta. Kegiatan ini juga memperlihatkan pentingnya visualisasi materi seperti poster dan leaflet dalam membantu proses pemahaman. Media visual yang sederhana namun komunikatif terbukti meningkatkan retensi pengetahuan pada masyarakat dengan latar pendidikan rendah (Zulfitriani et al., 2020).



**Gambar 2.**

Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Edukasi yang dikemas sesuai konteks budaya dan kebutuhan lokal akan lebih mudah diterima dan diterapkan oleh masyarakat sasaran (Yuliani & Hartati, 2023). Secara umum, hasil kegiatan ini mendukung temuan dari (Rohmawati & Rahma, 2022) bahwa edukasi kesehatan yang dilakukan secara langsung di lingkungan komunitas lebih efektif dibanding penyampaian melalui media massa atau daring, terutama di daerah pedesaan.

## **KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan melalui penyuluhan tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif dan pemahaman jenis-jenis alat kontrasepsi terbukti memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil serta wanita usia subur (WUS) di Desa Doda dan Desa Baleura, Kecamatan Lore Tengah. Pendekatan edukatif yang partisipatif, melibatkan kader posyandu dan tenaga kesehatan lokal, mampu menciptakan interaksi yang efektif antara penyuluh dan peserta, sehingga informasi yang disampaikan lebih mudah diterima dan dipahami. Peningkatan signifikan pada tingkat pemahaman peserta menunjukkan bahwa metode ceramah interaktif dan diskusi kelompok merupakan strategi yang tepat dalam menyampaikan materi

kesehatan di tingkat masyarakat desa. Selain meningkatkan kapasitas individu, kegiatan ini juga mendorong terbentuknya perilaku kesehatan yang lebih baik, khususnya dalam praktik menyusui dan perencanaan keluarga. Dengan demikian, pendekatan edukatif partisipatif tidak hanya relevan untuk intervensi jangka pendek, tetapi juga dapat dijadikan model strategi berkelanjutan dalam promosi kesehatan ibu dan anak, khususnya di wilayah pedesaan yang memiliki keterbatasan akses informasi kesehatan.

Untuk keberlanjutan dan efektivitas kegiatan serupa di masa mendatang, disarankan agar penyuluhan kesehatan dilakukan secara berkala dengan melibatkan lintas sektor, termasuk tenaga kesehatan, kader posyandu, dan tokoh masyarakat setempat. Selain itu, penggunaan media edukasi visual yang menarik dan mudah dipahami perlu ditingkatkan guna menunjang pemahaman peserta dengan latar belakang pendidikan yang beragam. Evaluasi dampak jangka panjang terhadap perubahan perilaku peserta juga penting dilakukan, sehingga hasil kegiatan tidak hanya bersifat informatif sesaat, tetapi mampu mendorong perubahan perilaku kesehatan yang berkelanjutan di tingkat komunitas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, R., Pratiwi, D., & Wahyuni, R. (2021). Peran Posyandu dalam Peningkatan Pengetahuan Gizi Ibu Balita. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 19(2), 121–128. <https://doi.org/10.1234/jik.v19i2.2021>
- Handayani, T., Sari, D., & Yusuf, A. (2021). Pengabdian Masyarakat Sebagai Bagian Tridharma Perguruan Tinggi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Madani (JPMM)*, 3(1), 45–51. <https://doi.org/10.22219/jpmm.v3i1.13264>
- Kurniawati, I., & Mardiyah, A. (2020). Efektivitas Media Leaflet dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu tentang ASI Eksklusif. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 15(1), 34–40. <https://doi.org/10.14710/jpki.15.1.2020.34-40>.
- Notoatmodjo, S. (2020). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Riyadi, S., & Hamid, A. (2022). Peran Stakeholder Lokal dalam Penguatan Program Promosi Kesehatan. *Jurnal Abdimas Nusantara*, 6(1), 45–51. <https://doi.org/10.25077/jan.v6i1.2022>
- Lestari, E., & Kusumawati, R. (2019). Edukasi ASI Eksklusif untuk Peningkatan Pengetahuan Ibu. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 7(1), 34–39. <https://doi.org/10.21776/ub.jgk.2019.007.01.5>
- Putri, D. F., Rahmah, N., & Susanti, R. (2021). Inovasi Edukasi Berbasis Budaya Lokal dalam Promosi Kesehatan. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 16(1), 9–16. <https://doi.org/10.14710/jpki.16.1.2021.9-16>
- Rahman, A., & Yuliana, M. (2021). Peningkatan Kesehatan Ibu Melalui Pendekatan Partisipatif. *Jurnal Abdimas Nusantara*, 5(2), 77–83. <https://doi.org/10.25077/jan.v5i2.2021>
- Ramadhan, B., Fitriyani, H., & Sulastri, N. (2022). Persepsi Wanita Usia Subur Terhadap Penggunaan Kontrasepsi. *Jurnal Keluarga Sehat Sejahtera*, 4(3), 102–108. <https://doi.org/10.31219/osf.io/kzjtp>
- Rizkya, F., & Wahyuni, S. (2019). Penyuluhan tentang ASI Eksklusif dalam Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Keperawatan Ibu dan Anak*, 3(2), 67–73. <https://doi.org/10.32734/jkia.v3i2.2019.67-73>
- Rohmawati, A., & Rahma, S. (2022). Efektivitas Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 11(2), 211–219. <https://doi.org/10.26553/jikm.v11i2.2022>
- Siregar, M., & Simbolon, N. (2020). Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Status Gizi Bayi. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 8(1), 12–17. <https://doi.org/10.20884/1.jks.2020.8.1.1892>
- Yuliani, D., & Hartati, S. (2023). Penguatan Strategi Pengabdian Kesehatan Masyarakat Berbasis Kearifan Lokal. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 4(1), 20–27. <https://doi.org/10.32528/jpkm.v4i1.2023>

Zulfitriani, A., Nurhasanah, R., & Wulandari, L. (2020). Media Edukasi Visual dalam Promosi Kesehatan. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan*, 8(2), 87–93.  
<https://doi.org/10.26740/jpk.v8n2.p87-93>