

Penguatan Ekosistem Dukungan Menyusui melalui Edukasi Gizi dan Kesehatan pada Festival Menyusui Bareng, Yogyakarta

**Rizky Triutami Sukarno^{1*}, Azizah Nurlitasari Tambulana², Joko Murdiyanto¹,
Rahmi Sofya³, Leny Fitra Sari³**

¹ Fakultas Kedokteran, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Indonesia

² Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Indonesia

³ Asosiasi Ibu Menyusui Indonesia (AIMI), Yogyakarta, Indonesia)

Corresponding author: Rizky Triutami Sukarno, Fakultas Kedokteran, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Indonesia. Email: rizky.triutami@unisayogya.ac.id

Riwayat Artikel

Diterima: 27 Oktober 2025

Disetujui: 10 November 2025

Dipublikasi: 01 Desember 2025

Keywords

*exclusive breastfeeding;
lactation counseling; maternal
nutrition; child growth; primary
health care*

Abstract

This community service program was held on September 8, 2025, at Hall Baroroh, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, as part of the "Breastfeeding Together Festival" themed "Breastfeeding is a Journey, Let's Accompany Mothers." The activity was organized by the Faculty of Medicine, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta in collaboration with the Indonesian Breastfeeding Mothers Association (AIMI) DI Yogyakarta to strengthen the breastfeeding support ecosystem through integrated nutrition education and maternal-child health promotion. The program included education sessions on breastfeeding and nutrition with psychological support, interactive discussions, and basic health assessments conducted using a community-based participatory approach. Participants came from various community groups, including university members, health cadres, pregnant and breastfeeding mothers, and local families. Data from 20 participating mother-child pairs showed that most mothers and children were in good nutritional and health condition, supported by strong family involvement in breastfeeding. The activity emphasized the importance of family-centered education and early detection in maintaining maternal and child well-being. This program also encouraged ongoing collaboration between academia, AIMI DI Yogyakarta, and community organizations to sustain postpartum health education and strengthen community-based breastfeeding support in DI Yogyakarta.

PENDAHULUAN

Menyusui merupakan intervensi kesehatan masyarakat yang terbukti efektif dalam menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi, sekaligus memberikan manfaat jangka panjang bagi kesehatan ibu, termasuk perlindungan terhadap penyakit metabolik, kardiovaskular, dan beberapa jenis kanker (Countouris et al., 2016; Lewey et al., 2024). Selain itu, menyusui juga berperan dalam menurunkan risiko obesitas pada anak, terutama ketika disertai praktik menyusui eksklusif selama enam bulan pertama (Pérez-Escamilla, 2023; Shipp et al., 2024). World Health Organization (WHO) dan The United Nations Children's Fund (UNICEF) merekomendasikan pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, dilanjutkan dengan pemberian makanan pendamping bergizi sambil tetap menyusui hingga anak berusia dua tahun atau lebih (World Health Organization, 2025b). Rekomendasi ini didukung oleh bukti kuat bahwa menyusui eksklusif dapat menurunkan risiko

obesitas, hipertensi, dan diabetes tipe 2 di kemudian hari, serta memperkuat ikatan emosional ibu-anak (Rifat et al., 2025; Rollins et al., 2016; Sinha et al., 2015).

Secara global, capaian praktik menyusui masih jauh dari target. Global Breastfeeding Scorecard 2024 melaporkan hanya sekitar 48% bayi usia 0–5 bulan yang memperoleh ASI eksklusif, sementara target tahun 2030 ditetapkan sebesar 70% (World Health Organization, 2024). Hasil meta-analisis terbaru menunjukkan bahwa keberhasilan menyusui sangat dipengaruhi oleh faktor dukungan sosial, kondisi kesehatan ibu, dan status gizi selama kehamilan dan laktasi (Kalhor et al., 2025; Froň et al., 2025; Aldana-Parra et al., 2025). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2022 menunjukkan cakupan ASI eksklusif sebesar 67,96% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Walaupun angka ini relatif baik, masih terdapat kesenjangan antarwilayah yang dipengaruhi oleh perbedaan akses terhadap layanan kesehatan, ketersediaan konselor menyusui, serta dukungan lingkungan kerja yang ramah ibu. Studi nasional menunjukkan bahwa pendidikan ibu, dukungan pasangan, dan praktik persalinan di fasilitas kesehatan menjadi determinan penting keberhasilan menyusui (Yoto et al., 2025; Sabattina et al., 2024). Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY), capaian ASI eksklusif dilaporkan tinggi dan relatif stabil, yaitu 84,2% pada tahun 2022, meningkat menjadi 86,5% pada 2023, dan 85,7% pada 2024. Angka tersebut menunjukkan bahwa ekosistem dukungan menyusui di tingkat provinsi telah terbentuk dengan baik. Kabupaten Sleman termasuk salah satu wilayah dengan capaian tertinggi di DIY dan kerap menjadi rujukan praktik baik. Namun, laporan lapangan masih memperlihatkan variasi antarwilayah dan antar-fasilitas kesehatan, di mana sebagian puskesmas dan kelurahan belum mencapai tingkat cakupan setara dengan rerata kabupaten atau provinsi. Kondisi ini menegaskan perlunya penguatan dukungan lintas level dan integrasi kegiatan edukasi serta skrining di tingkat komunitas agar keberhasilan menyusui dapat merata dan berkelanjutan di seluruh wilayah (Nurokhmah et al., 2022).

Tema Pekan Menyusui Dunia 2025, “*Prioritise Breastfeeding: Create Sustainable Support Systems*,” menegaskan pentingnya kolaborasi lintas sektor dan sistem berkelanjutan untuk memperkuat praktik menyusui dari hulu ke hilir (World Health Organization, 2025a). Komitmen tersebut sejalan dengan kebijakan nasional, antara lain Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian ASI Eksklusif dan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 15 Tahun 2013 tentang Tata Cara Penyediaan Fasilitas Khusus Menyusui dan/atau Memerah ASI, yang menjadi dasar penting bagi penguatan layanan ramah ibu dan bayi (Peraturan Pemerintah Republik Indonesia, 2012; Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2013). Dukungan terhadap praktik menyusui di DIY ditopang oleh berbagai pemangku kepentingan. Asosiasi Ibu Menyusui Indonesia (AIMI) DI Yogyakarta berperan dalam pendampingan konselor dan penyediaan edukasi berbasis komunitas, sedangkan Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman memperkuat layanan promotif dan preventif melalui puskesmas. Di sisi lain, Pimpinan Ranting ‘Aisyiyah (PRA) berkontribusi melalui promosi kesehatan keluarga dan pemberdayaan kader perempuan. Kolaborasi lintas sektor tersebut menjadi fondasi penting dalam menciptakan ekosistem dukungan yang berkelanjutan bagi ibu menyusui di tingkat komunitas.

Dalam konteks tersebut, Fakultas Kedokteran Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta (FK UNISA) berkolaborasi dengan AIMI DI Yogyakarta menyelenggarakan kegiatan pengabdian masyarakat bertajuk “Penguatan Ekosistem Dukungan Menyusui melalui Edukasi Gizi dan Kesehatan pada Festival Menyusui Bareng”, sebagai bagian dari peringatan Pekan Menyusui Dunia 2025. Kegiatan ini bertujuan untuk memperkuat dukungan keluarga dan komunitas

terhadap praktik menyusui melalui edukasi gizi dan kesehatan, pemeriksaan kesehatan ibu dan anak, serta refleksi partisipatif mengenai tantangan dan strategi keberlanjutan menyusui di tingkat komunitas.

METODE

Rancangan Study dan Lokasi

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan *Community-Based Participatory Research* (CBPR), yaitu pendekatan partisipatif yang menempatkan masyarakat sebagai mitra aktif dalam setiap tahap kegiatan. Pendekatan ini mengacu pada prinsip metodologi pengabdian masyarakat yang menekankan kolaborasi antara akademisi, organisasi masyarakat, dan penerima manfaat (Hidayat, 2022). Program dilaksanakan sebagai bagian dari Festival Menyusui Bareng bertema “Menyusui adalah Perjalanan, Mari Temani Ibu”, yang diselenggarakan oleh Fakultas Kedokteran Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta bekerja sama dengan Asosiasi Ibu Menyusui Indonesia (AIMI) DI Yogyakarta dalam rangka peringatan Pekan Menyusui Dunia 2025.

Kegiatan mencakup edukasi gizi dan kesehatan bagi ibu menyusui, dukungan psikologis dan pemeriksaan kesehatan ibu dan anak. Edukasi dilakukan secara interaktif melalui penyampaian materi, diskusi, dan sesi tanya jawab mengenai kebutuhan gizi, praktik menyusui, serta peran keluarga dalam mendukung keberhasilan ASI eksklusif. Kegiatan juga dilengkapi dengan asesmen sederhana terhadap status kesehatan ibu dan anak, yang meliputi pengukuran tekanan darah, indeks massa tubuh (IMT), lingkaran lengan atas (LILA), berat badan, tinggi badan, dan lingkaran kepala anak. Pendekatan ini dirancang untuk memperkuat kapasitas ibu dan keluarga dalam menjaga kesehatan selama masa menyusui serta menumbuhkan ekosistem dukungan yang berkelanjutan di tingkat komunitas.

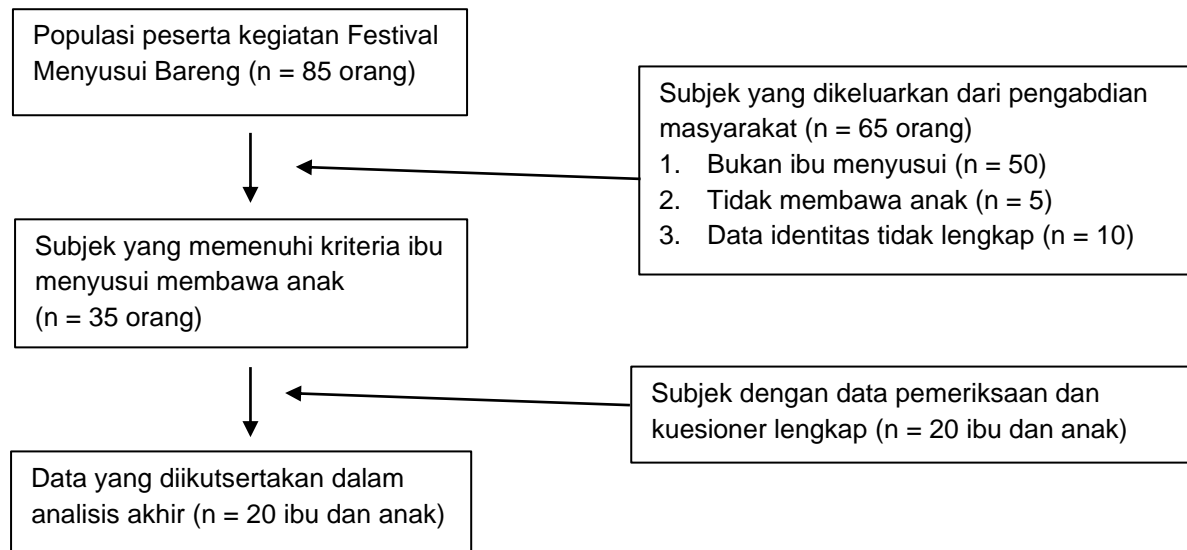
Populasi dan Subjek

Populasi kegiatan ini mencakup seluruh peserta Festival Menyusui Bareng tahun 2025 yang diselenggarakan oleh Fakultas Kedokteran Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta bekerja sama dengan Asosiasi Ibu Menyusui Indonesia (AIMI) Daerah Istimewa Yogyakarta. Peserta berasal dari beragam latar belakang, termasuk dosen dan mahasiswa UNISA, kader kesehatan dan kader ‘Aisyiyah, ibu hamil dan ibu menyusui, keluarga muda, serta komunitas pemerhati menyusui.

Peserta terdiri dari berbagai kalangan, termasuk dosen dan mahasiswa UNISA, kader kesehatan dan kader ‘Aisyiyah, ibu hamil dan ibu menyusui, keluarga muda, serta komunitas pemerhati menyusui. Secara sosiodemografis, peserta didominasi oleh ibu menyusui usia produktif (20–40 tahun) dengan tingkat pendidikan dasar hingga tinggi, serta mayoritas datang bersama anak mereka untuk memperoleh manfaat langsung dari kegiatan edukasi dan konseling yang diberikan.

Subjek kegiatan difokuskan pada ibu menyusui yang hadir bersama anaknya, karena kelompok ini memiliki relevansi langsung dengan tujuan kegiatan, yaitu memperkuat ekosistem dukungan menyusui berbasis komunitas. Pemilihan subjek dilakukan secara partisipatif dan terbuka, dengan prinsip kesediaan (*voluntary participation*) tanpa kriteria eksklusif yang ketat, karena kegiatan ini bersifat edukatif dan promotif. Pendekatan tersebut memungkinkan interaksi yang inklusif antara akademisi, tenaga kesehatan, dan masyarakat,

sekaligus memperkuat keterlibatan komunitas dalam mendukung praktik menyusui yang berkelanjutan.



Gambar 1. Populasi dan subjek pengabdian masyarakat

Variabel dan Instrumen

Variabel yang digunakan dalam kegiatan ini mencakup profil kesehatan ibu menyusui dan anak, serta karakteristik sosial yang berkaitan dengan praktik menyusui. Profil kesehatan ibu meliputi tekanan darah, indeks massa tubuh (IMT), lingkaran lengan atas (LILA), dan tanda anemia, sedangkan profil anak mencakup berat badan, tinggi atau panjang badan, lingkaran kepala, dan status gizi. Penilaian status gizi anak mengacu pada Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak, yang memuat tata cara pengukuran serta klasifikasi status gizi berdasarkan indeks BB/U, BB/TB, dan IMT/U. Selain itu, dikumpulkan data karakteristik ibu menyusui meliputi usia, pendidikan, pekerjaan, praktik menyusui, riwayat kehamilan, serta dukungan sosial keluarga. Butir pertanyaan disusun dengan mengadaptasi indikator praktik menyusui dan pemberian makan bayi-anak dari Petunjuk Teknis Pemantauan Praktik MP-ASI (Direktorat Gizi Kemenkes RI) serta modul perilaku pemberian ASI pada Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022.

Alat ukur antropometri yang digunakan berupa timbangan digital, pengukur tinggi badan, dan infantometer sesuai Keputusan Menteri Kesehatan RI Tahun 2022 tentang Standar Alat Antropometri dan Alat Deteksi Dini Perkembangan Anak. Formulir pemeriksaan dan kuesioner disusun dengan memperhatikan Pedoman Gizi Seimbang bagi Ibu Hamil dan Menyusui (Kemenkes RI) sebagai dasar materi edukasi yang digunakan dalam kegiatan. Seluruh instrumen telah ditelaah oleh tim Fakultas Kedokteran Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta dan konselor AIMI DI Yogyakarta untuk memastikan kesesuaian dengan konteks lapangan serta kemudahan penerapan dalam kegiatan pengabdian masyarakat.

Prosedur Pengabdian Masyarakat

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri atas empat tahapan utama yang dirancang secara partisipatif dan kolaboratif antara Fakultas Kedokteran Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta dan Asosiasi Ibu Menyusui Indonesia (AIMI) Daerah Istimewa Yogyakarta. Setiap

tahapan melibatkan unsur akademisi, kader kesehatan, dan peserta kegiatan sebagai mitra aktif dalam perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi.

1. Pemetaan dan perencanaan awal

Tahap ini diawali dengan koordinasi antara tim pengabdian Fakultas Kedokteran UNISA dan AIMI DI Yogyakarta untuk memetakan kebutuhan dukungan bagi ibu menyusui dan keluarga muda di wilayah Yogyakarta. Tim melakukan *needs assessment* sederhana melalui diskusi kelompok dengan perwakilan kader dan konselor menyusui untuk menentukan materi edukasi yang paling relevan, seperti gizi seimbang pada masa menyusui, porsi makan harian, hidrasi, manajemen stres, serta teknik menyusui yang benar. Pada tahap ini juga disusun jadwal kegiatan, pembagian tugas tim, serta persiapan alat dan instrumen seperti formulir pemeriksaan kesehatan, kuesioner karakteristik peserta, dan media edukasi berupa tayangan interaktif.

2. Pelaksanaan kegiatan

Kegiatan dilaksanakan pada 8 September 2025 di Hall Baroroh, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, dan berlangsung selama satu hari penuh. Kegiatan terdiri atas tiga komponen utama:

- a. Pemeriksaan kesehatan ibu dan anak, meliputi pengukuran tekanan darah, berat badan, tinggi badan, dan lingkar lengan atas (LILA) untuk ibu; serta berat badan, tinggi/panjang badan, dan lingkar kepala untuk anak. Pemeriksaan dilakukan oleh tenaga kesehatan dari Fakultas Kedokteran UNISA.
- b. Sesi edukasi gizi dan menyusui, disampaikan oleh narasumber ahli dari bidang kedokteran dan psikologi. Materi mencakup kebutuhan gizi seimbang selama menyusui, praktik menyusui yang benar, manajemen hidrasi, serta pentingnya dukungan keluarga bagi keberhasilan menyusui.
- c. Sesi dukungan psikologis dan berbagi pengalaman, di mana peserta diajak berdialog interaktif, berbagi cerita tantangan menyusui, serta mendapatkan penguatan motivasi dari narasumber ahli dalam hal ini psikolog dari Pusat Pembelajaran Keluarga DIY.

Untuk menilai efektivitas sesi edukasi, dilakukan evaluasi pengetahuan secara sederhana melalui pre-test dan post-test lisan dalam bentuk tanya jawab langsung dan kuis interaktif. Pertanyaan meliputi pemahaman tentang manfaat ASI eksklusif, kebutuhan gizi ibu menyusui, serta cara menjaga kesehatan selama masa menyusui. Hasil tanya jawab menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta terhadap konsep gizi seimbang dan dukungan keluarga terhadap praktik menyusui yang berkelanjutan.

3. Refleksi dan evaluasi kegiatan

Setelah sesi utama berakhir, dilakukan refleksi bersama peserta, kader, dan tim pelaksana. Peserta diminta menyampaikan kesan, manfaat yang dirasakan, serta saran untuk kegiatan serupa di masa mendatang. Tim mencatat masukan seperti perlunya pelatihan lanjutan bagi kader dan optimalisasi promosi kesehatan melalui media digital agar pesan edukasi menjangkau lebih luas. Hasil refleksi ini menjadi bahan untuk menyusun rekomendasi penguatan ekosistem dukungan menyusui berbasis komunitas.

4. Penyusunan laporan dan diseminasi hasil

Tahapan akhir mencakup penyusunan laporan kegiatan yang berisi dokumentasi, hasil pemeriksaan kesehatan, dan temuan utama dari edukasi. Hasil kegiatan kemudian

diseminasi melalui media internal Fakultas Kedokteran UNISA, jaringan AIMI DI Yogyakarta, serta media sosial untuk memperluas dampak edukatif bagi masyarakat. Selain itu, hasil evaluasi kegiatan juga digunakan sebagai dasar pengembangan modul edukasi digital singkat tentang gizi dan menyusui, yang dapat diakses oleh kader dan ibu menyusui secara mandiri untuk keberlanjutan program.

Analisis Data

Data dianalisis secara deskriptif menggunakan perangkat lunak Microsoft Excel 2021 untuk menampilkan distribusi frekuensi dan karakteristik responden. Analisis difokuskan pada ibu menyusui yang hadir bersama anaknya dan memiliki data pemeriksaan yang lengkap. Hasil analisis digunakan untuk menggambarkan profil kesehatan ibu dan anak serta menjadi dasar dalam penyusunan rekomendasi pemberdayaan ibu menyusui berbasis bukti, yang dapat diterapkan oleh AIMI DI Yogyakarta bersama mitra akademik secara berkelanjutan. Kegiatan ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Fakultas Kedokteran Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta (Nomor 4864/KEP-UNISA/X/2025). Persetujuan etik ini diberikan sebagai bentuk kepatuhan terhadap prinsip etika dan perlindungan data pribadi peserta, mengingat kegiatan melibatkan informasi kesehatan individu dalam konteks pelayanan masyarakat, bukan penelitian akademik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebanyak 20 pasangan ibu-anak berpartisipasi dalam kegiatan edukasi dan pemeriksaan kesehatan dalam program Festival Menyusui Bareng 2025 yang diselenggarakan oleh Fakultas Kedokteran Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta bekerja sama dengan AIMI Daerah Istimewa Yogyakarta. Seluruh peserta merupakan ibu menyusui aktif dengan anak berusia di bawah dua tahun. Mayoritas ibu berada pada usia produktif 25–35 tahun (85,0%) dan berstatus ibu rumah tangga (65,0%), dengan tingkat pendidikan relatif baik (35,0% lulusan SMA dan 35,0% sarjana), sebagaimana ditunjukkan pada Tabel 2. Komposisi ini menggambarkan potensi sosial yang baik untuk adopsi perilaku gizi sehat dan praktik menyusui yang berkelanjutan (Bezerra da Silva et al., 2024).

Hasil pemeriksaan kesehatan (Tabel 1) menunjukkan sebagian besar anak memiliki status gizi normal berdasarkan indeks BB/TB (80,0%), sedangkan 20,0% tergolong gemuk. Lingkar kepala anak sebagian besar normal (80,0%), sementara 15,0% sedikit kecil dan 5,0% mikrosefali. Tidak ditemukan anak dengan status gizi kurang. Hal ini menandakan kecukupan asupan gizi anak, namun juga menunjukkan potensi risiko *overnutrition* dini yang perlu diantisipasi melalui edukasi MP-ASI seimbang (Shipp et al., 2024; Aldana-Parra et al., 2025). Pada ibu menyusui, 65,0% memiliki status gizi lebih (40,0% overweight, 20,0% obesitas I, 5,0% obesitas II), dengan 15,0% memiliki tekanan darah tinggi derajat ringan–sedang. Hasil ini sejalan dengan temuan Countouris et al. (2016) dan Froń et al. (2025) yang menunjukkan adanya hubungan antara status gizi berlebih pascapersalinan dengan peningkatan risiko hipertensi dan disfungsi metabolik. Oleh karena itu, intervensi gizi seimbang dan pemantauan tekanan darah berkala penting dilakukan, terutama bagi ibu menyusui dengan IMT di atas normal (Rollins et al., 2016).

Tabel 1. Hasil pemeriksaan ibu dan anak

Variabel	n	%
Status Gizi Anak (BB/TB)		
Sangat Kurus (< -3 SD)	0	0
Kurus (-3 SD s.d. < -2 SD)	0	0
Normal (-2 SD s.d. $+2$ SD)	16	80,0
Gemuk ($> +2$ SD)	4	20,0
Lingkar Kepala Anak		
Mikrosefali (< -2 SD)	1	5,0
Sedikit Kecil (-1 SD s.d. -2 SD)	3	15,0
Normal (-2 SD s.d. $+2$ SD)	16	80,0
Makrosefali ($> +2$ SD)	0	0
Status Gizi Ibu (IMT)		
Kurus ($<18,5$)	0	0
Normal ($18,5$ – $24,9$)	5	25,0
Overweight ($25,0$ – $29,9$)	8	40,0
Obesitas I ($30,0$ – $34,9$)	4	20,0
Obesitas II (≥ 35)	3	15,0
Status LILA Ibu		
Risiko KEK ($<23,5$ cm)	0	0
Baik ($\geq 23,5$ cm)	20	100
Tekanan Darah Ibu		
Normal ($<130/85$ mmHg)	12	60,0
Pra-Hipertensi (130 – $139/85$ – 89 mmHg)	5	25,0
Hipertensi Derajat I (140 – $159/90$ – 99 mmHg)	2	10,0
Hipertensi Derajat II ($\geq 160/100$ mmHg)	1	5,0

Dari sisi sosial, 90,0% ibu mendapat dukungan pasangan dan 65,0% dukungan dari ibu kandung. Tingkat dukungan ini mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif, sebagaimana dibuktikan dalam penelitian Kalhor et al. (2025) dan Sinha et al. (2015), bahwa keterlibatan pasangan dan keluarga merupakan prediktor kuat keberhasilan menyusui jangka panjang. Konsep *family-centered breastfeeding support* yang dikembangkan dalam literatur terbukti efektif meningkatkan kepercayaan diri ibu dan menurunkan angka penghentian dini ASI (Nurokhmah et al., 2025; Ulya., 2023).

Sesi edukasi gizi dan menyusui yang dikemas secara interaktif melalui tanya jawab dan kuis singkat menunjukkan peningkatan pemahaman peserta terhadap topik posisi-pelekatan, tanda cukup ASI, kebutuhan cairan, serta dukungan menyusui yang berkelanjutan. Beberapa peserta juga menyampaikan komitmen untuk menerapkan pola makan lebih seimbang, mengurangi gula tambahan, serta meningkatkan aktivitas fisik ringan. Kegiatan ini memperkuat hasil penelitian sebelumnya bahwa edukasi berbasis komunitas efektif meningkatkan perilaku gizi sehat dan kesadaran kesehatan ibu menyusui (Rifat et al., 2025; Lewey et al., 2024; Pérez-Escamilla, 2023).

Tabel 2. Karakteristik Demografi Ibu Menyusui

Variabel	n	%
Usia Ibu (tahun)		
< 25 tahun	3	15,0
25–34 tahun	11	55,0
≥ 35 tahun	6	30,0
Pekerjaan Ibu		
Ibu Rumah Tangga	13	65,0
Karyawan Swasta/Honorar	3	15,0
Guru	1	5,0
Lainnya (tidak bekerja formal)	3	15,0
Pendidikan Terakhir		
SD–SMP	4	20,0
SMA/SMK	7	35,0
Diploma	2	10,0
S1	7	35,0
Dukungan Menyusui*		
Suami	18	90,0
Ibu kandung	13	65,0
Ayah kandung	4	20,0
Ibu mertua	6	30,0
Ayah mertua	5	25,0
Konselor menyusui	7	35,0
Teman/Komunitas	6	30,0
Anak/Tetangga	2	10,0
Riwayat Kehamilan/ Paritas		
Primipara (1 kali melahirkan)	13	65,0
Multipara (2–4 kali melahirkan)	6	30,0
Grandemultipara (≥5 kali melahirkan)	1	5,0
Riwayat Menyusui		
ASI eksklusif	18	90,0
Sebagian ASI + susu formula	2	10,0

Refleksi pasca-acara menegaskan perlunya tindak lanjut berupa pembentukan grup edukasi digital untuk menjembatani komunikasi konselor AIMI DIY, kader kesehatan, dan peserta; langkah ini sejalan dengan seruan untuk membangun sistem dukungan menyusui yang berkelanjutan dan berpusat pada keluarga (WHO, 2025a) serta kebutuhan nasional memperkuat praktik ASI eksklusif sesuai gambaran capaian Riskesdas 2022 (Kemenkes RI, 2022), dengan bukti lokal bahwa penguatan layanan dan pendampingan pascapersalinan berkontribusi pada peningkatan ASI eksklusif (Yoto et al., 2025).

Dampak langsung kegiatan ini meliputi peningkatan pengetahuan peserta tentang gizi seimbang selama menyusui, kesadaran akan pentingnya pemeriksaan tekanan darah dan IMT secara berkala, serta penguatan jejaring sosial ibu di komunitas. Sementara itu, dampak jangka menengah yang diharapkan adalah terbentuknya jejaring edukasi berkelanjutan antara AIMI DI Yogyakarta, kader kesehatan, dan Fakultas Kedokteran UNISA melalui pengembangan materi edukasi digital dan pelatihan kader pendamping ibu menyusui di

wilayah DI Yogyakarta. Kegiatan ini menegaskan bahwa edukasi gizi dan pemeriksaan sederhana dapat menjadi pintu masuk efektif untuk promosi kesehatan keluarga berbasis komunitas yang berkelanjutan.



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan Festival Menyusui Bareng

Keterbatasan kegiatan ini meliputi jumlah peserta yang masih terbatas, waktu pelaksanaan yang singkat, serta belum adanya pemantauan pasca-intervensi untuk mengukur perubahan perilaku jangka panjang. Oleh karena itu, pada tahap berikutnya disarankan pengembangan modul edukasi digital tentang gizi dan menyusui, pelaksanaan pemantauan rutin status gizi dan tekanan darah ibu menyusui, serta penguatan jejaring konselor menyusui berbasis komunitas. Upaya berkelanjutan ini diharapkan dapat memperkuat ekosistem dukungan menyusui yang berkelanjutan dan berorientasi pada peningkatan kesehatan ibu dan anak di Daerah Istimewa Yogyakarta.

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi gizi dan kesehatan bagi ibu menyusui ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu dan anak peserta berada dalam kondisi gizi dan kesehatan yang baik. Sebagian besar anak memiliki status gizi normal berdasarkan indeks BB/TB (80%), sedangkan 20%

tergolong berat badan berlebih. Seluruh ibu memiliki LILA $\geq 23,5$ cm yang menandakan tidak ada kekurangan energi kronis, meskipun 65% mengalami kelebihan berat badan atau obesitas dan 15% menunjukkan pra-hipertensi hingga hipertensi ringan. Dukungan keluarga terhadap praktik menyusui tergolong tinggi, terutama dari suami (90%) dan orang tua ibu (65%), dengan capaian ASI eksklusif mencapai 90%. Temuan ini menegaskan pentingnya pemantauan kesehatan ibu pascapersalinan, edukasi gizi, dan konseling menyusui yang terintegrasi dengan layanan kesehatan ibu–anak di tingkat primer.

Dampak kegiatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan peserta tentang gizi dan menyusui, tetapi juga memperkuat jejaring kolaborasi antara akademisi, pemerintah daerah, dan organisasi masyarakat seperti AIMI DI Yogyakarta. Kegiatan ini berkontribusi langsung terhadap capaian Tridarma Perguruan Tinggi, khususnya dalam bidang pengabdian berbasis riset, serta mendukung Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDG) ke-3 tentang Kehidupan Sehat dan Sejahtera dan SDG ke-5 tentang Kesetaraan Gender melalui pemberdayaan perempuan dalam menjaga kesehatan keluarga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Fakultas Kedokteran Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta atas dukungan pelaksanaan kegiatan ini dalam rangka Festival Menyusui Bareng 2025. Apresiasi juga disampaikan kepada Asosiasi Ibu Menyusui Indonesia (AIMI) Daerah Istimewa Yogyakarta atas kolaborasi dalam kegiatan edukasi dan pemeriksaan kesehatan ibu–anak. Ucapan terima kasih turut diberikan kepada seluruh peserta, kader kesehatan, dan tim mahasiswa yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini.

DAFTAR REFERENSI

- Aldana-Parra, F., et al. (2025). Effectiveness of a new breastfeeding counselling intervention: Maternal overweight as a risk factor for child obesity. *International Breastfeeding Journal*, 20(1), 43. <https://doi.org/10.1186/s13006-025-00703-x>
- Bezerra da Silva AL, Araújo Oliveira ER, Poton WL, dos Santos AS, Bubach S, Miotto MHMDB. Social determinants of health and exclusive breastfeeding: a longitudinal study. *Invest Educ Enferm*. 2024;42(3):e16. <https://10.17533/udea.iee.v42n3e16> PMID: PMC11625481
- Countouris, M. E., Schwarz, E. B., Rossiter, B. C., Althouse, A. D., Berlacher, K. L., Jeyabalan, A., & Catov, J. M. (2016). Effects of lactation on postpartum blood pressure among women with gestational hypertension and preeclampsia. *American Journal of Obstetrics & Gynecology*, 215(2), 241.e1–241.e8. <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2016.02.046>
- Froń, A., Tomecka, P., & Orczyk-Pawłowicz, M. (2025). Impact of Maternal Overweight and Obesity on Adipokines During Pregnancy and Lactation. *International Journal of Molecular Sciences*, 26(19), 9757. <https://doi.org/10.3390/ijms26199757>
- Hidayat, R. (2022). *Metodologi Pengabdian kepada Masyarakat: Teori dan Praktik*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. <https://repository.uinikt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/71356/1/Buku.pdf>
- Kalhor, M., Yazdkhasti, M., Simbar, M., Hajian, S., Kiani, Z., Khorsandi, B., Sattari, M., Ezadi, Z., Nazem, H., & Jafari, M. (2025). Predictors of exclusive breastfeeding: A systematic review and meta-analysis. *International Breastfeeding Journal*, 20(1), 52. <https://doi.org/10.1186/s13006-025-00744-2>

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2022: Indikator menyusui eksklusif. <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/ini/article/download/22996/pdf>
- Lewey, J., Beckie, T. M., Brown, H. L., Brown, S. D., Garovic, V. D., Khan, S. S., Miller, E. C., Sharma, G., & Mehta, L. S. (2024). Opportunities in the postpartum period to reduce cardiovascular disease risk after adverse pregnancy outcomes: A scientific statement from the American Heart Association. *Circulation*, 149(7). <https://doi.org/10.1161/CIR.0000000000001212>
- Nurokhmah, S., Rahmawaty, S., & Puspitasari, D. I. (2022). Determinants of optimal breastfeeding practices in Indonesia: Findings from the 2017 Indonesia Demographic Health Survey. *Journal of Preventive Medicine and Public Health*, 55(2), 182–192. <https://doi.org/10.3961/jpmph.21.448>
- Pérez-Escamilla, R. (2023). Breastfeeding and the obesity pandemic. *American Journal of Clinical Nutrition*. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqad893>
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 15 Tahun 2013 tentang Tata Cara Penyediaan Fasilitas Khusus Menyusui dan/atau Memerah ASI. <https://www.peraturan.go.id/files/bn441-2013.pdf>
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian ASI Eksklusif. <https://peraturan.bpk.go.id/Download/34987/PP%20Nomor%2033%20Tahun%202012.pdf>
- Rifat, M. A., Chakrabarty, M., Alam, S. S., Ali, M., Nasrin, S. S., Sarkar, P., Singh, A., & Saha, S. (2025). Effectiveness of interventions on early initiation of breastfeeding in South Asian countries: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *International Breastfeeding Journal*, 20(1), 43. <https://doi.org/10.1186/s13006-025-00736-2>
- Rollins, N. C., Bhandari, N., Hajeebhoy, N., Horton, S., Lutter, C. K., Martines, J. C., Piwoz, E. G., Richter, L. M., & Victora, C. G. (2016). Why invest, and what it will take to improve breastfeeding practices? *The Lancet*, 387(10017), 491–504. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(15\)01044-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)01044-2)
- Sabattina, L., Saadah, N., Sumaningsih, R., & Khasanah, U. (2024). Differences in growth and development of infants aged 6–12 months receiving and not receiving exclusive breastfeeding in Madiun, Indonesia. *International Journal of Advanced Health Science and Technology*, 4(4), 217–224. <https://doi.org/10.35882/ijahst.v4i4.361>
- Shipp, G. M., Wosu, A. C., Knapp, E. A., Sauder, K. A., Dabelea, D., Perng, W., Zhu, Y., Ferrara, A., Dunlop, A. L., Deoni, S., Gern, J., Porucznik, C., Aris, I. M., Karagas, M. R., Sathyanarayana, S., O'Connor, T. G., Carroll, K. N., Wright, R. J., Hockett, C. W., Johnson, C. C., ... Kerver, J. M. (2024). Maternal pre-pregnancy BMI, breastfeeding, and child BMI. *Pediatrics*, 153(1), e2023061466. <https://doi.org/10.1542/peds.2023-061466>
- Sinha, B., Chowdhury, R., Sankar, M. J., Martines, J., Taneja, S., Mazumder, S., Rollins, N., Bhandari, N., & Bahl, R. (2015). Interventions to improve breastfeeding outcomes: A systematic review and meta-analysis. *Acta Paediatrica*, 104(S467), 114–134. <https://doi.org/10.1111/apa.13127>
- Ulya, R. A. N. A. (2023). Dukungan sosial untuk mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja sebagai upaya pencegahan stunting di Indonesia. *Media Gizi Kesmas*, 12(1), 541–552. <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.541-552>

- World Health Organization. (2024). Mothers need more breastfeeding support during the critical newborn period. <https://www.who.int/indonesia/id/news/detail/01-08-2024-mothers-need-more-breastfeeding-support-during-critical-newborn-period>
- World Health Organization. (2025a). World Breastfeeding Week 2025: Prioritise breastfeeding—Create sustainable support systems. <https://www.who.int/indonesia/news/events/world-breastfeeding-week/2023>
- World Health Organization. (2025b). Breastfeeding. https://www.who.int/health-topics/breastfeeding#tab=tab_1
- Yoto, M., Laskono, A. D., Devy, S. R., Luthvatin, N., Nafikadini, I., Nandini, N., & Widianingtyas, N. H. (2025). Encouraging healthcare childbirth to increase exclusive breastfeeding: Evidence from Madurese, Indonesia. *Amerta Nutrition*, 9(1), 45–54. <https://doi.org/10.2473/amnt.v9i1.2025.45-54>