PENA ABDIMAS : Jurnal Pengabdian Masyarakat
Vol. 6 No. 2 Edisi Juli 2025 hal. 119 - 124
e- ISSN : 2722-2527
https://jurnal.unikal.ac.id/index.php/abdimas

PENINGKATAN PENGETAHUAN DENGAN METODE TERAPI KELOMPOK PADA IBU MENYUSUI DI RW 12 WONOREJO GONDANGREJO KARANGANYAR

Ernawati[1], Deny Eka Widyastuti [2], Tresia Umarianti [3], Dheny Rohmatika [4]
[1,2,3] Prodi Kebidanan Program Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi
[4] Prodi Kebidanan Program Diploma
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada Surakarta
Email : ernamamafadil@gmail.com

Disubmit : 22/07/25 | Diterima : 12/08/25 | Diterbitkan : 12/08/25

Abstract

Breastfeeding is a natural process that is not easy. Exclusive breastfeeding coverage is not free from problems that arise during the breastfeeding process, including the misconception that breast milk production is low or insufficient for the baby's needs. This condition is caused by several factors, including the mother's food and drink intake, the mother's psychological or emotional state, and abnormal breast shape. Group therapies to reduce depression include psychoeducational groups, support groups, and self-help groups. The objective was to determine the increase in knowledge through group therapy among breastfeeding mothers in RW 12 Wonorejo, Gondangrejo, Karanganyar. The method used emphasized material on increasing knowledge through group therapy. The results showed that breastfeeding mothers in RW 12 improved their understanding of group therapy and gained more experience with problems encountered by breastfeeding mothers. There was a 0.31% increase in knowledge through group therapy.
Keywords: Knowledge, breastfeeding, breast milk, postpartum mothers

ABSTRAK

Menyusui merupakan proses alami yang tidak mudah dilakukan. Cakupan ASI eksklusif tidak lepas dari permasalahan yang terjadi dalam proses menyusui diantaranya adalah adanya anggapan yang salah bahwa ASI yang keluar sedikit atau ASI tidak mencukupi kebutuhan bayi. Kondisi ini disebabkan oleh beberapa faktor antara lain makanan dan minuman yang dikonsumsi ibu, kondisi psikologis atau emosional ibu, bentuk payudara yang tidak normal. Terapi kelompok untuk mengurangi depresi antara lain kelompok psikoedukasi, kelompok suportif, dan self help group. Tujuannya adalah Mengetahui Peningkatan Pengetahuan Dengan Metode Terapi Kelompok Pada Ibu menyusui Di di RW 12 Wonorejo Gondangrejo Karanganyar. Metode yang digunakan memberikan penekanan materi tentang Peningkatan Pengetahuan Dengan Metode Terapi Kelompok Pada Ibu menyusui. Hasil penelitian adalah Ibu menyusui di RW 12 ada peningkatan Ibu menyusui lebih memahami terkait Dengan Metode Terapi Kelompok dan mendapatkan banyak pengalaman dari masalah masalah yang terjadi pada ibu menyusui ada Peningkatan Pengetahuan sebesar 0, 31dengan Metode Terapi Kelompok.

Kata Kunci: Pengetahuan, menyusui, ASI, ibu nifas

PENDAHULUAN

Pemberian ASI sebagai awal pentingnya hubungan responsif antara bayi dan ibu, serta dapat berpengaruh besar dalam mengurangi dampak buruk psikologis ibu dan bayi, karena ASI memperkuat proses pembentukan ikatan psikologis ibu dan anak (Awaliyah, Rachmawati, & Rahmah, 2019). Penelitian menemukan

PENA ABDIMAS : Jurnal Pengabdian Masyarakat is licensed under CC-BY-SA 4.0

bahwa bayi yang mendapat ASI mempunyai fungsi kognitif lebih tinggi daripada bayi yang diberi susu formula. Menyusui menciptakan rasa ikatan antara ibu dan bayi, rasa kesejahteraan, dan rasa peningkatan harga diri bagi perempuan (Galipeau, Baillot, Trottier, & Lemire, 2018a). Depresi postpartum terjadi karena ibu pasca melahirkan gagal menerima proses adaptasi psikologis yang diterimanya. Situasi seperti ini dapat berlangsung selama beberapa minggu atau beberapa bulan, dan terkadang ibu pasca melahirkan tidak menyadari jika yang sedang mereka alami merupakan suatu penyakit (Indriasari, 2017). Seorang wanita hamil biasanya mengalami perasaan ambivalen yaitu perasaan yang bersifat positif dan negative terhadap kehadiran bayi apalagi kehamilan itu merupakan kehamilan pertama bagi seorang wanita dalam kehidupannya. Tetapi, tidak jarang seorang ibu mengalami kecemasan, kerumitan tanggung jawab dan hal yang merepotkan lainnya pasca persalinan, terutama saat mengurus seorang bayi. Situasi ini dapat memicu ibu pascapersalinan mengalami depresi.

Menurut WHO gangguan depresi postpartum sebesar 20%, berada pada posisi keempat penyakit di dunia. Menurut Centers of Disease Control and Prevention (CDC) jumlah depresi postpartum di Amerika Serikat tahun 2004-2005 antara 11,7-20,4%. Kejadian ini dapat berkembang menjadi psikosis postpartum jika tidak mendapat penanganan yang baik (Nasri, 2017).

Periode waktu yang tepat untuk menyampaikan pesan – pesan praktik tentang menyusui atau ASI adalah ketika memeriksakan kehamilan sampai masa nifas. Terapi kelompok untuk mengurangi depresi antara lain kelompok psikoedukasi, kelompok suportif, dan self help group (Mosack, 2010). Upaya aplikasi membentuk kelompok atau self help group sebagai strategi untuk penanggulangan depresi postpartum pada ibu. Peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian Pemberian Terapi kelompok untuk peningkatan pengetahuan pada Ibu Menyusui.

Cakupan pemberian ASI eksklusif ternyata masih rendah. Menurut WHO, hanya 32,6% dari 136,7 juta bayi lahir diseluruh dunia yang diberi ASI eksklusif (Senghore *et.al*., 2018). World Health Assembly (WHA) menegaskan bahwa anak memliki has azasi berupa mendapatkan tumbuh kembang yang optimal. Seperti yang kita tahu bahwa sumber makanan utama anak segera setelah lahir yaitu ASI.

Pembentukan manusia berkualitas dimulai sejak bayi dalam kandungan disertai dengan pemberian ASI sejak dini, terutama pemberian ASI eksklusif (Roesli, 2012).

Dari studi pendahuluan yang dilakukan di PMB Mira Haryati didapatkan 8 orang ibu menyusui , 5 ibu menyusui cemas dan takut saat mau menyusui bayinya. Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik mengambil judul "Peningkatan Pengetahuan Dengan Metode Terapi Kelompok Pada Ibu menyusui Di di RW 12 Wonorejo Gondangrejo Karanganyar ".

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan metode kelompok melakukan demontrasi, diskusi/tanya jawab tentang Pendidikan kesehatan tentang pengetahuan ibu menyusui. Metode terapi kelompok dengan diskusi dan tanya jawab digunakan baik pada saat dilangsungkanya pendidikan kesehatan maupun pada akhir pendidikan kesehatan untuk mengetahui seberapa paham peserta terkait materi pendidikan kesehatan yang disampaikan dan fukus masalah pada ibu menyusui.

METODE PENDEKATAN

Metode pendekatan yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah pertemuan lintas sektoral pihak Wilayah RW 12 Wonorejo Gondangrejo Karanganyar.

Peningkatan pengetahuan ibu menyusui dengan terapi kelompok ini dilakukan dengan pemberian penjelasan, diskusi fokus masalah ibu menyusui yang dialami sampai dengan pemecahan masalah kasus yang dialami tentang menyusui yang dilakukan saat di awal dan di akhir sebagai evaluasi dari kegiatan diikuti oleh ibu menyusui di Wilayah tersebut. Undangan disampaikan pada whatsapp masing-masing ibu nifas.

PROSEDUR KEGIATAN

Prosedur kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu dimulai dengan penyusunan proposal pengabdian kepada masyarakat. Persiapan pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan mengumpulkan seluruh tim, melakukan apersepsi mengenai kegiatan yang akan disiapkan dan menyiapkan materi dan bahan untuk media pelaksanaan. Monitoring dan evaluasi dilakukan setelah kegiatan selesai yaitu dengan melakukan pertemuan kembali di wilayah Wilayah RW 12 Wonorejo Gondangrejo Karanganyar, Monitoring koordinator beserta tim anggota akan mengevaluasi kegiatan tersebut.

HASIL KEGIATAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Prodi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta yaitu Peningkatan Pengetahuan Dengan Metode Terapi Kelompok Pada Ibu menyusui Di di RW 12 Wonorejo Gondangrejo Karanganyar. Pada 20 Mei 2025 dan monitoring bekerjasama dengan bidan koordinator wilayah RW 12 Wonorejo untuk mendapatkan hasil sebagai berikut pelaksanaan sudah dapat kami laksanakan sepenuhnya (100%).

Dari hasil pelaksanaan terapi kelompok, ternyata kegiatan tersebut mendapatkan respon yang baik oleh peserta. menunjukkan bahwa dari hasil pre memiliki nilai minimal 2, maksimal 5 dengan rata-rata 4,23, post memiliki nilai minimal 3, maksimal 5 dengan rata-rata 4,54. Ada Peningkatan Pengetahuan dengan Metode Terapi Kelompok sebesar 0, 31.

Peserta diskusi kelompok sangat antusias dengan menyampaikan masalah yang terjadi saat menyusui dan sangat fokus pada materi penjelasan dari masalah masalah pada ibu menyusui, dengan saling bertukar pengetahuan dan pengalaman. Tingkat pendidikan akan mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mengolah informasi. Pengetahuan akan membantu ibu dalam merubah perilaku, meningkatkan pengetahuan ibu menyusui dan menjadi modal dasar dalam pemberian ASI.

Pendidikan dan pelatihan tentang ASI memiliki efek positif pada ibu yang mempunyai niat untuk menyusui dan mengantisipasi terjadinya masalah dalam menyusui (Abuidhail dkk., 2019). . Pengetahuan dipengaruhi beberapa faktor antara lain social, ekonomi, kultur/budaya dan agama, pendidikan dan pengalaman. Pengetahuan juga diperoleh dari berbagai sumber media informasi dan materi dari bidan koordinator, hal ini sesuai dengan hasil kegiatan penyuluhan terkait kegiatan Terapi kelompok pada ibu menyusui yang dilakukan dengan diskusi.

Proses yang diberikan dalam diskusi, salah satunya adalah diskusi terapi kelompok. Melalui diskusi terap kelompok membantu klien mengatasi dan mengurang masalah yang ada saat menyusui, dengan berbagai bentuk pengalaman pada ibu menyusui pada kelompok tersebut. Terapi Suportif secara kelompok adalah terapi

supportif yang diberikan pada sekelompok anggota dengan karakteristik dan permasalahan yang relatif homogen. Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dinyatakan bahwa terapi suportif merupakan suatu terapi yang bersifat memberikan dukungan dan semangat kepada pesertanya melalui kerjasama antar anggota. Di dalam pelaksanaan Terapi Suportif ada aturan yang membedakannya dari psikoterapi kelompok lainnya, yakni adanya 'saran' yang mendorong para anggota yang mengikutinya untuk melakukan interaksi di luar sesi (Maternity, Riyani & Hardianti, 2021). Konseling adalah proses pertukaran informasi dan interaksi positif antara klien-petugas untuk membantu klien mengenali kebutuhannya, memilih solusi terbaik dan membuat keputusan yang paling sesuai dengan kondisi yang sedang dihadapi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Ibu menyusui di RW 12 ada peningkatan ibu menyusui lebih memahami terkait dengan metode terapi kelompok dan mendapatkan banyak pengalaman dari masalah masalah yang terjadi pada ibu menyusui ada peningkatan pengetahuan sebesar 0, 31 dengan Metode Terapi Kelompok.

Saran

1. Ibu – ibu menyusui lebih aktif lagi bertanya baik via WA grop atau saat pertemuan di wilayah RW 12 Wonorejo Gondangrejo Karanganyar.
2. Ibu – ibu harus segera memeriksakan apabila ada komplikasi yang muncul.
3. Bidan agar selalu memberikan penyuluhan kesehatan dengan topik yang berbeda untuk meningkatkan pengetahuan ibu menyusui.

Dokumentasi





DAFTAR PUSTAKA

Abuidhail, J., Mrayan, L., & Jaradat, D. (2019). Evaluating effects of prenatal web-based breastfeeding education for pregnant mothers in their third trimester of pregnancy: Prospective randomized control trial. *Midwifery*, *69*,143–149. https://doi.org/10.1016/j.midw.2018.11.015

Alnasser, Y., Almasoud, N., Aljohni, D., Almisned, R., Alsuwaine, B., Alohali, R., … Alhezayen, R. (2018). Impact of attitude and knowledge on intention to breastfeed: Can mHealth based education influence decision to breastfeed exclusively? *Annals of Medicine and Surgery*, *35*, 6–12. https://doi.org/10.1016/j.amsu.2018.09.007

Anggraini, dkk, *Pedoman Asi Ekslusif bagi ibu menyusui* , TIM ,Jakarta. 2012.

Aziz, A, *Metode Penelitian Kebidanan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika, 2007.

Budianto, Fentri Heryati (2016). *Efektivitas Media Aplikasi Android "Ayah Asi" Terhadap Peran Suami Dalam Pemberian Asi*. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat

Cascone.D., Tomassoni, D., Napolitano, F., & Giuseppe, G. Di. (2019). *Evaluation of Knowledge , Attitudes , and Practices about Exclusive Breastfeeding among Women in Italy*. International Journal of Environmental Research and Public Health

Dewi, M. M., Djamil, M., & Anwar, M. C. (2019). *Education M-Health Android-based Smartphone Media Application " Mama ASIX " for Third Trimester Pregnant Women as Preparation for Exclusive Breastfeeding*. *4*, 98–109.

Endah Purwaningsih, Rita Susilo Wati, *Pengaruh Kontrasepsi Suntik Terhadap Pengeluaran ASI Eksklusif Di Bps Triparyati Kemalang Kemalang Kabupaten Klaten*. Journal of Midwifery Science, Vol 1, No.1 tahun 2011.

*Erni, Susanti, Takaran Pemberian ASI Perah Untuk Bayi 0-6 Bulan,*https://sewafreezerasi.com/index.php/takaran-pemberian-asi-perah-untuk-bayi-0-6-bulan.html/.Diakses tanggal 20 Januari 2020.

Hanafi H. *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta. Pustaka Sinar Harapan. 2004.

Manuaba. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan*.Jakarta : EGC, 2013.

Maritalia, Dewi. 2017. *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui.* Edisi Kedua.

Pustaka Pelajar. Yogyakarta

Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Jakarta: Rineka Cipta

Purwoastuti, Dan Walyani. 2015. *Komunikasi Dan Konseling Kebidanan*. Edisi Pertama. Pustaka baru press. Yogyakarta.

Roesli U. *Mengenal ASI Ekslusif*. Jakarta. Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara. 2008.

Saifuddin A. (2014). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiharohardjo.

Sugiono, 2012. *Statistika Untuk Penelitian.* Alfabeta. Bandung, 2017. *Statistika Untuk Penelitian.* Alfabeta. Ban

Tri Yusna Sari, dkk, *Pengaruh Pemakaian Kontrasepsi Suntik 1 Bulan dan 3 Bulan Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Perawatan Kelua Kabupaten Tabalong*, 2016.