



PELATIHAN DAN PENDAMPINGAN KADER TENTANG PERAWATAN PAYUDARA DAN MANAJEMEN ASI PADA IBU HAMIL TRIMESTER III

Baiq Yuni Fitri Hamidiyanti^{1✉}, Ati Sulianty¹, Mutiara Rachmawati Suseno¹

¹Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Mataram

✉baiqyunifitri86@gmail.com

Genesis Naskah:

Diterima; 1 Desember 2025, Disetujui; 29 Mei 2026, Di Publikasi: 30 Mei 2026

Abstrak

Stunting masih menjadi isu kesehatan prioritas di Indonesia. Desa Taman Ayu, Lombok Barat, mencatat 105 kasus stunting pada tahun 2022. Keberhasilan ASI eksklusif yang diawali dengan perawatan payudara sejak masa antenatal dan dukungan kader merupakan intervensi kunci pencegahan stunting. Studi pendahuluan menunjukkan rendahnya pengetahuan ibu, praktik pembuangan kolostrum, dan belum adanya kader terlatih terkait perawatan payudara serta manajemen ASI. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam perawatan payudara dan manajemen ASI pada ibu hamil trimester III sebagai strategi penguatan persiapan menyusui dan pencegahan stunting. Intervensi dilaksanakan Maret–Agustus 2025 dengan melibatkan 20 kader dan 10 ibu hamil trimester III. Program meliputi pre–post test, edukasi terstruktur, demonstrasi dengan phantom, praktik terbimbing, dan pendampingan lapangan. Pengetahuan diukur menggunakan kuesioner, sedangkan keterampilan dinilai melalui lembar observasi terstandar. Hasil menunjukkan peningkatan secara deskriptif yaitu pengetahuan kader kategori kurang (85%) meningkat menjadi 100% kategori baik, dan keterampilan tidak terampil (90%) meningkat menjadi 100% terampil. Pendekatan experiential learning, demonstrasi, praktik berulang, dan mentoring terbukti efektif meningkatkan kompetensi kader serta kepercayaan diri dalam edukasi laktasi. Luaran program mencakup publikasi media, video edukasi, dan HaKI berupa leaflet serta video penyuluhan. Keberlanjutan program diwujudkan melalui pembentukan kelompok kader ASI desa, supervisi berkelanjutan oleh puskesmas dan bidan desa, pendampingan kader senior, serta advokasi kebijakan menuju Desa Ramah ASI. Peningkatan kapasitas kader kesehatan berbasis komunitas terbukti memperkuat kesiapan menyusui sejak dini dan mendukung percepatan pencegahan stunting secara berkelanjutan.

Kata Kunci: Kader; Perawatan Payudara; ASI Eksklusif

Training and Mentoring Health Cadres in Breast Care and Breastfeeding Management for Third-Trimester Pregnant Women

Abstract

Stunting remains a persistent public health concern in Indonesia. In Taman Ayu Village, West Lombok, 105 stunting cases were recorded in 2022. Exclusive breastfeeding success, initiated through antenatal breast care and community support, is a critical intervention for stunting prevention. A needs assessment revealed inadequate maternal knowledge, sociocultural rejection of colostrum, and absence of trained community cadres to support breastfeeding preparation. This community empowerment program aimed to enhance cadres' knowledge and skills in antenatal breast care and breastfeeding management among third-trimester pregnant women. A six-month training and mentoring program (March–August 2025) was implemented involving 20 cadres and 10 pregnant women. The intervention consisted of structured education, breast-care demonstration using phantom models, guided practice, mentorship, and pre-post evaluation. Knowledge levels were measured using validated questionnaires, while breastfeeding preparation skills were assessed via performance checklists. Findings indicated a substantial improvement in cadre capacity. Pre-test results showed 85% of cadres had low knowledge, increasing to 100% in the good category post-intervention. Skill competence improved from 10% to 100% proficiency following training. The experiential learning approach, direct modeling, repetitive practice,

and structured feedback significantly contributed to skill acquisition and self-efficacy. Output achievements included mass-media dissemination, social media health campaigns, and Intellectual Property Rights (IPR) registration for educational leaflets and video media. To ensure sustainability, the program initiated the formation of a community breastfeeding cadre group, integration with primary health center supervision, peer mentoring by senior cadres, and policy advocacy toward a Breastfeeding-Friendly Village regulation. The intervention demonstrates that capacity building of local health cadres strengthens community readiness for early breastfeeding adoption and supports sustainable stunting prevention strategies.

Keywords: Cadres; Breast Care; Exclusive Breastfeeding

PENDAHULUAN

Percepatan penurunan stunting merupakan salah satu program prioritas nasional pemerintah dibidang kesehatan. Stunting memerlukan perhatian khusus karena berhubungan dengan peningkatan risiko kesakitan dan kematian (Fusi et al., 2023). Prevalensi stunting di Indonesia turun menjadi 21,6% di tahun 2022 tetapi masih tinggi dari target 14% di tahun 2024. Hasil Riskesdas 2018 di Kabupaten Lombok Barat masih diatas angka stunting nasional sebesar 28,9 %.

Salah satu desa di Kabupaten Lombok Barat yang menjadi lokus stunting yaitu desa Taman Ayu. Tahun 2022 kasus stunting di desa Taman Ayu terbilang cukup tinggi sebanyak 105 kasus, pada bulan Agustus 2023 mengalami penurunan hingga 34 kasus stunting. Salah satu cara mencegah stunting menurut WHO dan UNICEF adalah pemberian ASI eksklusif sampai bayi 6 bulan didahului Inisiasi Menyusui Dini. AKB di Indonesia menurut hasil SDKI mencapai 24 per 1.000 KH ditahun 2017, kurang menggembirakan dibandingkan target SDG's tahun 2030 yaitu 12 per 1.000 KH (SDKI, 2017).

Penurunan AKB yang melambat tahun 2017 memerlukan intervensi kunci seperti ASI eksklusif. Pembentukan manusia berkualitas diawali pemberian nutrisi pada janin dalam kandungan yang dilanjutkan pada tahapan pemberian ASI eksklusif. Perawatan payudara bagian penting ketika mempersiapkan masa menyusui, dilakukan pada saat hamil yang dianjurkan pada usia kehamilan 28 minggu/ trimester ke III, bukan setelah melahirkan (Meitia Sandy, 2023).

Kegagal memberikan ASI karena kurangnya pemahaman ibu tentang teknik menyusui dengan benar. Prinsipnya ibu hamil membutuhkan bantuan, informasi dan membutuhkan dukungan untuk melakukan perawatan payudara saat hamil sebagai bentuk persiapan pemberian ASI setelah bayi lahir. Cara meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil melakukan perawatan payudara yang menjadi perpanjangan tangan dari tenaga kesehatan, yaitu kader. Kader diprediksi dapat memegang peran yang penting di berbagai kegiatan sebagai perpanjangan tangan tenaga kesehatan, sehingga perlu dilakukan pelatihan kader.

Studi Pendahuluan dilakukan oleh pengabdian di desa Taman Ayu Kecamatan Gerung Kabupaten Lombok Barat, wawancara kepada ibu hamil, kepala desa dan koordinator kader bahwa ibu hamil trimester III ibu tidak pernah melakukan perawatan payudara, tidak mengetahui manajemen ASI, kolostrum dianggap ASI basi, bahkan menjadi budaya dan ada tempat khusus pembuangan kolostrum. Belum ada kelompok kader penyuluhan perawatan payudara dan manajemen ASI dikarenakan belum pernah mendapat pelatihan. Jumlah kader desa Taman Ayu 40 orang yang masing – masing tersebar di 8 dusun dan memiliki jumlah ibu hamil tertinggi diwilayah kerja puskesmas Gerung sejumlah 106 ibu hamil.

Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader tentang perawatan payudara dan manajemen ASI pada ibu hamil Trimester III sebagai persiapan mengASIhi di Desa Taman Ayu.

Target dari pengabdian masyarakat pembentukan kader penyuluh perawatan payudara dan manajemen ASI pada ibu hamil sebagai upaya pencegahan stunting. Pelatihan dan pendampingan kader diawali dengan pre test, pelaksanaan diberikan materi pengetahuan, praktik perawatan payudara dan manajemen ASI, melaksanakan post test dengan ujian tulis dan praktik. Monitoring setelah dilakukan pelatihan dan uji praktik, diberikan pendampingan oleh pengabdian saat melakukan praktik langsung kepada ibu hamil trimester III untuk melakukan perawatan payudara. Evaluasi terakhir yaitu: kader memiliki target 1 ibu saat bersalin melakukan Inisiasi Menyusui Dini atau tidak, pada masa postpartum apakah menyusui dan memberikan ASI pertama atau kolostrum pada bayi.

Permasalahan utama yang ditemukan di masyarakat adalah masih rendahnya pengetahuan ibu hamil trimester III tentang perawatan payudara dan manajemen ASI, belum terbiasanya ibu melakukan perawatan payudara selama kehamilan, serta masih adanya kepercayaan bahwa kolostrum merupakan “ASI basi” sehingga dibuang pada tempat khusus. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk meningkatkan kapasitas kader melalui pelatihan dan pendampingan, agar kader mampu memberikan edukasi, demonstrasi, dan pendampingan kepada ibu hamil dalam mempersiapkan keberhasilan menyusui, pemberian kolostrum, Inisiasi Menyusui Dini, dan ASI eksklusif sebagai bagian dari upaya pencegahan stunting

WAKTU DAN TEMPAT

Pengabdian Masyarakat dilaksanakan dari bulan maret sampai dengan agustus 2025 (6 bulan) di Desa Taman Ayu Kecamatan Gerung Kabupaten Lombok Barat.

SASARAN KEGIATAN

Sasaran kegiatan adalah kader posyandu 20 kader dan 10 ibu hamil trimester III, Ibu hamil Trimester III dalam kegiatan ini sebagai probandus.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini berupa pelatihan dan pendampingan yang dilakukan oleh Dosen kepada kader dan ibu hamil trimester III, yang dilaksanakan di kantor kepala desa Taman Ayu Kecamatan Gerung Kabupaten Lombok Barat. Dengan jumlah peserta sebanyak 20 kader dan 10 orang ibu hamil trimester III.

Kegiatan intervensi pengabdian masyarakat ini dilaksanakan 2 kali pertemuan. Pertemuan pertama pada tanggal 20 juni 2025 pemberian materi pelatihan dan pendampingan kader diawali dengan melakukan pre test yang bertujuan untuk mengetahui pengetahuan dan ketrampilan kader melakukan perawatan payudara pada ibu hamil. Pre test pengetahuan menggunakan kuesioner dan pre test keterampilan menggunakan ceklist keterampilan perawatan payudara. Pemberian materi pelatihan oleh narasumber dari Puskesmas Gerung pada kader tentang perawatan payudara, Inisiasi Menyusui Dini, kolostrum dan manajemen ASI diikuti oleh 20 kader, pemberian materi melalui ceramah dan diskusi sehingga semua materi tersampaikan dengan baik dan menyenangkan

Pada pertemuan kedua tanggal 21 juni 2025 dilaksanakan pelatihan praktik langkah – langkah perawatan payudara dengan metode demonstrasi dengan alat peraga phantom kepada kader oleh dosen pengabdian. Kemudian melakukan pendampingan kader untuk memberikan penyuluhan pada Ibu hamil trimester III tentang inisiasi menyusui dini, pemberian kolostrum dan manajemen ASI. Setelah penyuluhan dilakukan oleh kader, kader memberikan pelatihan tentang langkah-langkah perawatan payudara yang diikuti oleh 10 orang ibu hamil trimester III, ibu hamil secara bergantian diberikan kesempatan untuk

melakukan langkah - langkah perawatan payudara dengan benar dan tepat sehingga nantinya mampu untuk melakukan sendiri di rumah. Melaksanakan post test dengan melalui ujian tulis maupun praktik perawatan payudara pada ibu hamil.

Metode Pelaksanaan Kegiatan Tahap Pengabdian Masyarakat :

Langkah Awal

- a. Menyusun proposal kegiatan pengabdian kepada masyarakat
- b. Menyusun materi yang akan digunakan sebagai media pembelajaran oleh kelompok sasaran.
- c. Mengurus perijinan di Puskesmas Gerung sebagai pemegang wilayah dengan mengajukan proposal kegiatan dan surat ijin pengabdian masyarakat
- d. Mengurus perijinan pada kantor desa dengan mengajukan proposal kegiatan dan surat ijin pengabdian kepada masyarakat
- e. Melaksanakan pertemuan dengan Koordinator Kader desa Taman Ayu sebagai mitra untuk meminta persetujuan menjadi sasaran peserta pelatihan
- f. Bekerjasama dengan pihak Puskesmas untuk fasilitasi narasumber pelatihan dan pendampingan kader
- g. Pertemuan tim dan rapat koordinasi dengan kepala desa, sekretaris desa, pimpinan puskesmas, bidan koordinator, bidan desa dan koordinator kader untuk mengkoordinasi rencana pelaksanaan kegiatan PkM.



Gambar 1. Kegiatan Persiapan

Langkah Pelaksanaan

- a. Menjelaskan tujuan, langkah dan lama kegiatan kepada kelompok sasaran.
- b. Memberikan lembar persetujuan atau pernyataan bersedia ikut dalam kegiatan pengabdian masyarakat, kegiatan berlangsung selama 6 bulan.
- c. Pada sesi pertama Sebelum materi penyuluhan dimulai, maka diberikan soal pretest pengetahuan (berjumlah 15 soal) dan keterampilan pada kader
- d. Materi penyuluhan disampaikan pada kader oleh narasumber dari puskesmas Gerung dengan materi Perawatan payudara pada ibu hamil trimester III, Inisiasi Menyusu Dini, pemberian kolostrum dan manajemen ASI dengan metode ceramah dan diskusi.
- e. Pada sesi kedua dilaksanakan pelatihan praktik langkah – langkah perawatan payudara dengan metode demonstrasi dengan alat peraga phantom kepada kader oleh dosen pengabdi
- f. Setelah pelatihan penyuluhan selesai maka pelatihan praktik perawatan payudara dilakukan dengan langkah-langkah perawatan payudara yang tepat sesuai dengan patunjuk yang ada pada ceklist (sejumlah 26 poin keterampilan) dan Leaflet. Leaflet ini diberikan pada kader sebagai pegangan pada

saat memberikan penyuluhan dan pelatihan pada ibu hamil.

- g. Melakukan pendampingan kader saat melakukan penyuluhan tentang perawatan payudara, Inisiasi Menyusu Dini, Pemberian Kolostrum dan manajemen ASI dan pelatihan praktik perawatan payudara pada ibu hamil sesuai dengan langkahlangkah yang benar dan tepat.
- h. Post test dengan melalui ujian tulis maupun praktik perawatan payudara pada ibu hamil



Gambar 2. Proses Pelaksanaan

Langkah Evaluasi

- a. Evaluasi dilakukan setelah pemberian materi dengan menggunakan kuesioner pre dan post untuk mengevaluasi tingkat pengetahuan dan keterampilan kader.
- b. Monitoring dilakukan sebagai evaluasi akhir yaitu: Kader memiliki target 1 ibu saat bersalin apakah melakukan Inisiasi Menyusui Dini atau tidak; masa postpartum apakah menyusui dan memberikan ASI pertama atau kolostrum pada bayi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat dengan penyampaian materi pelatihan dan pendampingan kader yang bertujuan mengetahui pengetahuan dan keterampilan kader tentang perawatan payudara dan manajemen ASI pada ibu hamil Trimester III sebagai persiapan mengASIhi di Desa Taman Ayu. Kegiatan Pelatihan dan pendampingan di ikuti oleh 20 kader dan 10 ibu hamil Desa Taman Ayu dengan Narasumber Pelatihan dan Pendampingan dari Puskesmas Gerung. Tahapan Pra Pelaksanaan dilakukan rapat kordinasi dengan Puskesmas, Kepala Desa, Sekertaris Desa, Bidan Koordinator, Ketua Kader dan Bidan Desa untuk rencana pelaksanaan kegiatan Pengabdian masyarakat.

Tabel. 1 Tingkat Pengetahuan Kader tentang Perawatan Payudara, Inisiasi Menyusui Dini, kolostrum dan manajemen ASI sebelum dan setelah Pelatihan dan pendampingan

Tingkat Pengetahuan Kader	Sebelum (Pretest)		Sesudah (Posttest)	
	n	%	n	%
Baik	0	0	20	100
Cukup	3	15	0	0
Kurang	17	85	0	0
Total	20	100	20	100

Berdasarkan tabel. 1 tingkat pengetahuan kader sebelum pelatihan dan pendampingan sebagian besar kader pada pengetahuan kurang (85%) sedangkan sesudah diberikan pelatihan dan pendampingan kader pada pengetahuan baik 20 (100%), terjadi peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah pelatihan dan pendampingan. Pemberian pelatihan dan pendampingan kader dapat meningkatkan pengetahuan kader tentang Perawatan payudara, Inisiasi Menyusui Dini, pemberian kolostrum dan manajemen ASI. Dari hasil pengumpulan data setelah dilaksanakan program melalui pelatihan dan pendampingan diperoleh hasil bahwa terjadi peningkatan pengetahuan kader. Semua kader telah mengetahui dan memahami tentang cara perawatan payudara, Inisiasi Menyusui Dini, manfaat kolostrum dan manajemen ASI yang tercantum dalam kuesioner selama penyuluhan

Penyampaian materi merupakan salah satu bentuk intervensi dalam memberikan edukasi serta promosi kesehatan kepada individu, kelompok, maupun masyarakat luas. Tujuannya adalah agar mereka memiliki pemahaman yang lebih baik terkait isu-isu kesehatan (Jamila et al., 2022). Menurut Notoatmodjo pengetahuan merupakan hasil dari proses mengenali sesuatu yang terjadi setelah seseorang melakukan interaksi atau mengalami suatu objek tertentu. Proses ini melibatkan fungsi pancaindra seperti mata untuk melihat, telinga untuk mendengar, hidung untuk mencium, lidah untuk merasakan, dan kulit untuk menyentuh. Informasi yang diperoleh selama proses belajar ini dapat membentuk keyakinan seseorang terhadap suatu hal dan turut mempengaruhi perilakunya (Darsini et al., 2019) (. et al., 2022)

Menurut Notoatmodjo (2019), peningkatan pengetahuan seseorang terjadi karena adanya proses belajar yang ditandai oleh penerimaan informasi baru melalui pengalaman, pelatihan, dan interaksi dengan lingkungan (Rahayu Khairiah et al., 2022). Pada kegiatan ini, kader mendapatkan stimulus belajar yang

komprehensif melalui metode ceramah, diskusi, dan demonstrasi yang dikombinasikan dengan penggunaan media edukatif seperti leaflet dan alat peraga. Metode tersebut terbukti meningkatkan penyerapan informasi karena mengaktifkan fungsi visual dan kinestetik peserta.

Selain itu, peningkatan pengetahuan kader juga dapat dijelaskan melalui teori Experiential Learning yang dikemukakan oleh Kolb (1984), di mana proses pembelajaran orang dewasa berlangsung melalui empat tahapan utama, yaitu: pengalaman konkret (*concrete experience*), refleksi terhadap pengalaman (*reflective observation*), pembentukan konsep abstrak (*abstract conceptualization*), dan penerapan kembali dalam situasi nyata (*active experimentation*) (Motta & Galina, 2023). Melalui tahapan ini, kader tidak hanya menerima pengetahuan secara pasif melalui ceramah, tetapi juga mengalami proses belajar aktif melalui praktik langsung perawatan payudara dan pendampingan ibu hamil (Pujiastuti et al., 2022). Aktivitas tersebut memberikan pengalaman nyata yang kemudian direfleksikan, dipahami secara konseptual, dan diaplikasikan kembali dalam konteks penyuluhan kesehatan. Dengan demikian, pembelajaran yang berbasis pengalaman ini memperkuat pemahaman teoritis sekaligus meningkatkan retensi pengetahuan kader secara signifikan.

Peningkatan pengetahuan yang diperoleh tidak hanya bersifat kognitif, tetapi juga berdampak pada aspek afektif dan perilaku kader. Pengetahuan yang baik menjadi dasar bagi terbentuknya sikap positif dan perilaku aktif dalam melakukan edukasi kesehatan di masyarakat (Maulidia Fitri et al., 2023). Peningkatan pengetahuan kesehatan masyarakat berbanding lurus dengan perubahan perilaku preventif, terutama apabila proses pembelajaran didukung oleh motivasi dan pendampingan dari tenaga kesehatan (Jahja & Drew, 2024) . Hal ini sejalan dengan teori Health Promotion Model yang menekankan bahwa faktor kognitif seperti

pengetahuan dan persepsi manfaat merupakan determinan utama perubahan perilaku kesehatan (Bahabadi et al., 2020). Dengan demikian, pengetahuan kader yang meningkat setelah mengikuti pelatihan dan pendampingan dapat menjadi modal penting untuk mendorong perilaku promotif dan preventif di tingkat masyarakat, khususnya dalam upaya mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif dan pencegahan stunting.

Pengetahuan seseorang bertambah jika mendapat stimulasi baru berupa informasi, pengalaman, dan bimbingan. Proses pelatihan dan pendampingan memberi input kognitif yang sebelumnya mungkin belum dimiliki (Wijastuti et al., 2020). Kader belajar lebih efektif jika materi relevan dengan tugas mereka (perawatan payudara, Inisiasi Menyusui Dini, kolostrum, manajemen ASI), dikarenakan adanya pengalaman langsung (praktik, simulasi, diskusi), adanya pendampingan (coaching/mentoring) yang membuat mereka mampu mengaitkan teori dengan praktik nyata.

Hasil pengabdian masyarakat ini sejalan dengan Siregar (2022) yang berjudul Pelatihan Kader Tentang Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil Trimester III dalam Persiapan Inisiasi Menyusu Dini menunjukkan bahwa pengetahuan responden sebelum pelatihan mengalami peningkatan dari pengetahuan kurang 30 (85,7%) menjadi baik 31 (88,5%)

Peningkatan pengetahuan juga dipengaruhi persepsi manfaat. Jika kader memahami bahwa ASI, Inisiasi Menyusui Dini, dan kolostrum sangat penting untuk kesehatan ibu-bayi, motivasi belajar mereka meningkat, sehingga retensi informasi lebih kuat. Dengan adanya pendampingan, kader mengamati dan meniru role model (fasilitator/pelatih). Proses observasi dan reinforcement ini memperkuat perubahan pengetahuan dan keterampilan (Arieska, 2023) (Herawati, 2022).

Tabel. 2 Tingkat Keterampilan Kader tentang perawatan payudara

Tingkat Keterampilan Kader	Sebelum (Pretest)		Sesudah (Posttest)	
	n	%	n	%
Terampil	2	10	20	100
Tidak Terampil	18	90	0	0
Total	20	100	20	100

Berdasarkan Tabel.2 tingkat keterampilan kader sebelum pelatihan dan pendampingan sebagian besar kader pada keterampilan tidak terampil (90%) setelah diberikan pelatihan dan pendampingan kader pada kategori keterampilan terampil 20 (100%), terjadi peningkatan keterampilan sebelum dan sesudah pelatihan dan pendampingan.

Hasil pelatihan hari kedua menunjukkan bahwa keterampilan kader mengalami peningkatan, terbukti dari hasil checklist penilaian yang dilakukan oleh manajer sebagian besar mampu melakukan langkah – langkah perawatan payudara yang tepat sesuai dengan patunjuk yang ada pada ceklist dan Leaflet. Leaflet ini diberikan pada kader sebagai pegangan pada saat memberikan penyuluhan dan pelatihan pada ibu hamil.

Pada pelatihan hari kedua, melakukan pendampingan kader untuk memberikan penyuluhan pada Ibu hamil trimester III tentang inisiasi menyusui dini, pemberian kolostrum dan manajemen ASI. Setelah penyuluhan dilakukan oleh kader, kader memberikan pelatihan tentang langkah-langkah perawatan payudara yang diikuti oleh 10 orang ibu hamil trimester III sebagai subjek uji/ probandus, selanjutnya hamil secara bergantian diberikan kesempatan untuk melakukan langkah - langkah perawatan payudara dengan benar dan tepat sehingga nantinya mampu untuk melakukan sendiri di rumah.

Peningkatan keterampilan kader yang diperoleh setelah pelatihan mencerminkan efektivitas pendekatan pembelajaran berbasis praktik (*hands-on training*) yang diterapkan dalam kegiatan pengabdian ini. Kader tidak hanya menerima materi secara teoritis, tetapi juga berlatih secara langsung melalui demonstrasi menggunakan alat peraga (*phantom*), praktik berulang, serta menerima umpan balik (*feedback*) langsung dari dosen pengabdian dan bidan pendamping. Pendekatan praktik ini memungkinkan peserta untuk mengalami proses belajar aktif, di mana pengalaman nyata menjadi dasar pembentukan keterampilan motorik dan teknis yang lebih kuat.

Hasil dari pengabdian ini serupa dengan penelitian Azizan, dkk (2022) berjudul Pengaruh Pelatihan Kader terhadap Peningkatan Keterampilan Pengukuran Tinggi Badan dan Penilaian Status Stunting pada Balita, hasil menunjukkan bahwa terjadi peningkatan keterampilan kader sebelum dan setelah diberikan pelatihan dalam mengukur tinggi badan (5,62 menjadi 9,46) dan penilaian status stunting (0 menjadi 12), pelatihan kader efektif dalam meningkatkan keterampilan kader posyandu (Nurul Azizan et al., 2023)

Menurut Kolb (1984) *Experiential Learning Theory*, pembelajaran orang dewasa efektif ketika melewati siklus pengalaman langsung (*concrete experience*), refleksi (*reflective observation*), pembentukan konsep (*abstract conceptualization*), dan aplikasi ulang (*active experimentation*) (McLeod & Guy-Evans, 2023). Pada pengabdian masyarakat ini, kader memperoleh pengalaman langsung melalui praktik perawatan payudara dengan bimbingan instruktur. Setelah itu mereka diberi kesempatan merefleksi kesulitan, memahami konsep yang benar, lalu mempraktikkannya kembali. Proses siklus ini membuat keterampilan teknis kader meningkat secara signifikan

Pada awalnya, banyak kader kurang percaya diri dalam melakukan langkah-langkah perawatan payudara. Namun melalui pendampingan yang memberikan modeling dan umpan balik positif, kepercayaan diri kader meningkat. Hal ini sesuai dengan konsep Bandura bahwa keberhasilan pengalaman langsung dan dukungan verbal dapat meningkatkan keyakinan individu untuk mampu melakukan tugas tertentu (Martono et al., 2023).

Menurut Bandura (1986) dalam teori *Social Learning*, peningkatan keterampilan seseorang sangat dipengaruhi oleh proses observasi, peniruan (*modeling*), dan penguatan positif (*reinforcement*) (Putri & Muhid, 2021). Dalam kegiatan ini, kader mengamati cara perawatan payudara yang benar melalui demonstrasi instruktur, kemudian menirukan langkah-langkah tersebut dan mendapatkan umpan balik korektif secara langsung. Proses modeling yang efektif ini memperkuat pembelajaran praktis dan membantu kader membangun kepercayaan diri (*self-efficacy*) dalam melakukan tindakan kesehatan di lapangan (Febriani, 2021)(Ika setyarini et al., 2023). *Self-efficacy* yang meningkat menjadi kunci penting karena memengaruhi kesiapan kader dalam mengedukasi masyarakat dan mengambil keputusan kesehatan yang tepat

Behavioral Skills Training (BST) mencakup instruksi, demonstrasi (*modeling*), latihan, dan umpan balik (Clay et al., 2021). Semua tahapan ini diaplikasikan dalam pelatihan, sehingga kader tidak hanya menerima informasi secara teoritis, tetapi juga mempraktikkan langkah-langkah perawatan payudara secara langsung. Adanya *feedback* dari fasilitator memastikan kesalahan segera diperbaiki, sehingga keterampilan kader meningkat lebih cepat dan lebih tepat.

Perawatan payudara dan pemahaman manajemen ASI sejak masa kehamilan terbukti berperan penting dalam keberhasilan Inisiasi

Menyusui Dini dan pemberian ASI eksklusif (Meitia Sandy, 2023). Secara teoritis, perawatan payudara mendukung kesiapan anatomi dan fisiologi ibu, mencegah masalah laktasi awal, serta meningkatkan rasa percaya diri (*self-efficacy*) ibu dalam menyusui (Ni Ketut Ayu Sugiartini & Ni Made Ari Febriyanti, 2022). Melalui kerangka *Health Belief Model dan Continuity of Care*, edukasi sejak kehamilan membentuk persepsi positif, motivasi, serta kesinambungan praktik menyusui dari masa antenatal hingga postpartum (Lumbiganon et al., 2016).

Edukasi antenatal dan perawatan payudara meningkatkan angka Inisiasi Menyusui Dini dan keberhasilan ASI eksklusif enam bulan pertama. WHO dan UNICEF (2023) juga menegaskan bahwa intervensi antenatal terkait manajemen laktasi adalah strategi global untuk meningkatkan keberhasilan menyusui (Shitie et al., 2022).

Peningkatan keterampilan kader yang terjadi dalam kegiatan ini bukan hanya hasil dari transfer pengetahuan semata, tetapi juga hasil dari proses pembelajaran aktif yang menggabungkan teori, praktik, umpan balik, dan penguatan positif. Pola pembelajaran semacam ini terbukti efektif dalam membentuk kader yang tidak hanya kompeten secara teknis, tetapi juga percaya diri dan memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang baik dalam mendampingi ibu hamil serta mengedukasi masyarakat secara berkelanjutan.

Peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader memiliki dampak langsung terhadap peningkatan praktik kesehatan ibu hamil di tingkat desa. Dengan kemampuan kader yang meningkat, edukasi kepada ibu hamil mengenai pentingnya IMD, pemberian kolostrum, dan ASI eksklusif dapat dilakukan secara berkelanjutan. Edukasi menyusui sejak masa antenatal secara signifikan meningkatkan durasi pemberian ASI eksklusif (P et al., 2012)(Kaya et al., 2018).

Kader yang kompeten juga berperan sebagai agent of change di masyarakat dalam mendukung program nasional penurunan stunting. Pengetahuan tentang nutrisi awal kehidupan dan keterampilan praktik yang dimiliki kader diharapkan mampu mendorong ibu hamil untuk lebih siap menyusui sejak dini dan menghindari praktik salah kaprah seperti pembuangan kolostrum, yang selama ini masih menjadi budaya di beberapa dusun di Desa Taman Ayu. Keberhasilan pemberian ASI eksklusif sangat dipengaruhi oleh dukungan sosial dan edukasi berkelanjutan dari kader atau tenaga kesehatan masyarakat (Kurniawati et al., 2022) (Novita et al., 2024).

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa intervensi antenatal berupa perawatan payudara dan edukasi manajemen ASI merupakan faktor kunci dalam meningkatkan kesiapan ibu, memperlancar proses Inisiasi Menyusui Dini, serta mendukung pencapaian target pemberian ASI eksklusif sesuai rekomendasi global. Keberhasilan intervensi ini di tingkat masyarakat sangat bergantung pada kader yang mendapatkan pelatihan dan pendampingan. Dengan kapasitas yang memadai, kader dapat memastikan Inisiasi Menyusui Dini dan ASI eksklusif benar-benar diinternalisasi dan dipraktikkan oleh ibu hamil, sehingga tujuan peningkatan kesehatan ibu dan bayi dapat tercapai secara berkelanjutan.

Kendala dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat yaitu kurangnya Sarana dan Prasarana Pendukung Praktik : jumlah alat peraga (phantom payudara) dan media demonstrasi terbatas, sehingga pelaksanaan praktik perawatan payudara dilakukan secara bergantian sehingga memperpanjang durasi kegiatan.

KESIMPULAN

Pelatihan dan pendampingan meningkatkan pengetahuan kader dari 85% (kurang) menjadi 100% (baik) dan keterampilan dari 90% menjadi 100% terampil dalam perawatan payudara. Pelatihan dan pendampingan kepada kader efektif membantu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam perawatan payudara. Program memperkuat peran kader dalam dukungan IMD, kolostrum, dan ASI, serta berlanjut melalui kelompok kader ASI dan integrasi dengan Puskesmas. Puskesmas disarankan melakukan monitoring dan supervisi rutin untuk keberlanjutan edukasi laktasi, sementara pemerintah desa diharapkan mendukung kebijakan Desa Ramah ASI, penyediaan ruang laktasi, dan sarana edukasi. Kader perlu konsisten dalam penyuluhan, pendampingan ibu hamil, serta praktik IMD dan pemberian kolostrum, sedangkan institusi pendidikan dapat menjadikan program ini sebagai model keberlanjutan melalui KKN atau pengabdian lanjutan. Program selanjutnya juga perlu memperluas edukasi digital melalui media sosial desa.

DAFTAR PUSTAKA

- . D., Hairunisyah, R., & . M. (2022). Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Kader Posyandu Dalam Memperbanyak Produksi Asi Melalui Teknik Swedish Massage. *Jurnal Bagimu Negeri*.
<https://doi.org/10.52657/bagimunegeri.v6i1.1721>
- Arieska, R. (2023). The Influence Of Leaflet Media On Increasing Mothers' Knowledge And Attitudes Towards Toddler Visits At Integrated Healthcare Center. *Jurnal Kebidanan Malahayati*.
<https://doi.org/10.33024/jkm.v9i1.8961>
- Bahabadi, F. J., Estebsari, F., Rohani, C., Kandi, Z. R. K., Sefidkar, R., & Mostafaei, D. (2020). Predictors of health-promoting lifestyle in pregnant women based on pender's health promotion model. *International Journal of Health*.
<https://doi.org/10.2147/IJWH.S235169>
- Clay, C. J., Schmitz, B. A., Balakrishnan, B., Hopfenblatt, J. P., Evans, A., & Kahng, S. W. (2021). Feasibility of virtual reality behavior skills training for preservice clinicians. *Journal of Applied Behavior Analysis*.
<https://doi.org/10.1002/jaba.809>
- Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*.
- Febriani, N. (2021). Self-Efficacy Dan Kinerja Perawat Dalam Memberikan Asuhan Keperawatan: Literature Review. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*.
<https://doi.org/10.52020/jkwgi.v5i1.2585>
- Fusi, G., Sartor, A., Groussolles, M., Joseph, S., Vial, J., Roditis, L., Vayssière, C., & Abbo, O. (2023). Successful Elective Thoracoscopic Resection of Complicate Extralobar Bronchopulmonary Sequestration after Intrafoetal Vascular Laser Ablation: The Paediatric Surgeon's Point of View. *Case Reports in Pediatrics*.
<https://doi.org/10.1155/2023/4959022>
- Herawati, Y. (2022). Pelatihan Teknik Menyusui Dan Pemberian Asi Eksklusif Dalam Upaya Peningkatan Status Gizi Balita Bagi Kader Posyandu. *Jurnal Abdi Masada*.
<https://doi.org/10.38037/am.v3i1.46>
- Ika setyarini, D., Farah Amalia NA, & Reni Wahyu T. (2023). Hubungan Pengalaman Menyusui Dengan Tingkat Kepercayaan Diri Menyusui (Breastfeeding Selefficacy) Pada Ibu Multigravida Trimester Iii. *MIKIA: Mimbar Ilmiah Kesehatan Ibu Dan Anak (Maternal and Neonatal Health Journal)*.
<https://doi.org/10.36696/mikia.v7i1.121>
- Jahja, S. J., & Drew, C. (2024). Peningkatan Pengetahuan dalam Upaya Pencegahan Kasus Baru Leptospirosis di Wilayah Kerja Puskesmas Kresek. *Malahayati Nursing Journal*.
<https://doi.org/10.33024/mnj.v6i2.12875>
- Jamila, Kamalia, R., & Setiawati. (2022). Pemberdayaan Kader Posyandu Dalam Meningkatkan Produksi Asi Melalui Tehnis Speos (Stimulasi Pijat Endorfhin, Oxytosin Dan Sugertive). *JURNAL BAGIMU NEGERI*.
- Kaya, V., Aytekin, A., Costa, J. L. F., de Medeiros Neves, A. P. S., de Araújo Santos Camargo, J. D., de Carvalho Yamamoto, R. C., ÇÖL ARAZ, N., Kachoria, R., Oza-Frank, R., McCain, G. C., Del Moral, T., Duncan, R. C., Loucas Fontaine, J., Diaz Pino, L., Craighead, D. V., Elswick Jr, R. K., Elswick, R. K., Moresco, K. S., Silveira, A. K., ... Loor, J. J. (2018). Yenidoğan Döneminde Anne Sütü İle Beslenmeye Başlanmasi Üzerinde Etkili Olan Sosyodemografik Faktörlerin Değerlendirilmesi. *JPEN Journal of Parenteral & Enteral Nutrition*.
- Kurniawati, R. D., Abidin, I., & Sibthiah, N. S. (2022). Optimalisasi Kemitraan Melalui Peran Kader

- Sebagai Agent Of Change Peningkatan Capaian Tidak Merokok Di Rumah Tangga. *Jurnal Abdi Insani*.
<https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v9i2.558>
- Lumbiganon, P., Martis, R., Laopaiboon, M., Festin, M. R., Ho, J. J., & Hakimi, M. (2016). Antenatal breastfeeding education for increasing breastfeeding duration. In *Cochrane Database of Systematic Reviews*.
<https://doi.org/10.1002/14651858.CD006425.pub4>
- Martono, P. N., Minarni, M., & Zubair, A. G. H. (2023). Pengaruh Self Efficacy Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*.
<https://doi.org/10.56326/jpk.v3i2.3504>
- Maulidia Fitri, Indriyani, L. T., & Hidayat, R. (2023). Pengembangan Masyarakat Sebagai Upaya Membangun Desa Mandiri dan Bebas Stunting. *Jurnal Pengabdian Multidisiplin*.
<https://doi.org/10.51214/00202303689000>
- McLeod, S., & Guy-Evans, O. (2023). Kolb's Learning Styles & Experiential Learning Cycle. In *Simply Psychology*.
- Meitia Sandy, D. (2023). Edukasi Pentingnya Perawatan Payudara pada Masa Kehamilan di Praktik Mandiri Bidan Choirul Mala Palembang. *Jukeshum: Jurnal Pengabdian Masyarakat*.
<https://doi.org/10.51771/jukeshum.v3i1.444>
- Motta, V. F., & Galina, S. V. R. (2023). Experiential learning in entrepreneurship education: A systematic literature review. In *Teaching and Teacher Education*.
<https://doi.org/10.1016/j.tate.2022.103919>
- Ni Ketut Ayu Sugiartini, & Ni Made Ari Febriyanti. (2022). Pelatihan Perawatan Payudara pada Ibu Menyusui di Dusun Robokan, Kelurahan Padangsembian, Denpasar Barat. *JURPIKAT (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*.
<https://doi.org/10.37339/jurpikat.v3i1.808>
- Novita, S., Taryana, A. M., & Setyowati, D. (2024). Optimization of Indonesian Youth Knowledge In Stunting Prevention Assistance. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*.
<https://doi.org/10.33087/jiubj.v24i1.4543>
- Nurul Azizan, F., Sri Rahayu, L., & Nur Aini, R. (2023). Pengaruh Pelatihan Kader terhadap Peningkatan Keterampilan Pengukuran Tinggi Badan dan Penilaian Status Stunting pada Balita di Desa Kadubale, Kecamatan Banjar, Kabupaten Pandeglang Tahun 2022. *Jurnal Ilmu Gizi Dan Dietetik*.
<https://doi.org/10.25182/jigd.2023.2.1.53-58>
- P, L., R, M., M, L., MR, F., & M, H. (2012). Antenatal breastfeeding education for increasing breastfeeding duration Cochrane Database of Systematic Reviews breastfeeding duration (Review). *The Cochrane Collaboration*.
- Pujiastuti, N., Kundarti, F. I., & Ain, H. (2022). Kader Posyandu Sebagai Tenaga Pojok Gizi Desa Dalam Upaya Meningkatkan Asi Eksklusif Dan Menurunkan Stunting. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*.
<https://doi.org/10.31764/jmm.v6i3.8170>
- Putri, I. B., & Muhid, A. (2021). The Metode Pendidikan Keteladanan Relevansi antara Qasidah Burdah dengan Teori Belajar Sosial Albert Bandura. *Tarbiyatuna: Jurnal Pendidikan Islam*.
<https://doi.org/10.36835/tarbiyatuna.v14i2.1111>
- Rahayu Khairiah, Ita Herawati, & Nofa Anggraini. (2022). Pelatihan Dan Pendampingan Kader Kesehatan Dalam Kesiapan Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Hamil Guna Mencegah Stunting Dengan Melibatkan Support System Keluarga Di Puskesmas Pulogadung. *Jurnal Antara Abdimas Kebidanan*.
<https://doi.org/10.37063/abdimaskeb.v5i1.769>
- SDKI. (2017). Laporan Pendahuluan Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017. In *Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017*.
- Shitie, A., Tilahun, A., & Olijira, L. (2022). Exclusive breastfeeding practice and associated factors among mothers of infants age 6 to 12 months in Somali region of Ethiopia. *Scientific Reports*.
<https://doi.org/10.1038/s41598-022-22051-0>
- Wijastuti, A., Masitoh, S., Ainin, I. K., & Ardianingsih, F. (2020). Critical Analysis of the Inclusive Education Implementation in the Concept of Freedom of the Soul and Zona Proximal Development. *JPI (Jurnal Pendidikan Inklusi)*.
<https://doi.org/10.26740/inklusi.v3n2.p62-71>