

ABSTRAK
Efektivitas Tele-Support Melalui WhatsApp Reminder Terhadap Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Bekerja

Angka pemberian ASI Eksklusif di Indonesia sebesar 66,4% pada tahun 2024, masih di bawah target nasional 80%. Ibu bekerja menghadapi berbagai hambatan dalam pemberian ASI Eksklusif, antara lain keterbatasan waktu, kurangnya fasilitas laktasi, dan minimnya dukungan informasi berkelanjutan. Teknologi mHealth berbasis WhatsApp berpotensi menjadi solusi intervensi yang praktis dan mudah diakses. Studi ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas Tele-Support melalui WhatsApp Reminder terhadap pengetahuan dan praktik pemberian ASI Eksklusif pada ibu bekerja. Penelitian kuantitatif dengan desain quasi eksperimen pendekatan one group pretest-posttest. Sampel berjumlah 30 ibu bekerja yang memiliki bayi usia 0–6 bulan di Klinik Bidan Wanti Medan, dipilih secara purposive sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner sebelum dan sesudah intervensi WhatsApp Reminder selama periode Februari 2026. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank Test ($\alpha = 0,05$). Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat peningkatan bermakna pada pengetahuan ibu, dari rata-rata skor 5,73 (pretest) menjadi 7,97 (posttest), dengan nilai $Z = -4,12$ dan $p = 0,000$. Praktik pemberian ASI Eksklusif juga meningkat signifikan dari rata-rata skor 4,93 menjadi 7,40, dengan nilai $Z = -4,38$ dan $p = 0,000$. Responden berkategori "Baik" pada pengetahuan meningkat dari 26,7% menjadi 66,7%, dan pada praktik dari 23,3% menjadi 63,3%. Kesimpulan studi ini yaitu Tele-Support melalui WhatsApp Reminder terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan praktik pemberian ASI Eksklusif pada ibu bekerja. Intervensi ini direkomendasikan sebagai strategi pendukung menyusui yang inovatif, terjangkau, dan dapat diimplementasikan secara luas.

Kata Kunci: ASI Eksklusif, Ibu Bekerja, Tele-Support, WhatsApp Reminder, mHealth
