The Effect of Lactation Management Education on Self-Efficacy in Breastfeeding

Emi Fatmawati, Indah Puspitasari, Nasriyah

Departement Of Midwifery, Universitas Muhammadiyah Kudus, Indonesia
52023170268@std.umku.ac.id

Abstract

Breast milk (ASI) is the main nutrient produced by human mothers as a very important source of nutrition for babies. Breastfeeding Self-Efficacy is a psychological factor that plays an important role in increasing the success of breastfeeding. One way to increase the level of maternal self-efficacy in providing exclusive breastfeeding is through health education about lactation management. The research aims to determine the effect of lactation management education on self-efficacy in providing breast milk at the PKU Muhammadiyah Mayong Jepara Hospital.The type of research used is an experiment with a one group pretest-posttest design. The sample size was 34 respondents. The instrument used in this research was a self-efficacy questionnaire, namely the Breastfeeding Self Efficacy-Short Form (BSE-SF). Statistical tests use the Wilcoxon test. The results of the study showed that 17 respondents (50%) had low self-efficacy during the pre-test, then at post-test there were 20 (58.8%) respondents who had high self-efficacy in providing breast milk. Wilcoxon test showed a p value of 0.000, so it was concluded that there was an influence of lactation management on self-efficacy in providing breast milk at the PKU Muhammadiyah Mayong Jepara Hospital.

Keywords: *Education, lactation management, self efficacy*

Pengaruh Edukasi Manajemen Laktasi Terhadap Efikasi Diri Dalam Memberikan ASI

Abstrak

Air Susu Ibu (ASI) adalah nutrisi utama yang dihasilkan oleh ibu manusia sebagai sumber gizi yang sangat penting bagi bayi. *Breastfeeding Self-Efficacy*, merupakan salah satu faktor psikologis yang memainkan peran penting dalam meningkatkan keberhasilan pemberian ASI. Salah satu cara untuk meningkatkan tingkat efikasi diri ibu dalam pemberian ASI eksklusif adalah melalui edukasi kesehatan tentang manajemen laktasi. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi manajemen laktasi terhadap efikasi diri dalam memberikan ASI di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Mayong Jepara. Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan rancangan *one group pretest- posttest design.* Besar sampel sebanyak 34 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner efikasi diri yaitu *Breastfeeding Self Efficacy-Short Form* (BSE-SF). Uji statistik menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan ada 17 responden (50%) memiliki efikasi diri rendah saat pre test kemudian saat dilakukan post terdapat 20 (58,8%) responden memiliki efikasi diri tinggi dalam memberikan ASI. Uji Wilcoxon menunjukkan nilai *p* 0,000 sehingga disimpulkan ada pengaruh manajemen laktasi terhadap efikasi diri dalam memberikan ASI di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Mayong Jepara.

Kata Kunci : *Edukasi, manajemen laktasi, efikasi diri*

1. Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber gizi utama yang diproduksi oleh ibu manusia untuk diberikan kepada bayi, terutama pada tahap awal kehidupannya ketika bayi belum

Published by:
KONSORSIUM
LPPM PTMA
KOORDINATOR WILAYAH JATENG & DIY

mampu mengonsumsi makanan padat. ASI memainkan peran yang sangat penting dalam mendukung tumbuh kembang bayi, sekaligus membantu memperkuat sistem kekebalan tubuh bayi serta mencegah penyakit akut maupun kronis. ASI eksklusif telah dikenal luas sebagai pondasi bagi kehidupan yang sehat, memberikan manfaat yang signifikan bagi perkembangan fisik, mental, dan emosional bayi. Selain itu, ASI juga dikenal sebagai salah satu faktor kunci dalam mendukung keberhasilan pembangunan berkelanjutan [1].

Namun, meskipun ASI memiliki banyak manfaat, prevalensi pemberian ASI eksklusif masih terbilang rendah. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2021, hanya sekitar 44% bayi di seluruh dunia yang mendapatkan ASI eksklusif pada usia di bawah enam bulan. Di Indonesia, pada tahun 2021, cakupan pemberian ASI eksklusif tercatat mencapai 69,2%, meskipun angka tersebut masih jauh dari target yang diharapkan. Di Jawa Tengah, angka cakupan pemberian ASI eksklusif untuk bayi usia di bawah enam bulan tercatat lebih tinggi, yakni 78,7% pada tahun 2021 (Profil Kesehatan Jawa Tengah, 2021). Sedangkan, di Kabupaten Jepara, cakupan pemberian ASI eksklusif tercatat sebesar 74% pada tahun 2021 dan meningkat menjadi 76,4% pada tahun 2022 [3]

Keberhasilan pemberian ASI eksklusif sangat dipengaruhi oleh dukungan ibu serta keluarga dalam hal manajemen ASI yang baik. Manajemen ASI yang baik bukan hanya tentang pengetahuan ibu dalam memerah ASI, tetapi juga mencakup kesiapan ibu dan lingkungan sekitarnya untuk mendukung proses menyusui, terutama ketika ibu kembali bekerja. Pemberian ASI eksklusif terbukti memiliki dampak besar terhadap pertumbuhan bayi. Bayi yang diberikan ASI memiliki peluang 1,62 kali lebih besar untuk mengalami pertumbuhan normal dibandingkan bayi yang tidak mendapatkan ASI [4]

Beberapa faktor dapat menjadi penghambat dalam proses pemberian ASI, di antaranya adalah faktor sosiodemografi, status fisik dan mental ibu, serta tingkat dukungan sosial yang diterima. Salah satu faktor yang berpengaruh dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif adalah tingkat efikasi diri ibu. Efikasi diri dalam pemberian ASI, atau yang dikenal dengan *Breastfeeding Self-Efficacy* (BSE), adalah keyakinan ibu terhadap kemampuan dirinya dalam menyusui, yang dapat terlihat dari seberapa banyak usaha ibu untuk meningkatkan kemampuannya dan bagaimana dia menanggapi tantangan emosional yang muncul selama proses menyusui [5]

BSE memiliki tiga dimensi utama, yaitu dimensi teknik, dimensi dukungan, dan dimensi pemikiran intrapersonal. Penelitian menunjukkan bahwa BSE berpengaruh positif terhadap keberhasilan pemberian ASI. Ibu yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuan menyusui cenderung memiliki respons tubuh yang lebih baik, dengan peningkatan produksi ASI yang dipengaruhi oleh hormon yang berfungsi lebih optimal [6]. Namun, banyak ibu yang menghadapi hambatan dalam proses menyusui, terutama karena rendahnya efikasi diri mereka. Ibu dengan tingkat efikasi rendah seringkali merasa tidak mampu untuk menyusui bayinya, yang sering disebabkan oleh ketakutan akan kekurangan produksi ASI, sehingga merasa tidak mampu mencukupi kebutuhan gizi bayi [7]

Untuk meningkatkan efikasi diri ibu dalam memberikan ASI eksklusif, salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan mengenai manajemen laktasi kepada ibu pasca-persalinan. Semakin banyak informasi yang diperoleh ibu, semakin tinggi pengetahuan dan keterampilan yang dimilikinya, yang pada akhirnya dapat mengubah perilaku ibu menjadi lebih siap dalam menghadapi tantangan dalam menyusui. Pendidikan kesehatan tentang manajemen laktasi sangat penting bagi ibu pasca-persalinan agar mereka memahami pentingnya penerapan manajemen ASI yang tepat [8].

Published by:
KONSORSIUM
LPPM PTMA
KOORDINATOR WILAYAH JATENG & DIY

Penelitian oleh Rinata & Syahilda Hamdi, (2019) menunjukkan bahwa hampir setengah dari ibu hamil (46,7%) kurang mempersiapkan diri untuk memberikan ASI eksklusif selama masa kehamilan. Lebih lanjut, 75% ibu melakukan perawatan payudara dengan cara yang tidak tepat, sementara 50% ibu sudah mempersiapkan nutrisi untuk menyusui. Penelitian yang dilakukan oleh Woja, Mudayati, dan Susmini (2018) di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang juga mengungkapkan bahwa pengetahuan ibu tentang manajemen laktasi masih tergolong kurang, dengan 60% responden memiliki pengetahuan yang tidak memadai.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Mayong pada 5 September 2024, terdapat 62 ibu yang melahirkan di rumah sakit tersebut pada bulan Agustus. Dari wawancara dengan 10 ibu, ditemukan bahwa 6 ibu mengaku belum siap untuk memberikan ASI eksklusif karena berbagai alasan, sementara 4 ibu merasa siap. Beberapa faktor yang mempengaruhi kesiapan tersebut antara lain ibu yang bekerja, ibu yang sedang mengalami masalah kesehatan, serta pengalaman sebelumnya yang membuat ibu merasa cemas mengenai kemampuan produksi ASI mereka.

2. Literatur Review

2.1. Manajemen laktasi

Manajemen laktasi merupakan segala daya upaya yang dilakukan untuk membantu ibu untuk mencapai keberhasilan dalam menyusui bayinya. Usaha ini dilakukan dalam tiga tahap, yaitu pada masa kehamilan (antenatal), sewaktu dalam ibu persalinan (perinatal), dan masa menyusui sampai anak berusia 2 tahun (postnatal) [10]

Menyusui dalam hal ini memberikan ASI ekslusif merupakan cara yang terbaik untuk bayi karena ASI mudah dicerna dan memberikan gizi dalam jumlah yang cukup untuk kebutuhan bayi. Pelaksanaan pemberian ASI dapat dilakukan dengan benar jika pengetahuan ibu tentang manfaat ASI dan menyusui serta manajemen laktasi baik. Hal yang perlu dipersiapkan dalam manajemen laktasi pada masa kehamilan merupakan ibu mencari informasi tentang keunggulan ASI, manfaat menyusui serta dampak negatif pemberian susu formula, ibu memeriksakan kesehatan tubuh pada saat kehamilan, kondisi puting payudara dan memantau kenaikan berat badan saat hamil, melakukan perawatan payudara sejak umur kehamilan menginjak 6 bulan, ibu mencari informasi tentang gizi dan makanan tambahan saat hamil [11]

2.2. Efikasi diri

Efikasi diri merupakan suatu penilaian, persepsi, dan keyakinan individu terhadap diri sendiri dimana individu memiliki pikiran dan motivasi terkait kemampuan dan kompetensi terhadap diri sendiri, dalam melakukan aktivitas dan mencapai tujuan yang diinginkan. Efikasi diri merupakan keyakinan seseorang tentang kompetensi yang dimilikinya di bidang tertentu, sehingga dengan adanya keyakinan terhadap kemampuan diri diharapkan dapat meningkatkan minat seseorang [12]

Efikasi diri sangat berperan dalam mempengaruhi usaha yang telah dilakukan oleh individu dalam mencapai tujuannya, dimana semakin besar keyakinan seseorang terhadap kemampuan dan tujuannya, maka akan semakin tinggi kemampuan yang ia miliki dalam menyelesaikan tugasnya [12]

3. Metode

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pretest- posttest design*. Sampel sebesar 34 responden

Published by:
KONSORSIUM
LPPM PTMA
KOORDINATOR WILAYAH JATENG & DIY

melalui teknik *pusposive sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner efikasi diri yaitu *Breastfeeding Self Efficacy-Short Form* (BSE-SF). Uji statistic menggunakan uji Wilcoxon test.

4. Hasil dan Pembahasan

4.1. Analisa univariat

Hasil analisa univariat terhadap masing-masing variabel seperti pada penjelasan dibawah ini:

Tabel 1 hasil Analisa univariat

Indikator	*f*	%
Usia		
Produktif	31	91,2
Non-produktif	3	8
Pendidikan		
SD/Sederajat	4	11.7
SMP/Sederajat	7	20.6
SMA/Sederajat	16	47.1
PT/ Sederajat	7	20.6
Paritas		
Primipara	19	55.9
Multipara	15	44.1
Efikasi diri memberikan ASI (pre)		
Rendah	17	50
Cukup	14	41.2
Tinggi	3	8.8
Efikasi diri memberikan ASI (post)		
Rendah	2	5.9
Cukup	12	35.3
Tinggi	20	58.8

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa Sebagian dari 34 responden yang diteliti ada 31 (91,2%) responden yang masuk kategori usia produktif, responden berpendidikan tamat SMA dengan frekuensi sebesar 16 orang (47,1%), Responden baru pertama melahirkan (primipara) sebanyak 19 (55,98%) responden.

Responden sebelum diberikan edukasi yang memiliki efikasi diri rendah dalam memberikan ASI sebanyak 17 (50%), efikasi diri kategori cukup sebanyak 14 (41,2%). Kemudian setelah diberikan edukasi menjadi 20 (58,8%) responden termasuk efikasi tinggi, sedangkan ada 2 (5,9%) responden yang memiliki efikasi rendah dalam pemberian ASI.

4.2. Analisa Bivariat

Analisa bivariat untuk menganalisa ada tidaknya hubungan variabel yang satu dengan variabel yang lain. Analisa bivariat menggunakan uji statistik *wilcoxon* di SPSS.

Tabel 2 hasil Analisa bivariat (n = 34)

No	Efikasi diri	*F*		*Nilai P*	Naik	Tetap	Turun
		Pre (%)	Post (%)				
1	Rendah	17(50)	2(5,9)	0,000	23	11	0
2	Cukup	14(41,2)	12(35,3)				
3	Tinggi	3(8,8)	20(58,8)				
	Total	**34 (100)**	**34 (100)**				

Hasil penelitian menunjukkan bahwa uji Wilcoxon menghasilkan nilai p = 0,000, yang lebih kecil dari 0,05, yang berarti ada pengaruh signifikan dari manajemen laktasi terhadap efikasi diri ibu dalam menyusui di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Mayong Jepara. Temuan ini juga terlihat dari perubahan yang signifikan pada responden, di mana sebelum

Published by:
KONSORSIUM
LPPM PTMA
KOORDINATOR WILAYAH JATENG & DIY

intervensi, hanya 3 responden (8,8%) yang memiliki efikasi tinggi, namun setelah diberikan pendidikan laktasi, jumlah responden yang memiliki efikasi tinggi meningkat menjadi 20 (58,8%). Secara keseluruhan, 23 responden mengalami peningkatan efikasi diri, sementara 11 responden lainnya tidak menunjukkan perubahan.

Efikasi diri ibu dalam menyusui, atau yang dikenal dengan *breastfeeding self-efficacy* (BSE), merujuk pada keyakinan ibu terhadap kemampuannya dalam menyusui bayi. Beberapa faktor dapat mempengaruhi tingkat BSE ibu, di antaranya adalah pemberian edukasi tentang manajemen laktasi. Pemberian edukasi ini terbukti efektif dalam meningkatkan BSE, seperti yang terungkap dalam penelitian ini, yang menunjukkan bahwa pendidikan laktasi yang diberikan dapat memperkuat keyakinan ibu dalam menyusui dan meningkatkan kemampuan mereka dalam memberikan ASI secara eksklusif.

Penelitian ini sejalan dengan hasil yang ditemukan oleh Rahmayanti et al., (2021), yang menunjukkan bahwa 10 responden yang menerima edukasi online mengalami peningkatan signifikan dalam *self-efficacy*, dengan selisih mean sebesar 18,8. Uji statistik juga menunjukkan p = 0,000, yang menandakan adanya pengaruh positif dari edukasi berbasis keluarga dalam meningkatkan *self-efficacy* ibu pasca-persalinan. Penelitian lain oleh Riyanti (2019) juga menyimpulkan adanya perbedaan signifikan antara skor *self-efficacy* sebelum dan setelah pemberian edukasi tentang *breastfeeding*, yang menegaskan pentingnya intervensi edukasi dalam meningkatkan kepercayaan diri ibu saat menyusui.

Peran *self-efficacy* sangat besar dalam praktik pemberian ASI, sehingga sangat penting untuk melakukan upaya-upaya untuk meningkatkannya. Maharani et al., (2024) menyatakan bahwa ibu dengan self-efficacy tinggi cenderung memberikan ASI lebih lama dibandingkan dengan ibu yang memiliki *self-efficacy* rendah. Bahkan, penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara self-efficacy pada hari pertama pasca-persalinan dengan durasi pemberian ASI pada dua bulan setelah melahirkan. Ibu dengan tingkat efikasi diri yang tinggi rata-rata memberikan ASI selama 49 hari, sementara ibu dengan efikasi rendah hanya sekitar 34 hari.

Dalam penelitian ini, metode yang digunakan untuk meningkatkan efikasi diri ibu adalah ceramah, diskusi, dan penggunaan media lembar balik. Lembar balik ini mencakup informasi tentang manfaat ASI untuk ibu dan bayi, persiapan yang diperlukan untuk menunjang kelancaran ASI, perbedaan antara ASI dan susu formula, teknik menyusui yang tepat, makanan yang dapat memperlancar produksi ASI, serta cara yang benar untuk menyimpan ASI. Penggunaan media ini memudahkan peneliti dalam menyampaikan informasi secara jelas dan efektif, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan pengetahuan ibu, sehingga juga meningkatkan efikasi diri mereka dalam menyusui.

Penemuan ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Lunenburg, yang menyatakan bahwa *breastfeeding self-efficacy* dapat dipengaruhi oleh empat faktor utama: pencapaian prestasi (*performance accomplishment*), pengalaman orang lain (*vicarious experiences*), persuasi verbal (*verbal persuasion*), dan respon fisiologis (*physiological responses*). Pendidikan tatap muka dengan menggunakan media lembar balik termasuk dalam kategori persuasi verbal, di mana dukungan dari tenaga kesehatan dan keluarga sangat berpengaruh dalam meningkatkan BSE ibu. Dukungan verbal dari keluarga, suami, atau tenaga medis seperti konsultan laktasi dapat memberikan dorongan dan keyakinan yang kuat bagi ibu untuk berhasil menyusui bayinya.

Berdasarkan hasil penelitian ini dan teori yang mendasarinya, dapat disimpulkan bahwa peningkatan efikasi diri ibu dalam memberikan ASI didorong oleh dukungan yang diterima ibu dari berbagai pihak, terutama tenaga kesehatan yang memberikan edukasi

Published by:
KONSORSIUM
LPPM PTMA
KOORDINATOR WILAYAH JATENG & DIY

dengan cara yang sederhana dan mudah dipahami. Faktor lain yang tak kalah penting adalah dukungan dari keluarga, terutama suami, yang sering berinteraksi langsung dengan ibu. Dukungan verbal dan bantuan praktis dari orang terdekat ibu dapat menjadi faktor utama dalam meningkatkan keyakinan diri ibu untuk memberikan ASI secara eksklusif.

5. Kesimpulan

Penelitian di RS PKU Muhammadiyah Mayong Jepara menunjukkan hasil *pre-test* pada ibu sebagian besar responden memiliki efikasi diri rendah dalam memberikan ASI sebanyak 17 (50%). Kemudian pada hasil *post-test*, sebagian besar responden memiliki efikasi diri tinggi dalam memberikan ASI setelah diberikan edukasi manajemen laktasi sebanyak 20 (58,8%). Ada pengaruh manajemen laktasi terhadap efikasi diri dalam memberikan ASI di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Mayong Jepara dengan nilai *p* 0,000.

Ucapan Terima Kasih (jika ada)

Ucapan terima kasih peneliti berikan kepada bapak direktur rumah sakit PKU Muhammadiyah Mayong yang telah memberikan dukungan berupa ijin penelitian dan sarana penunjang penelitian lainnya.

Referensi

[1] N. Lentina, R. Etika, dan D. I. Budiono, "the Effect of Mother'S Readiness on Breastfeeding Success," *Indones. Midwifery Heal. Sci. J.*, vol. 5, no. 2, hal. 152–159, 2021, doi: 10.20473/imhsj.v5i2.2021.152-159.
[2] Dinkes Jateng, "Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah," Semarang, 2021.
[3] PERBUP Jepara, "rencana aksi dan gizi," 2023.
[4] R. Tampake, "Educational Model of Antenatal Care and Lactation Preparation In Batusuya Health Center, Sindue Tombusabora District, Donggala Regency," *J. ilmu Kesehat.*, vol. 12, no. 1, hal. 1–7, 2019, [Daring]. Tersedia pada: http://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/JIK
[5] A. Asnidawati dan S. Ramdhan, "Hambatan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan," *J. Ilm. Kesehat. Sandi Husada*, vol. 10, no. 1, hal. 156–162, 2021, doi: 10.35816/jiskh.v10i1.548.
[6] A. Merdikawati dan M. Choiriyah, "Breastfeeding Self-Efficacy (Bse): Comparation Between Antenatal and Postpartum Period," *J. Nurs. Sci. Updat.*, vol. 7, no. 1, hal. 105–111, 2019.
[7] V. O. Jaya dan C. S. Pratiwi, "Faktor-faktor yang mempengerahi efikasi diri menyusui ibu hamil trimester 3(Factors Affecting Self-Efficacy Breastfeeding in 3rd Trimester Pregnant Women)," *J. Midwifery Reprod.*, vol. 5, no. 2, hal. 94–103, 2022, [Daring]. Tersedia pada: https://journal.umbjm.ac.id/index.php/midwiferyandreproduction/article/view/883/509
[8] M. Sholehah, K. Kholisotin, dan Z. Munir, "Efektifitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Audio Visual dan Poster terhadap Perilaku Ibu Primipara dalam Manajemen Laktasi," *Citra Delima*, vol. 3, no. 2, hal. 117–127, 2020, doi: 10.33862/citradelima.v3i2.67.
[9] E. Rinata dan H. P. Syahilda Hamdi, "Persiapan Asi Eksklusif Ibu Hamil Di Rb Eva Candi Sidoarjo," *Midwiferia*, vol. 1, no. 2, hal. 125, 2019, doi: 10.21070/mid.v1i2.356.
[10] A. Maryunani, *Inisiasi menyusu dini, ASI eksklusif dan Manajemen laktasi*. Jakarta: Trans Info Media, 2015.
[11] S. R. Amrina, S. P. Arso, dan N. Nandini, "ANALISIS EFEKTIVITAS PROGRAM INOVASI PEMBERIAN ASI GERSASI DI PUSKESMAS JATI KABUPATEN KUDUS," *J. Kesehat. Masy.*, vol. 9, no. 3, 2021, doi: 10.14710/jkm.v9i3.29648.
[12] C. Stefano, *Albert Bandura dan faktor efikasi diri*. Stefano Calicchio, 2023.
[13] R. Rahmayanti, D. Adha, dan F. Wahyuni S, "Pengaruh Edukasi Online Berbasis

Family Centered Maternity Care Terhadap Self Efficacy Ibu Postpartum Dalam Pemberian Asi Eksklusif," *J. Kesehat. Mercusuar*, vol. 4, no. 1, hal. 92–100, 2021, doi: 10.36984/jkm.v4i1.202.

[14] F. Maharani, E. Yuliaswati, dan F. I. Kesehatan, "Hubungan Breastfeeding Self-Efficacy (BSEF) dengan Pemberian ASI Eksklusif," vol. 2, no. 4, 2024.