Reserch Article **Open Access**

Journal of Midwifery and Health Research
Vol. 5, No 01, Tahun 2026, pp 08-15
e- ISSN: 2964-1454
Doi: https://doi.org/10.36743/jmhr.v5i1.1076
https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JMHR

Pengaruh Edukasi Persiapan Menyusui Terhadap Peningkatan *Breastfeeding self-efficacy* Pada Ibu Hamil Trimester II-III Di wilayah Kerja Puskesmas Telaga Biru

Pazra Mohehu[1], Rizky Nikmathul Husna Ali[1]*, Tressan Eka Putri S Katili[1], Jusri Adam[1]
[1]Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Abstrak . Latar Belakang: Efikasi diri menyusui merupakan faktor psikologis penting yang memengaruhi kepercayaan diri ibu dalam menyusui. Pendidikan persiapan menyusui antenatal dapat membantu ibu hamil mengembangkan kepercayaan diri yang dibutuhkan untuk memulai dan mempertahankan menyusui. **Tujuan**: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pendidikan persiapan menyusui terhadap efikasi diri menyusui pada ibu hamil trimester kedua dan ketiga di wilayah kerja Puskesmas Telaga Biru, Indonesia. Metode: Studi pra-eksperimental menggunakan desain *Pretest-Posttest* satu kelompok dilakukan pada 26 ibu hamil yang dipilih melalui *purposive sampling*. Efikasi diri menyusui diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan Skala Efikasi Diri Menyusui Bentuk Pendek (BSES-SF) yang dimodifikasi. Intervensi mencakup manfaat menyusui, teknik posisi dan pelekatan, perawatan payudara, dan manajemen masalah laktasi. Data dianalisis menggunakan uji t sampel berpasangan. **Hasil**: Sebelum intervensi, semua peserta (100%) memiliki efikasi diri menyusui yang rendah, dengan skor rata-rata 27,50. Setelah intervensi, semua peserta (100%) diklasifikasikan memiliki efikasi diri yang tinggi, dengan skor rata-rata 56,19. Skor rata-rata meningkat sebesar 28,69 poin, menunjukkan perbedaan yang signifikan secara statistik antara skor pra-uji dan pasca-uji ($p < 0,001$). **Kesimpulan**: Pendidikan persiapan menyusui dikaitkan dengan peningkatan yang signifikan dalam efikasi diri menyusui. Mengintegrasikan persiapan menyusui yang terstruktur ke dalam perawatan antenatal dapat membantu memperkuat kepercayaan ibu dalam menyusui.

Kata kunci: Edukasi persiapan menyusui; Efikasi diri menyusui; Ibu hamil; Asuhan antenatal.

Abstract. ***Background****: Breastfeeding self-efficacy is an important psychological factor influencing maternal confidence in breastfeeding. Antenatal breastfeeding preparation education may help pregnant women develop the confidence needed to initiate and maintain breastfeeding.* ***Objective****: This study aimed to analyze the effect of breastfeeding preparation education on breastfeeding self-efficacy among second- and third-trimester pregnant women in the working area of Telaga Biru Health Center, Indonesia.* ***Methods****: A pre-experimental study using a one-group Pretest–Posttest design was conducted among 26 pregnant women selected through purposive sampling. Breastfeeding self-efficacy was measured before and after the intervention using a modified Breastfeeding self-efficacy Scale–Short Form (BSES-SF). The intervention covered breastfeeding benefits, positioning and attachment techniques, breast care, and lactation problem management. Data were analyzed using a paired-samples t-test.* ***Results****: Before the intervention, all participants (100%) had low breastfeeding self-efficacy, with a mean score of 27.50. After the intervention, all phen maternal confidence in breastfeeding articipants (100%) were classified as having high self-efficacy, with a mean score of 56.19. The mean score increased by 28.69 points, indicating a statistically significant difference between Pretest and Posttest scores ($p < 0.001$).* ***Conclusion****: Breastfeeding preparation education was associated with a significant improvement in breastfeeding self-efficacy. Integrating structured breastfeeding preparation into Antenatal Care may help strengt*

Keywords: Breastfeeding preparation education; Breastfeeding self-efficacy; Pregnant women; Antenatal Care.

Corresponding Author: **Rizky Nikmathul Husna Ali**
Afilliasi: Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo
Email: rizkynikmathulali@umgo.ac.id

Received	*Revised*	*Accepted*	*Published*
23-07-26	*23-09-26*	*21-10-26*	*31-10-26*

Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi alamiah terbaik dan terunggul bagi bayi yang mengandung komponen zat gizi esensial, antibodi, imunoglobulin, enzim, serta faktor pertumbuhan yang terintegrasi secara sempurna untuk menunjang tumbuh kembang fisik maupun kognitif anak secara optimal (*World Health Organization*, 2020; Amir et al., 2023). *World Health Organization* (WHO, 2020) secara konsisten merekomendasikan praktik pemberian ASI eksklusif, yaitu hanya memberikan ASI saja kepada bayi tanpa tambahan makanan cair maupun padat lainnya termasuk air putih sejak saat dilahirkan hingga bayi genap berusia enam bulan, yang kemudian dilanjutkan dengan pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang adekuat disertai kelanjutan menyusui hingga anak berusia dua tahun atau lebih. Rekomendasi global ini didasari oleh bukti ilmiah kokoh yang menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif berperan nyata dalam menurunkan angka kesakitan (*morbimortalitas*) dan kematian bayi akibat berbagai infeksi saluran pencernaan seperti diare, infeksi saluran pernapasan akut (ISPA), pneumonia, hingga sindrom kematian bayi mendadak (*Sudden Infant Death Syndrome* / SIDS) (Ramlan et al., 2022). Bagi ibu, praktik menyusui memberikan manfaat kesehatan jangka panjang yang krusial, antara lain mempercepat proses involusi uteri pascapersalinan, menekan risiko perdarahan pascapersalinan, memfasilitasi penurunan berat badan, serta menurunkan risiko terkena kanker payudara, kanker ovarium, diabetes melitus tipe 2, dan penyakit kardiovaskular di kemudian hari (Eka & Victora, 2022).

Meskipun bukti ilmiah mengenai manfaat klinis dan psikologis ASI eksklusif telah terbukti sangat luas dan fundamental, cakupan keberhasilan pemberian ASI eksklusif di tingkat global maupun nasional masih menghadapi hambatan dan tantangan yang sangat kompleks (Ramlan et al., 2022; Yelvianti, 2024). Secara global, target WHO untuk mencapai angka ASI eksklusif minimal 50% pada tingkat dunia masih jauh dari harapan, di mana jutaan bayi di berbagai negara berkembang tidak mendapatkan hak ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan mereka (*World Health Organization*, 2020). Di Indonesia, meskipun kebijakan perlindungan dan promosi ASI telah diatur secara tegas melalui Peraturan Pemerintah dan program prioritas percepatan penurunan stunting nasional dalam kerangka 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), cakupan pencapaian ASI eksklusif di berbagai daerah masih mengalami fluktuasi yang signifikan (Novariani et al., 2024). Kegagalan dalam pemberian ASI eksklusif ini dipengaruhi oleh kombinasi faktor biologis, emosional, sosial-budaya, hingga keterbatasan dukungan dari sistem pelayanan kesehatan (Titaley et al., 2021). Hambatan teknis yang sering kali ditemui pada masa-masa awal laktasi meliputi rasa nyeri akibat puting lecet, payudara bengkak (*engorgement*), pengeluaran kolostrum atau ASI yang dirasa belum lancar pada hari-hari pertama pascapersalinan, hingga persepsi subjektif ibu bahwa produksi ASI-nya tidak mencukupi kebutuhan nutrisi bayi (*perceived insufficient milk supply*) (Etik et al., 2025).

Secara emosional dan psikologis, ketidaksiapan mental ibu hamil sebelum melahirkan sering kali menjadi pemicu timbulnya kecemasan, kebingungan, dan rasa putus asa ketika menghadapi kendala-kendala laktasi awal tersebut. Kurangnya pengetahuan yang memadai mengenai teknik menyusui yang benar, cara melakukan pelekatan (*latch-on*) yang efektif, serta pemahaman mengenai fisiologi produksi ASI menyebabkan banyak ibu mengambil keputusan prematur untuk menghentikan pemberian ASI dan beralih memberikan formula bayi atau makanan tambahan sebelum bayi berusia enam bulan (Nur Sholihah et al., 2023). Hambatan ini semakin diperberat pada ibu yang bekerja (*working mothers*) akibat terbatasnya fasilitas ruang menyusui/pumping di tempat kerja, kurangnya durasi cuti melahirkan, serta tekanan beban kerja dual-peran (Prastita et al., 2025). Selain itu, determinan sosial seperti kurangnya dukungan dari suami dan keluarga inti, maraknya promosi pengganti ASI yang agresif, serta tradisi pemberian makanan pra-laktal di beberapa komunitas daerah turut menjadi faktor penghambat keberhasilan laktasi eksklusif (Yelvianti, 2024).

Dalam struktur determinan psikologis menyusui, salah satu variabel kunci yang paling determinatif dalam menentukan keberhasilan, inisiasi, serta keberlanjutan proses laktasi adalah *breastfeeding self-efficacy* (Rizka et al., 2025). *Breastfeeding self-efficacy* didefinisikan sebagai keyakinan, kepercayaan diri, dan persepsi kemampuan yang dimiliki oleh seorang ibu terkait dengan kemampuannya dalam menyusui bayinya secara sukses (Wang & Chang, 2023). Berdasarkan landasan teori efikasi diri, keyakinan diri seseorang tidak hanya mempengaruhi pilihan tindakan yang diambil, tetapi juga menentukan besarnya usaha yang dikeluarkannya serta seberapa lama ia sanggup bertahan menghadapi rintangan atau kegagalan awal (Mudaharimbi, 2021). Dalam konteks menyusui, ibu yang memiliki tingkat *breastfeeding self-efficacy* yang tinggi cenderung memiliki persepsi positif, motivasi internal yang kuat, serta ketahanan emosional (*resilience*) yang baik untuk mengatasi masalah-masalah teknis laktasi seperti rasa sakit pada puting atau kecemasan akan kecukupan volume ASI. Sebaliknya, ibu dengan *breastfeeding self-efficacy* yang rendah rentan mengalami depresi pascapersalinan, merasa tidak berdaya, dan sangat mudah menyerah sehingga memilih menghentikan pemberian ASI lebih awal (Titaley et al., 2021).

Keyakinan diri (*self-efficacy*) dalam menyusui tidak terbentuk secara spontan saat proses persalinan terjadi, melainkan merupakan hasil akumulasi proses kognitif dan emosional yang dipengaruhi

oleh empat sumber utama: pengalaman keberhasilan (*performance accomplishments*), pengalaman mengamati orang lain (*vicarious experiences*), persuasi verbal (verbal persuasion), serta respons kondisi fisik dan emosional (*physiological and affective states*) (Metin & Baltacı, 2024). Oleh karena itu, periode antenatal khususnya pada kehamilan trimester II dan III merupakan jendela kesempatan (*window of opportunity*) yang sangat ideal dan strategis untuk membentuk serta memperkuat *breastfeeding self-efficacy* ibu (Wahyudi et al., 2025). Selama masa kehamilan trimester II dan III, kesiapan psikologis ibu hamil mulai terbentuk seiring dengan perubahan fisik tubuh dan pematangan persiapan menyongsong kelahiran bayinya (Mastika et al., 2024). Pemberian edukasi dan bimbingan persiapan menyusui terstruktur sejak masa antenatal memungkinkan ibu hamil untuk memperoleh pengetahuan komprehensif, mengikis mitos-mitos salah seputar menyusui, serta membangun ekspektasi yang realistis mengenai proses laktasi (Nur Sholihah et al., 2023; Etik et al., 2025).

Pemerintah Indonesia sebenarnya telah memperkuat kebijakan pelayanan kesehatan ibu dan anak melalui pengintegrasian edukasi laktasi ke dalam program *Antenatal Care* (ANC) terpadu serta pelaksanaan Kelas Ibu Hamil di setiap jenjang fasilitas pelayanan kesehatan primer seperti Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas) (Arif & Atarie, 2023). Namun demikian, pada tingkat implementasi praktis di berbagai daerah, pelaksanaan edukasi persiapan menyusui sering kali belum berjalan secara optimal, terstruktur, dan berkesinambungan (Kang et al., 2025). Pelayanan pemeriksaan kehamilan rutin di lapangan masih kerap terfokus secara dominan pada aspek pemeriksaan fisik-biologis belaka (seperti pengukuran tekanan darah, penimbangan berat badan, pemeriksaan HB, dan pengukuran LILA), sementara pemberian konseling laktasi yang komprehensif dan mendalam mengenai persiapan psikologis serta pelatihan keterampilan praktis menyusui masih sangat terbatas dan sering terabaikan akibat tingginya beban pelayanan harian petugas kesehatan (Arif & Atarie, 2023; Kang et al., 2025).

Kondisi tersebut tercermin secara nyata di wilayah kerja Puskesmas Telaga Biru, Kabupaten Gorontalo. Berdasarkan data sekunder Dinas Kesehatan Kabupaten Gorontalo tahun 2024, Kecamatan Telaga Biru mencatatkan populasi ibu hamil yang relatif besar. Catatan rekam medis dan pendaftaran Puskesmas Telaga Biru mencatat terdapat setidaknya 51 ibu hamil trimester II dan III pada periode Januari–Februari 2026. Berdasarkan hasil pengamatan awal, observasi lapangan, serta wawancara pendahuluan yang dilakukan terhadap sejumlah ibu hamil di wilayah tersebut, terungkap fenomena bahwa mayoritas ibu hamil belum memahami secara mendalam mengenai langkah-langkah persiapan menyusui yang benar. Sebagian besar edukasi yang diterima ibu hamil saat kunjungan kehamilan rutin masih bersifat umum dan belum menyentuh aspek-aspek krusial manajemen laktasi. Hal ini berdampak langsung pada tingginya tingkat kecemasan dan rendahnya tingkat kepastian serta kepercayaan diri (*self-efficacy*) ibu hamil dalam menghadapi masa menyusui pascapersalinan. Banyak ibu hamil terutama kelompok primigravida maupun multipara yang memiliki riwayat kegagalan menyusui sebelumnya mengungkapkan kekhawatiran mendalam mengenai ketidakmampuan mereka memproduksi ASI yang cukup, rasa takut terhadap rasa sakit saat menyusui, serta ketidakpahaman mengenai posisi dan teknik pelekatan bayi yang tepat pada payudara.

Untuk mengatasi keterbatasan waktu dan ruang dalam pelayanan antenatal konvensional, penggunaan media edukasi yang praktis, ringkas, informatif, dan menarik seperti leaflet menjadi opsi intervensi yang sangat relevan dan potensial (Wahyudi et al., 2025). Media leaflet yang dirancang secara terstruktur mampu menyajikan materi-materi kunci persiapan menyusui mulai dari manfaat ASI, anatomi dan fisiologi laktasi, persiapan fisik dan perawatan payudara (*breast care*), posisi dan teknik pelekatan (*latch-on*) yang benar, hingga manajemen praktis mengatasi keluhan menyusui dalam format bahasa yang sederhana, dilengkapi gambaran visual interaktif yang mudah dipahami (Prabasari et al., 2026). Media cetak ringkas ini dapat dibaca ulang oleh ibu hamil secara mandiri di rumah bersama suami dan keluarga, sehingga memperkuat daya ingat (*retention*) serta memperluas dukungan persuasi verbal dari lingkungan keluarga inti (Metin & Baltacı, 2024).

Beberapa penelitian terdahulu telah berupaya mengkaji intervensi edukasi terhadap kesehatan ibu dan anak. Sebagai contoh, penelitian yang dilakukan oleh Fazira (2023) meneliti efektivitas penggunaan media edukasi terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai manajemen laktasi dasar. Namun demikian, penelitian tersebut terbatas pada pengukuran aspek kognitif (pengetahuan) semata tanpa mengukur dampak psikologis langsung terhadap keyakinan diri ibu. Penelitian ini hadir untuk mengisi celah (gap) keilmuan tersebut dengan memfokuskan analisis secara eksplisit pada sejauh mana pemberian edukasi persiapan menyusui terstruktur dengan bantuan media leaflet mampu mentransformasi dan meningkatkan *breastfeeding self-efficacy* pada ibu hamil trimester II dan III, yang diukur secara terukur dan spesifik menggunakan instrumen baku teruji *Breastfeeding self-efficacy* Scale-Short Form (BSES-SF) (Prabasari et al., 2026).

Mengingat betapa krusialnya peran keyakinan diri ibu hamil dalam menjamin keberhasilan inisiasi dan keberlanjutan pemberian ASI eksklusif kelak pascapersalinan, pembuktian efektivitas intervensi edukasi persiapan menyusui pada tingkat pelayanan kesehatan primer menjadi sangat urgen untuk diteliti

(Etik et al., 2025; Prabasari et al., 2026). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam pengaruh edukasi persiapan menyusui terhadap peningkatan *breastfeeding self-efficacy* pada ibu hamil trimester II dan III di wilayah kerja Puskesmas Telaga Biru. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis bagi pengembangan keilmuan asuhan kebidanan antenatal, sekaligus memberikan bukti empiris dan rekomendasi praktis bagi pengelola program Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) di Puskesmas Telaga Biru dalam merancang strategi edukasi laktasi antenatal yang lebih terintegrasi, terstruktur, dan berorientasi pada penguatan psikologis ibu.

Metode

Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian pra-eksperimental dengan menggunakan rancangan *one group Pretest-Posttest design*. Penelitian dilakukan dengan cara mengukur tingkat *breastfeeding self-efficacy* ibu hamil sebelum (*Pretest*) dan sesudah (*Posttest*) diberikan intervensi persiapan menyusui. Variabel independen dalam penelitian ini adalah intervensi tentang persiapan menyusui menggunakan media leaflet sedangkan variabel dependen adalah *breastfeeding self-efficacy*. Penelitian ini telah dinyatakan layak etik oleh Komite Etik Penelitian Kesehatan dengan Nomor Surat Kelaikan Etik 096/KEPK-FIKES/IV/2026.

Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester II dan III yang terdaftar di wilayah kerja Puskesmas Telaga Biru pada bulan Januari–Februari 2026, yaitu sebanyak 51 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang ditetapkan, sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 26 orang ibu hamil. Kriteria inklusi meliputi: ibu hamil usia kehamilan trimester II dan III, bersedia menjadi responden, serta mampu membaca dan berkomunikasi dengan baik.

Intervensi yang diberikan

Intervensi yang diberikan berupa edukasi persiapan menyusui secara terstruktur yang disampaikan menggunakan media leaflet. Leaflet tersebut memuat informasi mengenai pentingnya menyusui, persiapan menyusui sejak dini, manfaat ASI bagi ibu dan bayi, teknik pelekatan (*latch on*) serta posisi menyusui yang benar, perawatan payudara, dan manajemen penanganan keluhan laktasi (seperti puting lecet dan ASI belum lancar). Intervensi diberikan secara tatap muka (luring) dalam sesi edukasi dan pendampingan individu/kelompok kecil. Pengukuran *Posttest* dilakukan setelah responden menerima seluruh rangkaian materi intervensi persiapan menyusui.

Pengumpulan Data

Pengumpulan data menggunakan instrumen kuesioner *Breastfeeding self-efficacy Scale-Short Form* (BSES-SF) yang dikembangkan oleh Dennis (2003) dan telah diterjemahkan serta divalidasi ke dalam bahasa Indonesia. Kuesioner BSES-SF terdiri dari 14 butir pernyataan yang mengukur tingkat kepercayaan diri ibu dalam menyusui, menggunakan skala Likert 1–5 (dari skor 1 = sangat tidak yakin hingga 5 = sangat yakin). Pengukuran dilakukan dua kali, yaitu sebelum intervensi (*Pretest*) dan setelah intervensi (*Posttest*).

Analisis Data

Data yang diperoleh diolah dan dianalisis menggunakan program statistik. Tahap analisis diawali dengan uji normalitas data untuk mengetahui distribusi data. Karena data berdistribusi normal, analisis statistik dilanjutkan dengan uji *paired sample t-test* untuk menilai perbedaan rerata skor *breastfeeding self-efficacy* sebelum dan sesudah intervensi. Seluruh uji statistik menggunakan tingkat signifikansi = 0,05 (nilai $p < 0,05$ menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan).

Hasil

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Usia		
20-35	13	50,0
>35	13	50,0
Usia Kehamilan (Minggu)		
13-27 (Trimester 2)	17	65,4
28-42 (Trimester 3)	9	34,6
Paritas		
Primipara	9	34,6
Multipara	17	65,4
Pendidikan		
SD	17	65,4

SMA	4	15,4
Sarjana	5	19,2
Pekerjaan		
Bekerja	10	38,4
Tidak Bekerja	16	61,5
Total	**26**	**100,0**

Berdasarkan Tabel 1, responden terdistribusi seimbang pada kelompok usia 20–30 tahun dan 31–40 tahun, masing-masing sebanyak 13 orang (50,0%). Sebagian besar responden berada pada usia kehamilan Trimester II (65,4%), berstatus multipara (65,4%), memiliki tingkat pendidikan SD (65,4%), serta tidak bekerja (61,5%).

Tabel 2. *Breastfeeding self-efficacy* Sebelum dan Sesudah Diberikan Persiapan Menyusui

Kesiapan	*self-efficacy*			
	Sebelum		Sesudah	
	n	%	n	%
Tinggi	0	0.0	26	100.00
Rendah	26	100.0	0	0
Total	26	100.0	26	100.0

Berdasarkan Tabel 2, seluruh responden (100,0%) berada pada kategori rendah sebelum diberikan intervensi. Setelah diberikan intervensi persiapan menyusui, seluruh responden (100,0%) mengalami peningkatan ke kategori tinggi.

Uji normalitas data dilakukan terlebih dahulu untuk menentukan uji statistik yang sesuai. Berdasarkan hasil uji normalitas, data berdistribusi normal ($p > 0,05$), sehingga dilanjutkan dengan uji *Paired sample t-test*. Hasil analisis efektivitas intervensi disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Pengaruh Persiapan Menyusui Terhadap Peningkatan *Breastfeeding Self Efficacy*

Variabel	*Mean*	Selisih	t hitung	*P-Value*	Keterangan
Pretest	27.50	28.69	-40.175	0.000	Berpengaruh
Posttest	56.19				

Berdasarkan Tabel 3, nilai rata-rata (*mean*) *breastfeeding self-efficacy* sebelum intervensi sebesar 27,50 dan meningkat menjadi 56,19 setelah intervensi, dengan kenaikan selisih rata-rata sebesar 28,69. Hasil uji statistik *paired sample t-test* memperoleh nilai t = -40,175 dan nilai signifikansi p = 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari persiapan menyusui terhadap peningkatan *breastfeeding self-efficacy* pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Telaga Biru.

Pembahasan

Breastfeeding self-efficacy Sebelum Diberikan Persiapan Menyusui

Berdasarkan hasil penelitian, sebelum diberikan intervensi persiapan menyusui (*Pretest*), seluruh responden (100%) memiliki tingkat *breastfeeding self-efficacy* dalam kategori rendah dengan nilai rata-rata sebesar 27,50. Hasil ini mengindikasikan bahwa sebagian besar ibu hamil belum memiliki keyakinan yang optimal terhadap kemampuannya dalam menyusui. Rendahnya *self-efficacy* pada pengukuran awal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya karakteristik demografi responden, pengetahuan yang terbatas, serta pengalaman menyusui sebelumnya. Dari aspek pendidikan, mayoritas responden berpendidikan dasar (SD yaitu 65,4%). Tingkat pendidikan yang rendah dapat memengaruhi kemampuan ibu dalam menyerap, memahami, dan mengaplikasikan informasi kesehatan terkait laktasi. Keterbatasan ini berdampak pada minimnya pemahaman ibu mengenai manfaat ASI, teknik menyusui yang benar, perawatan payudara, serta penanganan kendala laktasi seperti puting lecet atau produksi ASI yang belum lancar. Selain pendidikan, faktor pengalaman pada kelompok multipara (65,4%) juga memberi kontribusi terhadap rendahnya keyakinan diri sebelum intervensi. Ungkapan responden menunjukkan adanya riwayat masalah pada masa menyusui sebelumnya, seperti rasa nyeri akibat puting lecet dan persepsi ketidakcukupan produksi ASI. Pengalaman kurang menyenangkan tersebut memicu kecemasan dan memperkuat persepsi negatif terhadap kemampuan diri dalam menyusui anak berikutnya. Kondisi awal ini sejalan dengan temuan Lumbantoruan et al. (2024) serta Widayanti (2023) yang melaporkan bahwa sebelum diberikan edukasi atau intervensi kesehatan, mayoritas ibu hamil berada pada tingkat *self-efficacy* yang rendah akibat minimnya pengetahuan dan pengalaman positif. Keterbatasan akses informasi serta belum maksimalnya edukasi laktasi selama pemeriksaan kehamilan rutin menjadi pendorong utama timbulnya keraguan emosional dan ketidaksiapan psikologis pada ibu.

Breastfeeding self-efficacy Sesudah Diberikan Persiapan Menyusui

Setelah diberikan intervensi persiapan menyusui (*Posttest*), terjadi peningkatan signifikan pada tingkat *breastfeeding self-efficacy*. Seluruh responden (100%) mengalami peningkatan ke kategori tinggi dengan nilai

rata-rata mencapai 56,19 (terjadi peningkatan rata-rata sebesar 28,69). Peningkatan nilai *Posttest* teramati pada seluruh karakteristik responden. Ibu pada rentang usia reproduksi sehat (20–35 tahun dan >35 tahun) memiliki kematangan kognitif dan emosional yang mendukung penerimaan materi serta pengambilan keputusan kesehatan secara lebih baik. Sementara itu, pada kelompok ibu berpendidikan dasar dan tidak bekerja/ibu rumah tangga (61,5%), peningkatan *self-efficacy* tetap terjadi secara bermakna karena penyampaian materi edukasi dirancang secara sistematis, komunikatif, serta mudah dipahami. Fleksibilitas waktu yang dimiliki oleh ibu rumah tangga juga memungkinkan mereka untuk lebih fokus dalam menyerap informasi dan memperagakan bimbingan teknik laktasi. Temuan ini sejalan dengan penelitian Hidayati et al. (2025) dan Sihotang et al. (2026) yang menunjukkan bahwa edukasi laktasi yang terstruktur mampu meningkatkan skor *breastfeeding self-efficacy* dan rasa percaya diri ibu secara bermakna. Konsistensi peningkatan ini menguatkan bahwa intervensi edukatif yang menitikberatkan pada aspek kognitif dan psikologis efektif dalam membentuk kesiapan mental ibu menghadapi proses menyusui.

Pengaruh Persiapan Menyusui terhadap *Peningkatan Breastfeeding self-efficacy*

Hasil analisis statistik menggunakan uji *paired sample t-test* menunjukkan nilai t-hitung sebesar -40,175 dengan p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini membuktikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari persiapan menyusui terhadap peningkatan *breastfeeding self-efficacy* pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Telaga Biru, sehingga hipotesis penelitian diterima. Secara teoritis, *breastfeeding self-efficacy* bersumber dari empat elemen utama, yaitu pengalaman keberhasilan (performance accomplishments), pengalaman orang lain (vicarious experiences), persuasi verbal (verbal persuasion), dan kondisi fisiologis/emosional (physiological and affective states). Edukasi dan persiapan menyusui yang diberikan selama kehamilan berperan sebagai sarana persuasi verbal dan pembaruan pengetahuan yang dapat mengubah persepsi negatif menjadi keyakinan positif. Hal ini sejalan dengan pandangan Wang & Chang (2023) serta Titaley et al. (2021) yang menekankan bahwa intervensi persiapan laktasi pra-persalinan efektif membangun fondasi kepercayaan diri dan mengurangi hambatan psikologis ibu. Keberhasilan intervensi pada penelitian ini didukung oleh penggunaan media leaflet yang disusun secara informatif dan visual. Media leaflet memuat materi mendasar meliputi pentingnya pemberian ASI, persiapan sejak dini, manfaat ASI bagi ibu dan bayi, teknik pelekatan (*latch-on*) yang benar, perawatan payudara, hingga manajemen mengatasi masalah menyusui. Penggunaan media cetak yang ringkas dan menarik memudahkan ibu untuk mempelajari kembali materi di rumah, memperjelas gambaran praktis proses menyusui, serta meredakan kekhawatiran terkait kegagalan laktasi. Sebagaimana dinyatakan oleh Metin & Baltaci (2024), pendidikan menyusui yang diberikan sejak masa antenatal memberikan pengetahuan terstruktur yang memperkuat dorongan internal (*self-efficacy*). Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian Prabasari et al. (2026) dan Wahyudi et al. (2025) yang menemukan bahwa manajemen laktasi dan pendidikan kesehatan yang sistematis berdampak nyata terhadap peningkatan efikasi diri ibu menyusui. Secara keseluruhan, persiapan menyusui yang diintegrasikan dengan pemberian edukasi dan media interaktif terbukti mampu meningkatkan pengetahuan, keterampilan motorik halus terkait pelekatan, serta kesiapan emosional ibu. Oleh karena itu, intervensi persiapan menyusui sangat direkomendasikan untuk diterapkan secara berkelanjutan pada pelayanan kesehatan ibu hamil di tingkat puskesmas guna mendukung kesuksesan program ASI eksklusif.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi persiapan menyusui dapat menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan *breastfeeding self-efficacy* pada ibu hamil trimester II dan III di wilayah kerja Puskesmas Telaga Biru. Setelah diberikan edukasi, responden menunjukkan peningkatan keyakinan terhadap kemampuan mereka dalam mempersiapkan dan menjalani proses menyusui. Peningkatan tersebut mengindikasikan bahwa pemberian informasi mengenai persiapan menyusui, perawatan payudara, teknik menyusui, dan pengelolaan ASI berpotensi membantu ibu hamil merasa lebih siap menghadapi masa menyusui. Edukasi persiapan menyusui dapat dipertimbangkan sebagai bagian dari pelayanan antenatal untuk mendukung kesiapan psikologis ibu sebelum melahirkan. Namun, karena penelitian ini menggunakan desain *pre-experimental* tanpa kelompok kontrol, peningkatan yang ditemukan belum dapat sepenuhnya dikaitkan dengan intervensi edukasi saja. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan kelompok kontrol dan melibatkan jumlah responden yang lebih besar untuk memperkuat bukti mengenai kontribusi edukasi persiapan menyusui terhadap *breastfeeding self-efficacy* ibu hamil.

Saran

Edukasi persiapan menyusui disarankan untuk diintegrasikan ke dalam pelayanan antenatal dengan melibatkan bidan sebagai pemberi dukungan dan informasi mengenai persiapan menyusui, teknik menyusui, serta pengelolaan ASI. Pelaksanaan edukasi perlu disesuaikan dengan kebutuhan ibu hamil untuk mendukung kesiapan menghadapi masa menyusui. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain dengan kelompok kontrol, jumlah sampel yang memadai, dan pengukuran

lanjutan setelah persalinan untuk mengevaluasi keberlanjutan *breastfeeding self-efficacy*. Selain itu, penelitian mendatang perlu mempertimbangkan faktor pendukung menyusui dan mengevaluasi praktik pemberian ASI eksklusif sebagai luaran terpisah untuk mengetahui keterkaitannya dengan tingkat keyakinan ibu dalam menyusui.

Daftar Pustaka

Amir, A., Hartono, R., Horax, R. dan Adam, A., 2023. Exclusive *breastfeeding* and its implications for infant and maternal health, knowledge, and socioeconomic well-being. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 19(3), hlm.393–399. https://doi.org/10.33860/jik.v19i3.4183

Arif, L.J.S. dan Atarie, A.D., 2023. Pengaruh kelas ibu terhadap pengetahuan ibu hamil tentang faktor risiko selama kehamilan di UPT Puskesmas Kragilan Kabupaten Serang Tahun 2022. Simfisis: *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 2(4), hlm.411–416. https://doi.org/10.53801/sjki.v2i4.139

Bascom, E.M. dan Napolitano, M.A., 2016. *Breastfeeding* duration and primary reasons for *breastfeeding* cessation among women with postpartum depressive symptoms. *Journal of Human Lactation*, 32(2), hlm.281–291. https://doi.org/10.1177/0890334415619908

Eka, B.L. dan Victora, C.G., 2022. Long-term effects of *breastfeeding* on maternal health. The Lancet Global Health, 10(4), hlm.e531–e542. https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2022.101693

Etik, R.D., Listiana, A. dan Mundari, R., 2025. The effectiveness of *breastfeeding* education on improving knowledge and *breastfeeding self-efficacy* among postpartum mothers in the practice of exclusive *breastfeeding*. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 11(11), hlm.1213–1221. https://doi.org/10.33024/jkm.v11i10.23429

Kang, G., Ji, H. dan Yoon, J.Y., 2025. The effect of community health nurse-led intervention using a single-group *Pretest-Posttest* design. *BMC Nursing*, 24(1), p.746. https://doi.org/10.1186/s12912-025-03372-7

Mastika, D., Sasmito, L. dan Jamhariyah, 2024. Hubungan penundaan kehamilan dengan usia ibu hamil <20 tahun dan usia 20–35 tahun di Kelurahan Kepatihan Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember. *Jember Maternal and Child Health Journal*, 1(1), hlm.1–6. https://doi.org/10.31290/jmch.v1i1.4416

Metin, A. dan Baltacı, N., 2024. The effects of video-assisted *breastfeeding* education given to primiparous pregnant women on *breastfeeding self-efficacy*: Randomized control study. BMC Pregnancy and Childbirth, 24(1), p.142. https://doi.org/10.1186/s12884-024-06317-1

Mudaharimbi, E.P., 2021. Efikasi diri ibu primigravida yang bekerja dalam keberhasilan memberikan ASI. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 9(1), hlm.27–34. https://doi.org/10.20473/jpk.V9.I1.2021.28-35

Novariani, N., Astuti, Y., Safari, U. dan Setiarini, T., 2024. *Breastfeeding self-efficacy* dan keberhasilan pemberian ASI eksklusif untuk mencegah stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat BESIRU*, 1(10), hlm.734–744. https://doi.org/10.62335/dv5phh48

Nur Sholihah, A., Rahmawati, I. dan Susanti, D., 2023. Pengaruh pendidikan laktasi terhadap *self-efficacy* ibu menyusui. *Jurnal Ilmu Kesehatan Asia*, 1(1), hlm.1–10. https://doi.org/10.5281/jika.v1i1.12

Syukur, A., 2025. Hubungan *breastfeeding self-efficacy* terhadap motivasi pemberian ASI eksklusif pada ibu hamil primigravida. *Nusantara Hasana Journal*, 4(12), hlm.373–378. https://doi.org/10.51878/social.v5i1.4691

Prabasari, S.N., Dwiarini, M., Mgogo, J., Purwiyati, S., Khotimah, I.M. dan Justine, N., 2026. Effectiveness of lactation management on *breastfeeding self-efficacy* among *breastfeeding* mothers. Gaster, 24(1), hlm.106–113. https://doi.org/10.30787/gaster.v24i1.2278

Prastita, R.A., Sunjaya, D.K. dan Kurniawati, A., 2025. Barriers and facilitators to exclusive *breastfeeding* among formally employed mothers in urban Indonesia. *BMC Public Health*, 25(1), p.214. https://doi.org/10.1186/s12889-025-25214-6

Ramlan, N.C., Bhandari, N., Hajeebhoy, N., Horton, S., Lutter, C.K. dan Martines, J.C., 2022. Why invest, and what it will take to improve *breastfeeding* practices The Lancet, 397(10279), hlm.491–504. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)01044-2

Rizka, D.H., Setyowati, S. dan Rahma, A., 2025. The relationship of *breastfeeding self-efficacy* with the success of exclusive *breastfeeding* in babies aged 6–12 months. *Jambi Medical Journal*: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan, 13(2), hlm.268–278. https://doi.org/10.46749/jiko.v7i1.121

Syukur, N.A., Metasari, A.R. dan Aprianty, E., 2025. Hubungan *breastfeeding self-efficacy* terhadap motivasi dalam pemberian ASI eksklusif pada ibu hamil primigravida. *Nusantara Hasana Journal*, 4(12), hlm.373–378. https://doi.org/10.59680/anestesi.v2i4.1407

Titaley, C.R., Dibley, M.J., Ariawan, I., Muasyaroh, A. dan Damayanti, R., 2021. Determinants of low *breastfeeding self-efficacy* amongst mothers of children aged less than six months: Results from the BADUTA study in East Java, Indonesia. *International Breastfeeding Journal*, 16(12), hlm.1–10. https://doi.org/10.1186/s13006-021-00360-1

Wahyudi, N.R., Hardjito, K., Titisari, R. dan Rahmaningtyas, I., 2025. Pengaruh media audiovisual tentang manajemen laktasi terhadap *self-efficacy* menyusui ibu primigravida. *Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 6(1), hlm.61–68. https://doi.org/10.36082/jmswh.v6i1.2545

Wang, Y.W. dan Chang, Y.J., 2023. Effects of the experience of *breastfeeding*-friendly practices and *breastfeeding* intention and *self-efficacy* on *breastfeeding* behavior: A cohort study in Taiwan. International *Breastfeeding* Journal, 18(5), hlm.1–11. https://doi.org/10.1186/s13006-022-00539-9

World Health Organization, 2020. Infant and young child feeding. Geneva: *World Health Organization*. Tersedia di: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feedingn

Yelvianti, T., 2024. Hambatan-hambatan dalam pemberian ASI eksklusif. Jurnal Administrasi dan Kebijakan Kesehatan, 5(2), hlm.123–130. https://doi.org/10.47080/joubahs.v5i1.3888