PaKMas (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)
https://journal.yp3a.org/index.php/PaKMas
ISSN Media Elektronik 2808-0920
Vol. 6 No. 2 (November 2026) 675-682
DOI: 10.54259/pakmas.v6i2.7552

Penyuluhan Manajemen Laktasi untuk Meningkatkan Efikasi Diri Menyusui pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III

Michelle Kairupan[1], Olvin Manengkey[2], Esther Lontoh[3], Winarsi Molintao[4], Prita Yuditha Singal[5]
[1,2,3,4,5,] Profesi Ners, Fakultas Keperawatan, Universitas Pembangunan Indonesia Manado, Manado, Indonesia
Email: [1]michellekairupan30@gmail.com

Abstract

Breastfeeding self-efficacy is a mother's belief in her ability to provide breast milk, which plays a significant role in the success of the breastfeeding process, especially for primigravida mothers who have no previous experience. Low self-efficacy can affect a mother's readiness to breastfeed, so appropriate educational interventions are needed from the time of pregnancy. This community service activity aims to improve breastfeeding self-efficacy through health education on lactation management for primigravida pregnant women in their third trimester at the Obstetrics and Gynecology Polyclinic of Bhayangkara Hospital Level III Manado. The method used was health education with an interactive lecture approach, discussion, and the use of leaflets and educational videos. The activity was carried out through a pre-test, education, and post-test stages. The activity participants were 16 primigravida pregnant women in their third trimester. The pre-test results showed that most mothers had low breastfeeding self-efficacy (14 people (87.5%). After being given education, there was a significant increase, with most mothers being in the high category (13 people (81.3%). This shows that health education on lactation management is effective in increasing mothers' understanding and confidence in breastfeeding, thereby supporting the success of optimal breastfeeding after delivery.

Keywords: *Breastfeeding Self-Efficacy, Lactation Management, Health Education, Primigravida Pregnant Women.*

Abstrak

Efikasi diri menyusui merupakan keyakinan ibu terhadap kemampuannya dalam memberikan ASI yang sangat berperan dalam keberhasilan proses menyusui, khususnya pada ibu primigravida yang belum memiliki pengalaman sebelumnya. Rendahnya efikasi diri dapat memengaruhi kesiapan ibu dalam menyusui sehingga diperlukan intervensi berupa edukasi yang tepat sejak masa kehamilan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan efikasi diri menyusui melalui penyuluhan kesehatan tentang manajemen laktasi pada ibu hamil primigravida trimester III di Poli Kandungan RS Bhayangkara Tk. III Manado. Metode yang digunakan adalah penyuluhan kesehatan dengan pendekatan ceramah interaktif, diskusi, serta penggunaan media leaflet dan video edukasi. Kegiatan dilaksanakan melalui tahapan pre-test, pemberian edukasi, dan post-test. Peserta kegiatan berjumlah 16 ibu hamil primigravida trimester III. Hasil pre-test menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki efikasi diri menyusui kategori rendah sebanyak 14 orang (87,5%). Setelah diberikan penyuluhan, terjadi peningkatan signifikan, di mana sebagian besar ibu berada pada kategori tinggi sebanyak 13 orang (81,3%). Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan tentang manajemen laktasi efektif dalam meningkatkan pemahaman serta kepercayaan diri ibu dalam menyusui, sehingga dapat mendukung keberhasilan pemberian ASI secara optimal setelah persalinan.

Kata Kunci: Efikasi Diri Menyusui, Manajemen Laktasi, Penyuluhan Kesehatan, Ibu Hamil Primigravida.

A. PENDAHULUAN

Penyuluhan kesehatan merupakan kegiatan pemberian informasi dan penambahan pengetahuan kepada masyarakat melalui penyampaian pesan kesehatan. Tujuan penyuluhan kesehatan adalah meningkatkan derajat kesehatan masyarakat dengan mempengaruhi perilaku hidup sehat, baik secara individu maupun kelompok. Penyuluhan kesehatan dilaksanakan berdasarkan prinsip-prinsip pembelajaran sehingga diharapkan mampu meningkatkan kesadaran masyarakat tentang

Diterima Redaksi: 24-04-2026 | Selesai Revisi: 18-05-2026 | Diterbitkan Online: 15-11-2026

pentingnya menerapkan pola hidup sehat. Salah satu bentuk pendidikan kesehatan yang penting diberikan kepada ibu hamil adalah pendidikan kesehatan mengenai manajemen laktasi. Pendidikan kesehatan tentang manajemen laktasi berperan dalam meningkatkan efikasi diri menyusui, yaitu keyakinan ibu terhadap kemampuannya dalam memberikan ASI kepada bayi. Pengetahuan yang tepat mengenai menyusui dapat membantu ibu mengatasi berbagai tantangan selama masa laktasi dan mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan pertama dan utama bagi bayi baru lahir karena mengandung zat gizi lengkap yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi, seperti protein, karbohidrat, lemak, natrium, kalium, kalsium, dan fosfor (Djamaludin, 2020). Selain itu, ASI mengandung mineral, enzim, dan antibodi yang lebih efektif dalam melindungi bayi dari penyakit dibandingkan susu formula (Kemenkes RI, 2021). Oleh karena itu, World Health Organization (WHO) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi (Hazwin, 2020). Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) juga merekomendasikan pemberian ASI eksklusif sekurang-kurangnya selama enam bulan dan dilanjutkan hingga usia dua tahun dengan pemberian makanan pendamping yang sesuai (Suradi, 2017). Kebijakan tersebut diperkuat melalui Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 450/MENKES/SK/VI/2004 tentang Pemberian ASI Eksklusif.

Meskipun manfaat ASI eksklusif telah diketahui secara luas, cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih belum mencapai target nasional. Data World Health Organization (WHO) tahun 2023 menunjukkan bahwa cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia sebesar 67,96%, mengalami penurunan dibandingkan tahun 2021 sebesar 69,7% (WHO, 2023). Sementara itu, pemerintah menargetkan cakupan ASI eksklusif sebesar 80% (Kemenkes, 2020). Berdasarkan Laporan Status Gizi Indonesia, cakupan ASI eksklusif secara nasional pada bayi usia 0–5 bulan sebesar 52,5%. Provinsi Sulawesi Utara termasuk lima provinsi dengan cakupan ASI eksklusif terendah di Indonesia, yaitu sebesar 39,7% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Pada tahun 2022, cakupan ASI eksklusif di Provinsi Sulawesi Utara hanya mencapai 30,2%, sedangkan di Kota Manado capaian ASI eksklusif tahun 2023 sebesar 22,98%. Angka tersebut menunjukkan bahwa capaian ASI eksklusif di Kota Manado masih jauh dari target nasional sehingga menjadi masalah kesehatan yang memerlukan perhatian dan intervensi edukatif secara berkelanjutan.

Rendahnya pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti persepsi yang kurang tepat mengenai menyusui, budaya, kurangnya pengalaman menyusui, dukungan keluarga, motivasi, serta rendahnya efikasi diri ibu. Efikasi diri menyusui merupakan keyakinan ibu terhadap kemampuannya untuk menyusui secara efektif dan mempertahankan pemberian ASI eksklusif. Rendahnya efikasi diri pada ibu primigravida menjadi salah satu hambatan sosial-kesehatan karena ibu belum memiliki pengalaman menyusui sebelumnya sehingga lebih mudah merasa cemas, ragu, dan kurang percaya diri dalam memberikan ASI kepada bayinya.

Persiapan ASI eksklusif atau manajemen laktasi merupakan upaya yang dilakukan ibu dan keluarga untuk menunjang keberhasilan menyusui. Manajemen laktasi meliputi tata laksana menyusui yang dimulai sejak masa kehamilan, persalinan, hingga masa menyusui. Persiapan yang dilakukan selama kehamilan antara lain mencari informasi tentang manfaat ASI, teknik menyusui, dampak negatif susu formula, melakukan pemeriksaan kesehatan dan perawatan payudara, serta mempersiapkan kebutuhan gizi selama kehamilan (Prasetyono, 2020). Persiapan menyusui yang dilakukan sejak masa kehamilan penting untuk meningkatkan kesiapan fisik dan psikologis ibu dalam memberikan ASI eksklusif kepada bayinya (Padmawati, 2023). Oleh karena itu, diperlukan intervensi melalui penyuluhan kesehatan tentang manajemen laktasi sebagai proses pembelajaran yang dapat meningkatkan pengetahuan, kesiapan, dan efikasi diri menyusui pada ibu hamil primigravida trimester III.

Faktor yang mempengaruhi perilaku pemberian ASI eksklusif menurut Teori Lawrence Green ada 3 yaitu faktor pemudah (*predisposing factors*) meliputi pendidikan pengetahuan, adat budaya, persiapan ASI eksklusif pada masa kehamilan, faktor pendukung (*enabling factors*) meliputi pendapatan keluarga, ketersediaan waktu, kesehatan ibu, faktor pendorong (*reinforcing factors*) meliputi dukungan keluarga, dukungan petugas kesehatan (Prasetyono, 2020). Faktor predisposing yaitu pendidikan pengetahuan merupakan salah satu faktor yang menyebabkan rendahnya pemberian ASI eksklusif. Menurut Lawrence Green tanpa pengetahuan seseorang tidak mempunyai dasar untuk mengambil keputusan dan menentukan tindakan terhadap masalah yang dihadapi (Ismail, 2020).

Keberhasilan dalam memberikan ASI eksklusif harus ditunjang dengan menyusui efektif. Menyusui efektif adalah proses interaktif antara ibu dan bayi dalam rangka pemberian ASI secara langsung dari payudara ibu ke bayi dengan cara yang benar dan kuantitas yang memadai untuk memenuhi kebutuhan ibu dan bayi (Nainggolan, 2020). Faktor yang dapat

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

mendukung tindakan menyusui antara lain adalah keyakinanan diri bahwa mampu untuk menyusui secara efektif. Efikasi diri merupakan sejauh mana seseorang memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau melakukan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai suatu hasil tertentu. Keyakinana tersebut meliputi kepercayaan diri, kemampuan menyesuaikan diri, kapasitas kognitif, kecerdasan dan, kapasitas bertindak pada situasi yang penuh tekanan (Mulder, 2020).

Pada beberapa penelitian menggambarkan bahwa pengetahuan ibu tentang manajemen laktasi dalam kategori cukup. Berdasarkan penelitian oleh Nainggolan pada tahun 2020 di Puskesmas Similangkar Medan menyatakan pengetahuan ibu primigravida mengenai faktor- faktor yang mempengaruhi kualitas dan kuantitas ASI 10% dikategorikan baik, 46,7% dikategorikan cukup dan 43,3% dikategorikan buruk. Pada penelitian yang dilakukan oleh Rinata pada tahun 2021 di Rumah Bersalin Candi Sidoarjo terdapat 46,7 % ibu hamil pada trimester III kurang mempersiapkan ASI eksklusif selama kehamilan. Hal tersebut dikarenakan 30% responden belum berupaya mencari informasi ASI eksklusif, 20% belum melakukan perawatan payudara selama kehamilan, 50% belum mempersiapkan nutrisi untuk menyusui dan 50% belum mempersiapkan psikologis untuk menyusui. Hal tersebut berpengaruh pada kemauan ibu untuk menyusui ketika ibu tidak memiliki cukup pengetahuan mengakibatkan keinginan menyusui pada ibu rendah.

Efikasi diri menyusui merupakan rasa percaya diri yang dimiliki oleh ibu dalam hal menyusui yang dapat menjadi alat dalam memprediksi bagi ibu untuk memutuskan untuk menyusui, bagaimana upaya yang dilakukan untuk menyusui, adakah pola pikir yang dimiliki ibu untuk membangun bahkan merusak dan cara merespon ibu untuk menghadapi berbagai masalah dan kesulitan selama menyusui (Ormond, 2018). Pada ibu menyusui, dibutuhkan suatu keyakinan bahwa mereka dapat memberikan ASI bagi bayi mereka sampai batasan waktu yang telah disepakasti. Efikasi diri menyusui pada ibu seharusnya sudah ada sejak ibu hamil agar ibu melaksanakan manajemen laktasi untuk menunjang keberhasilan menyusui. Semakin tinggi efikasi diri menyusui maka semakin keras usaha ibu agar dapat berhasil menyusui, yang dimaksud dalam hal ini adalah persiapan meyusui saat hamil, inisiasi menyusui, menyusui secara efektif dan keberlanjutan menyusui. Efikasi diri yang rendah dalam hal menyusui dapat menyebabkan persepsi dan motivasi yang negatif, serta cenderung untuk tidak memberikan ASI pada bayi dan mengganti dengan yang lainnya misal susu formula. Efikasi diri menyusui dipengaruhi oleh 4 faktor yaitu pencapaian prestasi berupa pengalaman keberhasilan menyusui sebelumnya, pengalaman orang lain yaitu dengan mengamati orang lain menyusui, persuasi verbal yaitu berupa penguatan atau saran yang diberikan orang- orang yang berpengaruh menjadi sumber kekuatan bagi ibu, yang terakhir adalah respon fisiologi (Denis, 2021). Wardani (2022) menyatakan pengalaman keberhasilan menyusui, pengetahuan dan pengalaman mengenai teknik menyusui menjadi faktor penting dalam efikasi diri menyusui.

Pada ibu pertama kali hamil atau primigravida yang pertama kali akan menyusui bayinya, selain kesiapan pengetahuan mengenai ASI dan cara pemberiannya, identifikasi mengenai tingkat efikasi diri menjadi suatu hal yang penting dalam mempengaruhi secara signifikan terhadap proses menyusui (Denis, 2021). Hal tersebut akan menjadi sangat penting ketika ibu primigravida memasuki usia kehamilan trimester III. Trimester III adalah periode kehamilan bulan terakhir/sepertiga masa kehamilan terakhir yang dimulai pada minggu ke- 27 sampai kehamilan cukup bulan 38 sampai 40 minggu. Pada usia kehamilan ini setidaknya ibu telah mengetahui hal- hal apa saja yang akan dilakukan, apa yang dibutuhkan dan penting untuk bayinya. Karena pada usia kehamilan trimester I dan II setidaknya ibu telah mengikuti kelas hamil. Pada usia kehamilan ibu trimester III fokus ibu akan lebih kepada persiapan kelahiran bayi, sehingga untuk pengentahuan mengenai manajemen laktasi setidaknya telah diketahui dan dipahami ibu sebelumnya.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Februari 2025 dengan wawancara menunjukan bahwa dari 4 ibu primigravida trimester III, mereka mengatakan belum mengetahui tentang efikasi diri daan manajemen laktasi, dan belum pernah mendapat edukasi tentang hal tersebut. Jumlah Ibu hamil primigravida trimester III pada bulan Desember 2024 sampai Februari 2025 berjumlah 102 ibu hamil. Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat tentang penyuluhan kesehatan tentang manajemen laktasi terhadap efikasi diri menyusui pada ibu hamil primigravida trimester III di Poli Kandungan RS Bhayangkara Tk. III Manado

B. PELAKSAAAN DAN METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tk. III Manado pada ibu hamil primigravida trimester III. Kegiatan ini dilakukan pada periode yang telah ditentukan sesuai jadwal pelayanan poli. Sasaran kegiatan adalah ibu hamil primigravida trimester III yang berjumlah 16 orang sebagai peserta kegiatan. Pemilihan peserta dilakukan berdasarkan kriteria tertentu sesuai dengan tujuan kegiatan pengabdian.

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah penyuluhan kesehatan sebagai bentuk pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan efikasi diri menyusui pada ibu hamil primigravida trimester III. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui tiga tahapan, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi.

1. Tahap Persiapan

   Tahap persiapan diawali dengan koordinasi bersama pihak RS Bhayangkara Tk. III Manado, khususnya di Poli Kandungan, terkait waktu pelaksanaan kegiatan, jumlah peserta, serta tempat penyuluhan. Koordinasi dilakukan untuk memastikan kegiatan dapat berjalan dengan baik dan sesuai dengan kondisi pelayanan di rumah sakit. Selain itu, tim pengabdi menyiapkan media dan materi edukasi yang akan digunakan selama penyuluhan. Media yang digunakan berupa leaflet, slide presentasi, dan video pembelajaran mengenai manajemen laktasi. Materi yang disiapkan meliputi manfaat ASI eksklusif, teknik menyusui yang benar, perawatan payudara selama kehamilan, serta pentingnya efikasi diri dalam keberhasilan menyusui. Pada tahap ini juga disiapkan instrumen evaluasi berupa lembar pre-test dan post-test.

2. Tahap Pelaksanaan

   Tahap pelaksanaan dilakukan melalui metode ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab. Penyampaian materi dilakukan menggunakan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami agar peserta dapat menerima informasi dengan baik. Dalam kegiatan ini, peserta tidak hanya mendengarkan materi, tetapi juga dilibatkan secara aktif melalui diskusi interaktif.

   Diskusi interaktif dilakukan dengan memberikan kesempatan kepada ibu hamil untuk menyampaikan pertanyaan, pengalaman, maupun kekhawatiran terkait menyusui dan persiapan pemberian ASI eksklusif. Tim pengabdi kemudian memberikan penjelasan dan penguatan berdasarkan masalah yang disampaikan peserta. Proses diskusi ini bertujuan untuk memecah kebuntuan informasi yang dialami ibu hamil, terutama terkait kurangnya pengetahuan dan rasa percaya diri dalam menyusui. Dengan adanya komunikasi dua arah, peserta diharapkan lebih memahami materi serta memiliki kesiapan yang lebih baik dalam menghadapi proses menyusui setelah persalinan.

3. Tahap Evaluasi

   Tahap evaluasi dilakukan untuk menilai keberhasilan kegiatan penyuluhan kesehatan. Evaluasi menggunakan instrumen pre-test dan post-test berupa kuesioner yang berisi pertanyaan tentang manajemen laktasi dan efikasi diri menyusui. Pre-test diberikan sebelum penyuluhan dimulai untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan pemahaman awal peserta. Setelah seluruh materi disampaikan dan diskusi selesai dilakukan, peserta diberikan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan pemahaman setelah mengikuti kegiatan penyuluhan.

   Hasil pre-test dan post-test digunakan sebagai alat ukur keberhasilan pembelajaran dalam kegiatan pengabdian ini. Peningkatan nilai post-test menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai manajemen laktasi dan efikasi diri menyusui setelah diberikan edukasi.

Beberapa pendekatan yang tim pengabdi gunakan dalam kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini,antara lain

1. Pengkajian kesehatan dan kebutuhan informasi Kesehatan

   Pengkajian dilakukan melalui wawancara dengan kelompok pasien sasaran, yaitu ibu hamil.

2. Pendidikan Kesehatan

   Penyampaian pendidikan kesehatan tentang pentingnya mengonsumsi gizi seimbang selama hamil dan bahaya Kekurangan Energi Kronis (KEK) bagi ibu dan janin dilakukan menggunakan metode ceramah dan diskusi, yang diikuti dengan demonstrasi dan redemonstrasi secara interaktif. Pada awal kegiatan pengabdian, tim pengabdi memberikan ceramah tentang pentingnya gizi seimbang selama hamil untuk memelihara kesehatan ibu dan janin, serta bahaya KEK bagi kesehatan ibu dan jan in. Setelah ceramah dilanjutkan dengan diskusi mengenai kebiasaan atau praktik konsumsi makanan sehari-hari selama kehamilan bersama peserta. Media yang digunakan dalam ceramah dan diskusi adalah leaflet dan food model.

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)



Gambar 1. Pendidikan Kesehatan di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tk. III Manado

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada April 2025, bertempat di Poli Kandungan RS Bhayangkara Tk. III Manado. Masyarakat sasaran dalam kegiatan ini adalah ibu hamil primigravida trimester III yang berjumlah 16 orang yang datang ke poli tersebut untuk melakukan pemeriksaan kehamilan rutin. Kegiatan ini dirancang sebagai upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan kesiapan ibu menghadapi proses menyusui sejak masa kehamilan.

Sebelum diberikan penyuluhan kesehatan tentang manajemen laktasi, sebagian besar ibu hamil primigravida trimester III memiliki efikasi diri menyusui dalam kategori rendah. Dari 16 responden, sebanyak 14 orang (87,5%) berada pada kategori efikasi diri rendah, sedangkan hanya sebagian kecil yang memiliki efikasi diri yang lebih baik. Kondisi ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu belum memiliki keyakinan yang cukup terhadap kemampuan dirinya dalam menyusui, baik dari segi teknik maupun kesiapan psikologis.

Efikasi diri menyusui merupakan faktor penting yang memengaruhi kesiapan ibu dalam memberikan ASI secara eksklusif. Rendahnya efikasi diri pada ibu primigravida dapat disebabkan oleh kurangnya pengalaman sebelumnya, minimnya paparan informasi mengenai teknik menyusui yang benar, serta kurangnya edukasi tentang manajemen laktasi selama masa kehamilan. Selain itu, faktor kecemasan menjelang persalinan juga dapat memengaruhi tingkat kepercayaan diri ibu dalam menyusui.

Pendidikan seseorang sangat mempengaruhi pengetahuannya karena semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin baik pula pengetahuannya. Penyuluhan dengan audiovisual menampilkan gerak, gambar, dan suara, sedangkan penyuluhan dengan media cetak menampilkan tulisan serta penjelasan langsung dari penyuluh yang memberikan kesan lebih formal (Maulina, 2019). Hal ini didukung oleh hasil penelitian Viniarni pada tahun 2019 tentang pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan pijat oksitosin yang menyatakan bahwa terdapat peningkatan tingkat pengetahuan sebesar 100% setelah diberikan edukasi kesehatan (Realita, 2019). Temuan tersebut memperkuat bahwa pendidikan kesehatan memiliki pengaruh signifikan dalam meningkatkan pemahaman individu terhadap suatu keterampilan kesehatan.

Setelah diberikan penyuluhan kesehatan tentang manajemen laktasi, terjadi peningkatan efikasi diri menyusui pada ibu hamil primigravida trimester III. Sebagian besar responden mengalami peningkatan kategori efikasi diri menjadi tinggi, yaitu sebanyak 13 orang (81,3%). Peningkatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan memberikan dampak positif terhadap peningkatan keyakinan ibu dalam menyusui, baik dari aspek kognitif maupun afektif.

Pendidikan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka semakin mudah individu menerima dan memahami informasi kesehatan yang diberikan. Dalam kegiatan penyuluhan kesehatan, penggunaan media edukasi yang tepat juga berpengaruh terhadap keberhasilan penyampaian informasi. Penyuluhan menggunakan media audiovisual mampu menampilkan unsur gambar, suara, dan gerakan secara bersamaan sehingga informasi lebih mudah dipahami dibandingkan media cetak yang hanya menampilkan tulisan dan penjelasan verbal (Maulina, 2019).

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Viniarni tahun 2019 tentang pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan pijat oksitosin yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan sebesar 100% setelah diberikan edukasi kesehatan (Realita, 2019). Temuan tersebut menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan memiliki peranan penting dalam meningkatkan pemahaman individu terhadap keterampilan kesehatan, termasuk dalam persiapan menyusui dan manajemen laktasi.

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian yang telah dilakukan, terjadi peningkatan efikasi diri menyusui pada ibu hamil primigravida trimester III setelah diberikan penyuluhan kesehatan tentang manajemen laktasi. Sebagian besar responden mengalami peningkatan kategori efikasi diri menjadi tinggi, yaitu sebanyak 13 orang (81,3%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan tidak hanya meningkatkan pengetahuan peserta, tetapi juga meningkatkan keyakinan dan kesiapan ibu dalam menghadapi proses menyusui setelah persalinan.

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

Ditelaah berdasarkan kondisi lapangan, peningkatan efikasi diri pada ibu hamil dipengaruhi oleh metode penyuluhan yang dilakukan secara interaktif melalui ceramah, diskusi, tanya jawab, serta penggunaan media leaflet dan video edukasi. Video edukasi dinilai lebih efektif bagi ibu primigravida di era digital saat ini karena peserta lebih mudah memahami informasi melalui tampilan visual yang menarik dan penyampaian materi yang praktis. Media audiovisual membantu peserta melihat secara langsung contoh teknik menyusui, posisi pelekatan bayi, serta langkah-langkah perawatan payudara sehingga materi lebih mudah dipahami dan diingat. Selain itu, sebagian besar peserta juga lebih terbiasa memperoleh informasi melalui media digital sehingga penggunaan video edukasi membuat proses pembelajaran menjadi lebih menarik dan tidak membosankan.

Selama kegiatan berlangsung, ditemukan beberapa kendala di lapangan, terutama terkait kecemasan dan kurangnya rasa percaya diri pada ibu primigravida dalam menghadapi proses menyusui. Sebagian peserta menyampaikan kekhawatiran mengenai produksi ASI yang tidak lancar, rasa takut tidak mampu menyusui dengan benar, serta ketidakpahaman mengenai teknik menyusui yang efektif. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa rendahnya efikasi diri menyusui pada ibu primigravida tidak hanya dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor psikologis dan minimnya pengalaman.

Untuk mengatasi kendala tersebut, tim pengabdi memberikan pendekatan persuasi verbal melalui penguatan positif, motivasi, dan pemberian informasi yang mudah dipahami. Tim pengabdi memberikan penjelasan bahwa kemampuan menyusui dapat dipelajari dan ditingkatkan melalui latihan serta persiapan sejak masa kehamilan. Selain itu, peserta juga diberikan kesempatan untuk menyampaikan pengalaman, pertanyaan, dan kekhawatiran secara terbuka melalui diskusi interaktif. Pendekatan ini membantu ibu merasa lebih tenang, didengar, dan mendapatkan dukungan emosional sehingga kepercayaan diri ibu dalam menyusui meningkat.

Ditelaah berdasarkan kondisi lapangan, proses diskusi interaktif menjadi bagian penting dalam kegiatan penyuluhan karena mampu memecah kebuntuan informasi yang selama ini dialami ibu hamil. Melalui komunikasi dua arah, peserta menjadi lebih aktif dalam memahami materi, lebih berani bertanya, dan lebih yakin terhadap kemampuannya untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayi. Dengan demikian, penyuluhan kesehatan mengenai manajemen laktasi tidak hanya memberikan tambahan pengetahuan, tetapi juga berperan dalam membentuk perubahan perilaku dan kesiapan psikologis ibu hamil primigravida dalam menghadapi proses menyusui.

Efikasi diri menyusui merupakan faktor penting yang memengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Hasil kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan efikasi diri setelah diberikan penyuluhan kesehatan tentang manajemen laktasi. Hal ini sejalan dengan penelitian Öztürk et al. (2022) yang menyatakan bahwa intervensi edukasi antenatal secara signifikan meningkatkan breastfeeding self-efficacy serta keberhasilan menyusui pada ibu hamil karena meningkatkan kesiapan psikologis dan pengetahuan ibu .

Sebelum intervensi, sebagian besar ibu primigravida memiliki efikasi diri rendah. Kondisi ini sesuai dengan temuan Sabilla & Ariasih (2021) yang menjelaskan bahwa ibu primigravida cenderung memiliki efikasi diri lebih rendah karena belum memiliki pengalaman menyusui sebelumnya serta kurangnya informasi terkait teknik menyusui yang benar . Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman menjadi salah satu faktor penting dalam pembentukan efikasi diri.

Setelah diberikan penyuluhan, terjadi peningkatan signifikan efikasi diri menyusui. Peningkatan ini dipengaruhi oleh metode edukasi yang digunakan, yaitu ceramah interaktif, diskusi, serta media leaflet dan video edukasi. Hasil ini sejalan dengan penelitian Nurmiaty et al. (2023) yang menemukan bahwa edukasi laktasi berbasis audiovisual mampu meningkatkan self-efficacy ibu menyusui secara signifikan karena memberikan gambaran nyata tentang teknik menyusui yang benar

Selain itu, Widayanti & Mawardika (2023) juga melaporkan bahwa pendidikan kesehatan tentang ASI eksklusif memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan breastfeeding self-efficacy, karena meningkatkan pengetahuan dan keyakinan ibu dalam menyusui . Hal ini memperkuat bahwa edukasi antenatal merupakan intervensi penting dalam meningkatkan kesiapan ibu.

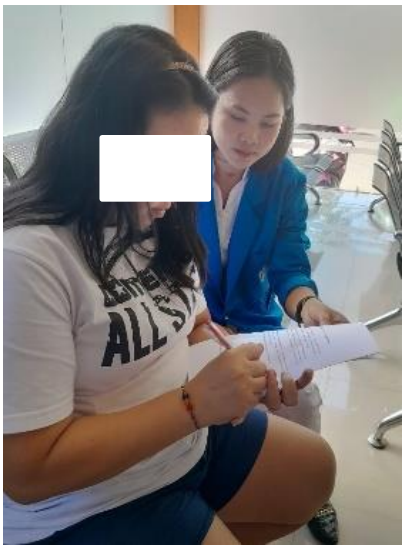
Efikasi diri menyusui juga dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti pengetahuan, dukungan keluarga, dan dukungan tenaga kesehatan. Anggraeni et al. (2023) menyatakan bahwa dukungan tenaga kesehatan dan keluarga memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat breastfeeding self-efficacy pada ibu. Dukungan verbal dan emosional dapat meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam menyusui.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan tentang manajemen laktasi efektif dalam meningkatkan efikasi diri menyusui pada ibu hamil primigravida. Hal ini diperkuat oleh Machmudah & Pranata (2024) dalam systematic review yang menyimpulkan bahwa edukasi kesehatan secara konsisten meningkatkan breastfeeding self-efficacy di berbagai populasi ibu.

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

Kesiapan pemberian ASI eksklusif dapat bervariasi tergantung pada berbagai faktor seperti budaya, norma sosial, ketersediaan dukungan, akses informasi, serta layanan kesehatan yang tersedia. Oleh karena itu, diperlukan upaya berkelanjutan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat tentang manfaat ASI bagi ibu dan bayi. Upaya tersebut dapat dilakukan melalui kampanye kesehatan, edukasi berkelanjutan, konseling laktasi, serta dukungan keluarga dan tenaga kesehatan.

Pemberian ASI eksklusif juga dipengaruhi oleh beberapa faktor lain seperti pengetahuan ibu, efikasi diri, pekerjaan ibu, keyakinan dan kepercayaan, budaya, paparan informasi, serta dukungan keluarga dan tenaga kesehatan (Rani, Yunus, Katmawanti, & Wardani, 2022). Dengan adanya intervensi edukasi yang tepat dan dukungan lingkungan yang optimal, diharapkan angka keberhasilan ASI eksklusif dapat terus meningkat serta memberikan dampak positif terhadap kesehatan ibu dan bayi.



Gambar 2. Penyuluhan Kesehatan di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tk. III Manado



Gambar 3. Penyuluhan Kesehatan di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tk. III Manado

D. PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan kesehatan tentang manajemen laktasi memberikan pengaruh terhadap peningkatan efikasi diri menyusui pada ibu hamil primigravida trimester III di Poli Kandungan RS Bhayangkara Tk. III Manado. Sebelum diberikan penyuluhan, sebagian besar ibu memiliki efikasi diri menyusui dalam kategori rendah, sedangkan setelah diberikan penyuluhan terjadi peningkatan menjadi kategori tinggi. Hasil uji statistik juga menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi.

Peningkatan efikasi diri menyusui pada peserta tidak hanya dipengaruhi oleh pemberian materi edukasi, tetapi juga oleh metode penyuluhan yang dilakukan secara interaktif melalui ceramah, diskusi, tanya jawab, serta penggunaan media leaflet dan video edukasi. Penggunaan media audiovisual membantu peserta lebih mudah memahami materi mengenai manfaat ASI, teknik menyusui, dan persiapan menyusui sejak masa kehamilan. Selain itu, diskusi interaktif dan persuasi verbal yang diberikan selama kegiatan turut membantu mengurangi kecemasan dan meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam menghadapi proses menyusui.

Dengan demikian, edukasi kesehatan mengenai manajemen laktasi terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, pemahaman, serta keyakinan ibu hamil primigravida untuk memberikan ASI eksklusif. Kegiatan penyuluhan kesehatan seperti ini diharapkan dapat dilakukan secara berkelanjutan sebagai upaya promotif dan preventif untuk mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif serta meningkatkan kesehatan ibu dan bayi

Saran

Diharapkan tenaga kesehatan, khususnya di Poli Kandungan RS Bhayangkara Tk. III Manado, dapat terus meningkatkan kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai manajemen laktasi secara rutin kepada ibu hamil sejak masa antenatal care. Edukasi dapat dilakukan secara berkesinambungan dengan memanfaatkan media yang lebih variatif dan interaktif, seperti leaflet, video edukasi, serta demonstrasi langsung teknik menyusui, sehingga materi lebih mudah dipahami dan dapat meningkatkan keterlibatan peserta secara aktif.

Selain itu, ibu hamil diharapkan dapat lebih proaktif dalam mencari informasi terkait persiapan menyusui sejak dini, baik melalui tenaga kesehatan maupun sumber informasi yang terpercaya. Hal ini penting agar ibu memiliki kesiapan pengetahuan,

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

keterampilan, serta kepercayaan diri yang baik dalam memberikan ASI eksklusif setelah melahirkan, terutama pada ibu primigravida yang belum memiliki pengalaman menyusui sebelumnya.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat serupa juga diharapkan dapat terus dikembangkan dengan cakupan responden yang lebih luas serta metode yang lebih inovatif, sehingga dapat memberikan dampak yang lebih optimal dalam meningkatkan efikasi diri menyusui dan mendukung keberhasilan program ASI eksklusif di masyarakat.

E. DAFTAR PUSTAKA

Anggraeni, Y., Misniarti, & Puspita, Y. (2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan breastfeeding self-efficacy. *Journal of Midwifery*, 11(2)

Djamaludin, N., & Eveline. (2020). *Panduan pintar merawat bayi dan balita*. Jakarta: KAWAH Media.

Hazwin, T. S. (2020). Kinerja tenaga pelaksana gizi puskesmas hubungannya dengan efektivitas program makanan pendamping ASI pada anak bawah dua tahun dengan gizi buruk.

Ismail, H. N. (2020). *Sosiologi keperawatan*. Jakarta: EGC Kedokteran.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 21 Tahun 2020 tentang Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2020–2024*. Jakarta: Kemenkes RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Situasi dan analisis ASI eksklusif*. Infodatin.

Mulder, P. J. (2020). A concept analysis of effective breastfeeding. *Journal of Obstetrics, Gynecology & Neonatal Nursing*.

Machmudah, & Pranata. (2024). Systematic review and meta-analysis of the relationship between health education and breastfeeding self-efficacy among mothers. *ResearchGate*. https://doi.org/10.13140/RG.2.2.36164.59528

Nangiolan, M. (2020). Pengetahuan ibu primigravida mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas dan kuantitas ASI di Puskesmas Simalingkar Medan.

Nurmiaty, N., et al. (2023). The effect of lactation education on self-efficacy of breastfeeding mothers. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 17(1), 124–129. https://doi.org/10.33860/jik.v17i1.2136

Ormond, J. E. (2018). *Educational psychology: Developing learners* (6th ed.). Jakarta: Erlangga.

Öztürk, R., Ergün, S., & Özyazıcıoğlu, N. (2022). Effect of antenatal educational intervention on maternal breastfeeding self-efficacy and breastfeeding success: A quasi-experimental study. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 56, e20210428. https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0428

Padmawati, I. (2023). *Manajemen laktasi*. Jakarta: Sinar Harapan.

Prasetyono, B. (2020). *Buku pintar ASI eksklusif*. Yogyakarta: Diva Press.

Prasetyono, B., & Jannah, L. M. (2019). *Metode penelitian kuantitatif* (9th ed.). Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.

Sabilla, N., & Ariasih, N. L. P. (2021). Hubungan pengetahuan dan pengalaman dengan breastfeeding self-efficacy pada ibu primigravida. *Jurnal Kesehatan*

Suradi, K. (2015). *Manajemen laktasi* (5th ed.). Jakarta: Perkumpulan Perinatologi Indonesia.

Suradi, R. (2017). *Bahan bacaan manajemen laktasi*. Jakarta: Perinasia.

Wardani, M. (2022). Gambaran tingkat self-efficacy untuk menyusui pada ibu primigravida. *FIK UI*.

Widayanti, A., & Mawardika, T. (2023). Pengaruh pendidikan kesehatan ASI eksklusif terhadap breastfeeding self-efficacy pada ibu menyusui. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 4(2), 177–188. https://doi.org/10.22437/jini.v4i2.27673

World Health Organization. (2023). *World Breastfeeding Week 2023: 1–7 August*. https://www.who.int/indonesia/news/events/world-breastfeeding-week/2023

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)