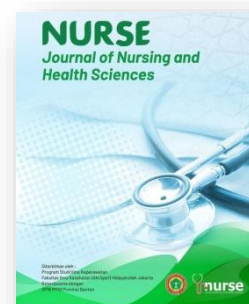


EFEKTIVITAS MULTIMEDIA BREASTFEEDING EDUCATION AND REFLECTION PROGRAM (MEDIBERPRO) PADA IBU PRIMIPARA

Siti Maria Ladia PS¹, Asniar^{1*}, Suryane Sulistiana Susanti²



¹Bagian Keilmuan Keperawatan Komunitas, Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh

²Departemen Maternitas, Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia, suryane.s.susanti@ui.ac.id

*Corresponding author: Asniar

Email: asniar@usk.ac.id

Abstrak

Latar Belakang: Pemberian ASI eksklusif (EBF) merupakan nutrisi utama untuk bayi usia 0-6 bulan. Beberapa faktor yang terkait dengan pemberian ASI eksklusif adalah efikasi diri saat menyusui (BSE), sikap, dan pengetahuan tentang EBF. Salah satu metode yang direkomendasikan untuk meningkatkan upaya tersebut adalah dengan menyediakan pendidikan berbasis multimedia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas Program Pendidikan dan Refleksi Pemberian Asi berbasis Multimedia (MediBERpro) untuk meningkatkan BSE, pengetahuan, dan sikap menyusui pada ibu primipara. **Metode:** Penelitian ini merupakan desain kuasi-eksperimental dengan pre-test dan post-test pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Data dikumpulkan secara online yang melibatkan 93 responden ibu primipara yang diperoleh dengan teknik snowball dan secara acak ditetapkan sebagai kelompok kontrol (n = 51) atau kelompok intervensi (n = 42). **Hasil:** Hasil pada kelompok intervensi menunjukkan perbedaan dengan kelompok kontrol di mana nilai P < 0,05 [BSE (0,000), pengetahuan (0,000) dan sikap (0,000)]. Kelompok intervensi antara skor pre-test dan post-test menunjukkan perbedaan yang signifikan dengan nilai P < 0,05 [BSE (0,000), pengetahuan (0,000) dan sikap (0,000)]. **Kesimpulan:** Kesimpulannya adalah MediBERpro dapat meningkatkan BSE, pengetahuan, dan sikap pada ibu primipara secara signifikan. Oleh karena itu, MediBERpro efektif dilakukan untuk meningkatkan perilaku pemberian ASI eksklusif.

Kata kunci: ASI eksklusif, efikasi diri menyusui, ibu primipara.

Abstract

Background: Exclusive breastfeeding (EBF) is the main source of nutrition for babies aged 0-6 months. Several factors related to exclusive breastfeeding are breastfeeding self-efficacy (BSE), attitude, and knowledge of EBF. One recommended method to improve these efforts is to provide multimedia-based education. This study aims to determine the effectiveness of the Multimedia Breastfeeding Education and Reflection Program (MediBERpro) in increasing BSE, knowledge, and attitudes about breastfeeding among primiparous mothers. **Method:** This research used a quasi-experimental design with pre- and post-tests in the control and intervention groups. The data was collected by an online form involving 93 respondents of primiparous mothers obtained by the snowball technique, and were randomly assigned as the control group (n = 51) or the intervention group (n = 42). **Results:** The results in the intervention group demonstrated a difference with the control group, where the P value < 0.05 [BSE (0.000), knowledge (0.000), attitude (0.000)]. The intervention group between the pre-test and post-test scores demonstrated a significant difference with P value < 0.05 [BSE (0.000), knowledge (0.000), and attitude (0.000)]. **Conclusion:** The conclusion is that MediBERpro can significantly increase BSE, knowledge, and attitudes among primiparous mothers. Therefore, MediBERpro is applicable to increase the EBF rate. 000) and attitude (0.000)). The conclusion is that MediBERpro can significantly increase BSE, knowledge, and attitudes among primiparous mothers. Therefore, MediBERpro is applicable to increase the rate of EBF. 000) and attitude (0.000).

Keywords : Breastfeeding self-efficacy; exclusive breastfeeding; primiparous mother

PENDAHULUAN

Sesuai dengan rekomendasi *World Health Organization* (WHO) bahwa pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama tanpa makanan dan minuman apapun merupakan strategi utama untuk mendukung pertumbuhan yang optimal pada bayi (Hossain & Mirshahi, 2024). Secara keseluruhan tingkat cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia adalah 61,33%. Angka ini melebihi target Rencana Strategis sebesar 44%. Namun, masih ada provinsi yang belum mencapai angka cakupan yang diharapkan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016). Di provinsi Aceh sendiri, tingkat cakupan pemberian ASI eksklusif pada tahun 2017 adalah 56%. Selanjutnya, di Kota Banda Aceh tingkat cakupan ASI eksklusif pada tahun 2018 adalah 57,6% (Dinas Kesehatan Kota Banda Aceh, 2019).

Pada umumnya, pemberian pendidikan kesehatan pada ibu menyusui umumnya dilakukan melalui kontak langsung, namun seiring dengan kemajuan teknologi, pemberian edukasi menyusui dapat dilakukan secara daring berbasis multimedia, seperti video tutorial dan media audiovisual yang interaktif sehingga memungkinkan penyampaian materi secara lebih fleksibel, menarik, dan mudah diakses oleh ibu menyusui kapan saja dan dimana saja (Abuidhail et al., 2019). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan berbasis multimedia efektif untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, sikap, dan keyakinan diri (*self-efficacy*) terkait praktik menyusui

(Supliyani et al., 2021). Pada penelitian lain juga didapatkan bahwa media audiovisual terkait pemberian ASI eksklusif secara signifikan dapat meningkatkan *self-efficacy* pada ibu menyusui setelah diberikan intervensi (Wahyudi et al., 2025).

Pengetahuan, sikap dan keyakinan diri pada ibu menyusui atau *breastfeeding self-efficacy* (BSE) merupakan faktor penting yang berkontribusi terhadap keberhasilan perilaku pemberian ASI eksklusif, karena ketiga aspek tersebut memengaruhi kemampuan ibu dalam mengatasi hambatan menyusui dan mempertahankan praktik pemberian ASI eksklusif (Brockway et al., 2017). Edukasi mengenai pemberian ASI eksklusif terbukti dapat meningkatkan BSE, pengetahuan, dan sikap ibu menyusui. Namun, sebagian besar intervensi edukasi yang tersedia masih dilakukan melalui pendekatan tatap muka secara konvensional yang kurang fleksibel dan memiliki keterbatasan dalam ruang dan waktu. Selain itu, perpaduan intervensi antara edukasi dan pemberian refleksi setelahnya merupakan pendekatan yang efektif dan belum pernah dilakukan sebelumnya, karena dapat menggabungkan penyampaian informasi yang efektif berbasis teknologi dengan proses internalisasi pengalaman menyusui.

Hingga saat ini, belum tersedia program edukasi terkait ASI eksklusif yang mengintegrasikan multimedia interaktif dengan pemberian refleksi setelah edukasi secara terstruktur pada ibu primipara di Kota Banda Aceh. Program Edukasi dan Refleksi Menyusui

berbasis Multimedia (MediBERpro) dirancang untuk memenuhi kebutuhan ibu primipara terhadap akses informasi yang efektif dan reflektif dengan menyediakan edukasi audiovisual yang mudah diakses, modul yang interkatif, serta sesi refleksi untuk memperkuat pemahaman dan kepercayaan diri ibu dalam praktik menyusui. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas MediBERpro dalam meningkatkan BSE, pengetahuan, dan sikap ibu primipara di Kota Banda Aceh.

METODE PENELITIAN

Desain dalam penelitian ini adalah studi kuasi eksperimental dengan menggunakan kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi mendapatkan MediBERpro, sedangkan kelompok kontrol hanya diberikan materi dasar berupa leaflet. Penilaian pengetahuan, sikap dan BSE dilakukan berdasarkan nilai pre-test yang diberikan sebelum intervensi dilakukan, dan post-test yang diberikan dalam waktu empat minggu setelah intervensi pertama. Interval waktu empat minggu dipilih untuk memberikan kesempatan yang memadai bagi responden dalam menerima materi secara bertahap, melakukan refleksi, serta menginternalisasi informasi ke dalam sikap dan keyakinan diri menyusui (BSE).

Penelitian ini awalnya direncanakan akan dilakukan di 11 puskesmas di Kota Banda Aceh, namun karena wabah COVID-19 yang mewajibkan setiap masyarakat untuk melakukan social distancing dan protokol kesehatan lainnya, penelitian dilakukan secara daring menggunakan

aplikasi Google Form. Oleh karena itu, sampel berasal dari Kota Banda Aceh tanpa membatasi sebaran wilayah desa. Proses penelitian berlangsung pada 6 Juni hingga 20 Juli 2020, yang diawali dengan rekrutmen responden dan penyebaran informasi penelitian secara daring, diikuti dengan pelaksanaan *pre-test* untuk mengukur pengetahuan, sikap, dan BSE sebelum diberikan intervensi. Selanjutnya, kelompok intervensi menerima program MediBERpro yang dilaksanakan secara bertahap selama empat minggu, dengan penyampaian materi edukasi berbasis multimedia dan sesi refleksi, sementara kelompok kontrol hanya memperoleh edukasi standar berupa leaflet. Setelah seluruh rangkaian intervensi selesai, dilakukan *post-test* pada kedua kelompok untuk mengevaluasi perubahan pengetahuan, sikap, dan BSE.

Penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner yang terdiri dari empat bagian. Kuesioner pertama berisi data demografi dan karakteristik responden meliputi identitas responden berupa nomor handphone, tanggal lahir responden untuk menentukan usia saat ini, pendidikan dan pekerjaan, jenis persalinan yang dilakukan, informasi yang telah diperoleh tentang ASI eksklusif, serta pelatihan atau kelas khusus untuk ASI yang pernah diikuti oleh responden. Kuesioner kedua yaitu *Breastfeeding Self Efficacy Scale-Short Form* (BSES-SF) yang telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia dan telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Kuesioner BSES-SF terdiri dari 14 pertanyaan bernilai positif menggunakan skala Likert 1-5. Pertanyaan terdiri

dari dua dimensi, yaitu dimensi teknik (*technique*) dan pemikiran interpersonal (*interpersonal thought*). Semua item pertanyaan positif dalam kisaran 14-70. Kuesioner ketiga yaitu *Iowa Infant Feeding Attitude Scale* (IIFAS) yang telah diuji validitas dan reliabilitas dengan hasilnya berupa 16 butir soal, terdiri dari 8 soal dengan arah formula positif (signifikansi negatif) dan 8 soal lainnya dengan arah positif menyusui.

Kuesioner keempat merupakan kuesioner Pengetahuan ASI Eksklusif (PAS) digunakan untuk menganalisis pengetahuan ibu tentang menyusui. Kuesioner PAS dikembangkan oleh para peneliti berdasarkan materi yang terdapat dalam program pendidikan. Kuesioner tersebut telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa dari 15 item pertanyaan pilihan ganda, sebanyak 9 item dinyatakan valid dengan nilai r hitung lebih besar dari r tabel (0,396). Uji reliabilitas menggunakan *Alpha Cronbach* menghasilkan nilai 0,714 yang menunjukkan bahwa kuesioner tersebut memiliki tingkat reliabilitas yang dapat diterima. Dalam kuesioner tersebut, responden yang menjawab pertanyaan dengan benar diberi skor 4, sedangkan yang salah menjawab diberi skor -1 dan mereka yang menjawab tidak tahu diberi skor 0.

Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu primipara yang memiliki bayi usia 0-6 bulan di Kota Banda Aceh. Penentuan jumlah sampel dilakukan menggunakan *power analysis* dengan *power* 0,80, *effect size* 0,40, dan tingkat signifikansi 0,05 sehingga diperoleh kebutuhan

sampel minimum sebanyak 78 responden. Untuk mengantisipasi kemungkinan *drop out*, maka jumlah sampel ditambah sebesar 10% sehingga target sampel menjadi 86 responden. Rekrutmen responden dilakukan secara daring menggunakan teknik *snowball* dan diperoleh sebanyak 93 responden yang mengisi kuesioner *pre-test*, jumlah ini melebihi target sampel yang direncanakan. Selanjutnya responden dibagi ke dalam kelompok kontrol ($n=51$) dan kelompok intervensi ($n=42$) secara acak. Setelah *pre-test* dilakukan, kelompok A diberikan intervensi standar berupa edukasi menyusui melalui leaflet, sedangkan pada kelompok B dilakukan intervensi MediBERpro menggunakan 4 video berbeda selama 4 minggu (1 video per minggu). Kemudian setiap responden diberikan sesi refleksi melalui telepon atau pesan pribadi. Akhirnya, peneliti memberikan *post-test* pada kedua kelompok.

Dari total 93 responden yang direkrut, sebanyak 88 responden mengikuti seluruh rangkaian penelitian hingga akhir, sedangkan 5 responden mengalami *drop out* (3 responden dari kelompok kontrol dan 2 responden dari kelompok intervensi). Analisis data dilakukan secara inferensial menggunakan uji nonparametrik karena data tidak berdistribusi normal. Perbedaan nilai *pre-test* dan *post-test* dalam kelompok yang sama dianalisis menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*, sedangkan perbedaan antara kelompok kontrol dan intervensi dianalisis menggunakan *Mann-Whitney U Test* dengan tingkat signifikansi alfa

0,05. Penelitian ini telah lulus uji etika dan mendapat persetujuan dari Komite Etika Penelitian Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala dengan kode etik penelitian 11206130120.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil analisis didapatkan karakteristik responden yang diperoleh dari data demografi dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Frekuensi Responden Ibu Primipara di Kota Banda Aceh

No	Karakteristik Responden	Grup Kontrol (n = 51)		Kelompok Intervensi (n = 42)	
		f	%	F	%
1	Umur				
	Di bawah 20 tahun	1	2,0	1	2,4
	21-30	39	76,5	36	85,7
	31-40	11	21,6	5	11,9
2	Pekerjaan				
	Ibu rumah tangga	29	56,9	33	78,6
	Pegawai negeri sipil	10	19,6	3	7,1
	Swasta	1	2,0	3	7,1
	Pengusaha	4	7,8	0	0,0
	Lain	7	13,7	3	7,1
3	Pendidikan				
	Rendah (SD-SMP)	2	3,9	2	4,8
	Menengah (SMA)	4	7,8	16	38,1
	Tinggi (S1-S2)	45	88,2	24	57,1
4	Jenis Persalinan				
	Normal	24	47,1	18	42,9
	Operasi caesar	26	51,0	23	54,8
	Lain	1	2,0	1	2,4
5	Informasi tentang ASI				
	Ya (pernah)	45	88,2	34	81,0
	Tidak	6	11,8	8	19,0
6	Pelatihan Menyusui				
	Ya (pernah)	7	13,7	5	11,9

Tidak	44	86,3	37	88,1
-------	----	------	----	------

Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa usia responden terbanyak pada kelompok kontrol dan intervensi berada pada rentang usia 21-30 tahun, yaitu masing-masing 39 responden (76,5%) dan 36 responden (85,7%). Pekerjaan terbesar dari kedua kelompok responden adalah ibu rumah tangga, yakni masing-masing 29 orang (56,9%) dan 33 orang (78,6%). Riwayat pendidikan terbaru responden pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa responden terbanyak berada di tingkat tinggi, yaitu jenjang sarjana hingga magister, sebanyak 45 orang (88,2%). Selanjutnya, kelompok intervensi juga menunjukkan bahwa jumlah responden tertinggi berada di jenjang pendidikan tinggi, yaitu 24 responden (57,1%).

Berdasarkan riwayat atau jenis persalinan yang dilakukan, dapat dilihat bahwa pada kelompok kontrol sebanyak 26 ibu primipara memiliki jenis persalinan caesar (51,0%) serta kelompok intervensi, yaitu 23 orang (54,8%). Kelompok A sebanyak 45 ibu primipara telah mendengar atau menerima informasi tentang ASI eksklusif (88,2%). Hal yang sama juga terjadi pada kelompok intervensi di mana ibu primipara yang dominan telah mendengar informasi tentang ASI eksklusif sebanyak 34 orang (81,0%).

Ciri-ciri responden berdasarkan keikutsertaan pelatihan pemberian ASI khusus, dapat dilihat bahwa pada kelompok kontrol, secara umum 44 responden (86,3%) belum pernah mengikuti kelas khusus tentang pelatihan ASI eksklusif atau ASI. Hal yang sama

juga terjadi pada kelompok intervensi di mana umumnya ibu-ibu belum pernah mengikuti pelatihan khusus tentang menyusui, yaitu 37 orang (88,1%).

Uji statistik selanjutnya dilakukan analisis inferensial yang dilakukan untuk mengetahui perbedaan nilai rata-rata pada BSE, pengetahuan, dan sikap sebelum dan setelah intervensi pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi menggunakan uji *Mann Whitney*. Hasil dari perbedaan rata-rata ini dapat diamati pada Tabel 2.

Tabel 2 Distribusi Nilai Rata-rata *Pre-test* dan *Post-test* Variabel, Pengetahuan dan Sikap Ibu Primipara di Kota Banda Aceh antara Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi

No	Rata-rata Variabel	N	Peringkat Rata-rata	Nilai P
Variabel Pre-test				
1	BSE			
	Kelompok kontrol	51	49,93	0,247
	Kelompok intervensi	42	43,44	
2	Pengetahuan			
	Kelompok kontrol	51	50,42	0,163
	Kelompok intervensi	42	42,85	
3	Sikap			
	Grup kontrol	51	50,93	0,121
	Kelompok intervensi	42	42,23	
Variabel Post-Test				
1	BSE			
	Kelompok kontrol	48	33,17	0,000
	Kelompok intervensi	40	58,10	
2	Pengetahuan			
	Kelompok kontrol	48	30,69	0,000

3	Kelompok intervensi	40	61,08	
	Sikap			
	Kelompok kontrol	48	31,71	0,000
	Kelompok intervensi	40	59,85	

Berdasarkan Tabel 2, hasil uji *Mann Whitney* yang dilakukan pada skor *post-test* antara kelompok kontrol dan intervensi menunjukkan bahwa nilai *p* lebih kecil dari nilai alfa ($0,000 < 0,05$). Ini berarti bahwa ada perbedaan yang signifikan dalam skor rata-rata *post-test* antara kelompok kontrol dan intervensi pada variabel BSE. Dalam variabel pengetahuan, skor *post-test* antara kelompok kontrol dan intervensi menunjukkan bahwa nilai *p* lebih kecil dari nilai alfa ($0,000 < 0,05$). Hal ini berarti bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dalam skor rata-rata *post-test* antara kelompok kontrol dan intervensi pada variabel pengetahuan terhadap ASI eksklusif. Selanjutnya, nilai *post-test* pada variabel sikap antara kelompok kontrol dan intervensi menunjukkan bahwa nilai *p* lebih kecil dari nilai alfa ($0,000 < 0,05$). Hal ini juga menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan dalam skor rata-rata *post-test* antara kelompok kontrol dan intervensi terhadap sikap ibu dalam memberikan ASI eksklusif.

Setelah itu dilakukan *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengetahui nilai rata-rata pada BSE, pengetahuan, dan sikap antara sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok yang sama, dimana kelompok intervensi mendapatkan MediBerpro dan kelompok kontrol hanya mendapatkan edukasi standar. Hasil analisis

dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 3 Distribusi Rata-rata Pre-Post-test pada Kelompok Intervensi dan Kontrol terhadap nilai Variabel, Pengetahuan dan Sikap Ibu Primipara BSE di Kota Banda Aceh

No	Nilai rata-rata di setiap kelompok	N	Peringkat Rata-rata	Nilai P
Kelompok Intervensi				
1	BSE			
	Pre-tes	42	11,00	0,000
	Post-tes	40	20,23	
2	Pengetahuan			
	Pre-tes	42	5,67	0,000
	Post-tes	40	17,11	
3	Sikap			
	Pre-tes	42	10,92	0,000
	Post-tes	40	22,19	
Kelompok Kontrol				
1	BSE			
	Pre-tes	51	23,41	0,787
	Post-tes	48	24,56	
2	Pengetahuan			
	Pre-tes	51	24,04	0,070
	Post-tes	48	20,06	
3	Sikap			
	Pre-tes	51	22,50	0,799
	Post-tes	48	23,57	

Berdasarkan Tabel 3 mengindikasikan bahwa nilai *pre-test* dan *post-test* dari kelompok intervensi pada variabel BSE menunjukkan bahwa nilai *p* lebih kecil dari nilai alfa ($0,000 < 0,05$). Hal ini berarti bahwa ada perbedaan yang signifikan antara skor rata-rata pada saat sebelum dan setelah dilakukan intervensi MediBERpro. Hal yang serupa juga terlihat pada variabel pengetahuan dan sikap pada kelompok intervensi yang menunjukkan adanya perubahan yang signifikan sebelum dan setelah intervensi dilakukan. Namun berbeda

halnya pada kelompok kontrol yang hanya diberikan edukasi standar tidak mengindikasikan adanya perbedaan skor pada *pre-test* dan *post-test* yang ditunjukkan melalui nilai *p* lebih besar dari nilai alfa 0,005 pada ketiga variabel baik BSE, pengetahuan, maupun sikap.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan pada kelompok kontrol dan intervensi, ditemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor rata-rata kelompok pada akhir penelitian. Skor akhir pada kelompok intervensi menunjukkan peningkatan yang signifikan dibandingkan dengan skor awal dan skor akhir pada kelompok kontrol. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi MediBERpro secara signifikan meningkatkan BSE, pengetahuan, dan sikap ibu primipara dibandingkan kelompok kontrol yang hanya menerima edukasi standar. Temuan ini menegaskan bahwa integrasi edukasi berbasis multimedia dengan refleksi terstruktur memberikan dampak yang lebih kuat dibandingkan pendekatan edukasi konvensional.

Peningkatan BSE merupakan temuan yang penting dalam penelitian ini. Pada tahap awal, sebagian besar ibu primipara menunjukkan tingkat BSE yang relatif rendah terlihat dari keraguan dalam memenuhi kebutuhan ASI pada bayi, kekhawatiran terhadap kecukupan produksi ASI, serta kecenderungan untuk memberikan susu formula sejak dini. Kondisi ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yang melaporkan bahwa ibu primipara lebih rentan

mengalami rendahnya kepercayaan diri dalam menyusui akibat keterbatasan pengalaman, minimnya dukungan, dan paparan informasi yang tidak konsisten (Abbass-Dick & Dennis, 2018). Namun setelah mengikuti intervensi MediBERpro secara teratur selama empat minggu terjadi peningkatan BSE yang bermakna pada kelompok intervensi.

Pemberian pendidikan multimedia dikemas dalam bentuk video animasi yang didesain menarik beserta penjelasan yang disesuaikan dengan materi setiap minggunya secara bertahap. Selama proses pembelajaran, ibu tidak ditinggalkan sendirian, melainkan terus dibimbing dan dipantau oleh fasilitator dan bersama dengan ibu primipara lainnya dalam grup media sosial. Hal ini memberikan kesempatan kepada para ibu untuk bertanya dan berdiskusi dengan fasilitator dan responden lain yang memiliki keluhan serupa. Dengan adanya hal tersebut maka keyakinan diri ibu untuk menyusui meningkat karena mendapatkan dukungan dan persepsi positif. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Araban et al. (2018) dan Brockway et al. (2018) yang menunjukkan bahwa edukasi menyusui yang diberikan secara bertahap disertai dukungan emosional dan refleksi secara signifikan meningkatkan keyakinan diri ibu primipara. Sebaliknya, beberapa studi yang hanya mengandalkan edukasi tanpa interaksi langsung dan pendampingan intensif melaporkan peningkatan BSE yang tidak signifikan (Abuidhail et al., 2019). Perbedaan ini menunjukkan bahwa

keberhasilan intervensi tidak hanya ditentukan oleh konten edukasi, tetapi juga didukung oleh kualitas interaksi, keberlanjutan dukungan, serta kesempatan refleksi yang diberikan kepada ibu menyusui.

Berdasarkan konsep *Social Cognitive Theory* (SCT), perilaku kesehatan dipahami sebagai hasil interaksi yang mengasumsikan bahwa perilaku seseorang tidak dapat dipisahkan dari interaksi diri dengan lingkungan sehingga memengaruhi keyakinan diri atau *self-efficacy*. Peningkatan BSE dalam penelitian ini dapat dijelaskan melalui SCT secara empiris, dimana *self-efficacy* merupakan determinan utama perubahan perilaku kesehatan yang dibentuk melalui interaksi antara pengalaman pribadi, pembelajaran observasional, dukungan sosial, dan umpan balik positif. Sebuah studi yang menerapkan SCT terhadap perilaku pemberian ASI eksklusif menemukan bahwa komponen seperti *modeling*, *outcome expectation*, dan *reinforcement* secara langsung dan tidak langsung berkaitan dengan peningkatan pemilihan ASI eksklusif melalui pengaruh terhadap BSE (Rismawati & Pamungkasari, 2025). Selain itu, penelitian yang mengevaluasi persepsi tingkat BSE ibu terhadap kemampuan menyusui menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* yang diperoleh ibu maka semakin besar kemungkinan ibu tersebut untuk memulai dan mempertahankan praktik pemberian ASI eksklusif selama enam bulan setelah persalinan (Vitória et al., 2025). Temuan ini mendukung asumsi SCT bahwa *self-efficacy* berperan sebagai mekanisme perantara yang

menghubungkan pengetahuan dan dukungan sosial dengan terbentuknya perilaku kesehatan yang diharapkan.

Selain itu, berdasarkan teori *Health Promotion Model* (HPM) juga membuktikan bahwa *self-efficacy* erat kaitannya dengan aspek kognitif dan afektif seseorang sehingga dapat memengaruhi perubahan perilaku yang diharapkan (Alligood, 2021). Dalam hal ini, *self-efficacy* terlihat jelas meningkat setelah responden diberikan edukasi yang dapat meningkatkan pemahaman kognitifnya melalui pendekatan pribadi dan sosial. Pendekatan pribadi dapat meningkatkan emosi dan pikiran positif dari daya tanggap, sedangkan pendekatan sosial dilakukan secara interaktif dalam wadah yang terdiri dari beberapa karakter individu dengan masalah yang berbeda tetapi mencapai tujuan yang sama. Oleh karena itu, kolaborasi antara konsep SCT dan HPM telah memberikan manfaat besar untuk meningkatkan BSE dalam mengubah perilaku menyusui menjadi lebih baik.

Selain BSE, penelitian ini juga menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu primipara yang signifikan setelah intervensi MediBERpro. Meskipun pada awal penelitian sebagian besar responden telah memiliki pengetahuan dasar tentang ASI eksklusif yang terlihat dari tidak adanya perbedaan skor *pre-test* antara kelompok kontrol dan intervensi, namun pada hasil *post-test* menunjukkan peningkatan yang lebih besar pada kelompok intervensi. Temuan ini mengindikasikan bahwa pengetahuan bersifat dinamis dan sangat dipengaruhi oleh metode

penyampaian informasi. Edukasi berbasis multimedia yang digunakan dalam MediBERpro memungkinkan integrasi unsur audiovisual dan narasi kontekstual sehingga memperkuat proses kognitif dan memori ibu. Hasil ini sejalan dengan penelitian Joshi et al. (2016) yang menemukan bahwa program edukasi menyusui berbasis multimedia lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu dibandingkan metode konvensional.

Penelitian serupa lainnya telah dilakukan pada wanita hamil trimester ketiga dengan memberikan edukasi menyusui berbasis internet (jaringan situs web) dalam waktu relatif singkat. Meskipun tidak menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi, perlakuan yang diberikan telah membantu ibu untuk belajar dan menggunakan teknologi dengan mudah sehingga meningkatkan keinginan mereka untuk memberikan ASI eksklusif (Abuidhail et al., 2019). Perbedaan ini kembali menegaskan pentingnya durasi, intensitas, dan kualitas interaksi dalam intervensi edukasi kesehatan.

Dalam kerangka HPM, peningkatan pengetahuan berperan sebagai fondasi kognitif yang memengaruhi persepsi manfaat dan hambatan terhadap perilaku menyusui. Pengetahuan yang memadai memungkinkan ibu untuk memahami manfaat ASI eksklusif secara lebih komprehensif sekaligus mengurangi persepsi negatif atau mitos yang sering menjadi hambatan dalam praktik menyusui. Hal ini mendukung pandangan bahwa perubahan

perilaku kesehatan tidak hanya bergantung pada pengetahuan semata, tetapi pada bagaimana pengetahuan tersebut diinternalisasi dan dihubungkan dengan pengalaman personal dan konteks sosial individu (Alligood, 2021). Dengan demikian, MediBERpro tidak hanya meningkatkan pengetahuan ibu tetapi juga memfasilitasi proses kognitif yang lebih dalam dan mendukung perubahan sikap dan perilaku kesehatan (Hmone et al., 2017).

Perubahan sikap terhadap menyusui juga menjadi temuan penting dalam penelitian ini. Sebelum intervensi, sebagian besar responden menunjukkan sikap yang kurang mendukung terhadap ASI eksklusif. Hal ini tercermin dari skor rata-rata *pre-test* yang relatif rendah. Setelah intervensi, terjadi peningkatan sikap yang signifikan pada kelompok intervensi, sementara kelompok kontrol menunjukkan perubahan yang minimal. Temuan ini sejalan dengan penelitian Gonzalez-Darias et al. (2020) dan Chipojola et al. (2020) yang menunjukkan bahwa edukasi menyusui yang dikombinasikan dengan dukungan sosial dapat membentuk sikap positif terhadap ASI eksklusif. Sikap positif ini selanjutnya berperan sebagai faktor penting dalam pembentukan perilaku menyusui yang berkelanjutan. Namun demikian beberapa penelitian menunjukkan bahwa perubahan sikap tidak selalu langsung diikuti oleh perubahan perilaku, terutama ketika ibu menghadapi hambatan struktural atau kurangnya dukungan lingkungan (Rollins et al., 2016; Snyder et al., 2021). Hal ini menunjukkan bahwa perubahan

sikap merupakan proses bertahap yang memerlukan penguatan berkelanjutan.

Dalam konteks HPM, sikap terhadap menyusui merupakan bagian dari karakteristik kognitif-afektif yang berinteraksi dengan *self-efficacy* dan dukungan lingkungan. Sikap positif yang terbentuk melalui peningkatan pengetahuan dan *self-efficacy* akan memperkuat niat ibu untuk menyusui dan meningkatkan persepsi manfaat sekaligus membantu ibu mengelola hambatan yang dirasakan (Chipojola et al., 2020). Sementara itu SCT menjelaskan bahwa sikap dan *self-efficacy* yang meningkat akan memengaruhi ekspektasi hasil sehingga ibu lebih termotivasi untuk mempertahankan perilaku menyusui meskipun menghadapi tantangan (Rismawati & Pamungkasari, 2025) Integrasi kedua teori ini memberikan kerangka konseptual yang komprehensif untuk memahami bagaimana MediBERpro memengaruhi perubahan perilaku menyusui secara holistik.

Secara keseluruhan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan BSE, pengetahuan, dan sikap tidak terjadi secara terpisah melainkan saling berinteraksi dalam suatu proses perubahan perilaku yang kompleks. MediBERpro berhasil memfasilitasi proses tersebut melalui pendekatan edukasi berbasis teori, multimedia interaktif, refleksi terstruktur, dan dukungan sosial yang berkelanjutan. Temuan ini memperkuat bukti bahwa intervensi promosi kesehatan yang dirancang berdasarkan SCT dan HPM memiliki potensi besar untuk meningkatkan praktik menyusui pada ibu primipara. Dengan

demikian, MediBERpro dapat dipertimbangkan sebagai model intervensi yang relevan dan aplikatif dalam upaya peningkatan ASI eksklusif, khususnya pada konteks komunitas perkotaan dengan karakteristik ibu yang heterogen.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi MediBERpro berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan BSE, pengetahuan, dan sikap ibu primipara. Peningkatan pada ketiga variabel ini saling berkaitan dan membentuk mekanisme perubahan perilaku menyusui yang komprehensif. Dalam perspektif *Health Promotion Model*, peningkatan pengetahuan dan sikap positif berfungsi sebagai karakteristik kognitif-afektif yang memperkuat *self-efficacy*, persepsi manfaat, serta kemampuan ibu dalam mengelola hambatan menyusui. Sedangkan pada konsep *Social Cognitive Theory* menjelaskan bahwa penguatan *self-efficacy* dan sikap positif meningkatkan ekspektasi hasil sehingga ibu lebih termotivasi untuk mempertahankan perilaku menyusui meskipun menghadapi tantangan lingkungan dan personal. Intergrasi kedua teori ini memperjelas bahwa MediBERpro efektif dilakukan untuk mendukung perubahan perilaku pemberian ASI eksklusif yang lebih adaptif dan berkelanjutan.

Dari penelitian tersebut, MediBERpro direkomendasikan untuk diintegrasikan sebagai bagian dari program edukasi menyusui pada pelayanan kesehatan maternal, khususnya bagi ibu primipara dengan menekankan pendekatan

berbasis multimedia dan dukungan berkelanjutan. Tenaga kesehatan diharapkan dapat memanfaatkan intervensi yang memadukan antara pengetahuan, penguatan *self-efficacy*, serta dukungan sosial untuk memaksimalkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Selain itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengevaluasi efektivitas MediBERpro dalam jangka panjang pada populasi yang lebih beragam, serta mengeksplorasi lebih lanjut pengaruh faktor lingkungan dan struktural dalam memoderasi hubungan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku pemberian ASI eksklusif.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abbass-Dick, J., & Dennis, C. L. (2018). Maternal and paternal experiences and satisfaction with a co-parenting breastfeeding support intervention in Canada. *Midwifery*, 56(September 2017), 135–141. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2017.10.005>
- Abuidhail, J., Mrayyan, L., & Jaradat, D. (2019). Evaluating effects of prenatal web-based breastfeeding education for pregnant mothers in their third trimester of pregnancy: Prospective randomized control trial. *Midwifery*, 69, 143–149. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2018.11.015>
- Alligood, M. R. (2021). *Nursing Theorist and*

- their Work* (8th edition). Elsevier Inc.
- Araban, M., Karimian, Z., Karimian Kakolaki, Z., McQueen, K. A., & Dennis, C. L. (2018). Randomized Controlled Trial of a Prenatal Breastfeeding Self-Efficacy Intervention in Primiparous Women in Iran. *JOGNN - Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing*, 47(2), 173–183. <https://doi.org/10.1016/j.jogn.2018.01.005>
- Brockway, M., Benzie, K., & Hayden, K. A. (2017). Interventions to Improve Breastfeeding Self-Efficacy and Resultant Breastfeeding Rates: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Human Lactation*, 33(3), 486–499. <https://doi.org/10.1177/0890334417707957>
- Chipojola, R., Chiu, H. Y., Huda, M. H., Lin, Y. M., & Kuo, S. Y. (2020). Effectiveness of theory-based educational interventions on breastfeeding self-efficacy and exclusive breastfeeding: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Nursing Studies*, 109, 103675. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2020.103675>
- Dinas Kesehatan Kota Banda Aceh. (2019). *Profil Kesehatan Kota Banda Aceh*. <http://www.depkes.go.id>
- Gonzalez-Darias, A., Diaz-Gomez, N. M., Rodriguez-Martin, S., Hernandez-Perez, C., & Aguirre-Jaime, A. (2020). 'Supporting a first-time mother': Assessment of success of a breastfeeding promotion programme. *Midwifery*, 85, 102687. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2020.102687>
- Hmone, M. P., Li, M., Agho, K., Alam, A., & Dibley, M. J. (2017). Factors associated with intention to exclusive breastfeed in central women's hospital, Yangon, Myanmar. *International Breastfeeding Journal*, 12(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s13006-017-0120-2>
- Hossain, S., & Mihrshahi, S. (2024). Effect of exclusive breastfeeding and other infant and young child feeding practices on childhood morbidity outcomes: associations for infants 0 – 6 months in 5 South Asian countries using Demographic and Health Survey data. *International Breastfeeding Journal*, 1–18. <https://doi.org/10.1186/s13006-024-00644-x>
- Joshi, A., Amadi, C., Meza, J., Aguire, T., & Wilhelm, S. (2016). Evaluation of a computer-based bilingual breastfeeding educational program on breastfeeding knowledge, self-efficacy and intent to breastfeed among rural Hispanic women. *International Journal of Medical Informatics*, 91, 10–19. <https://doi.org/10.1016/j.ijmedinf.2016.04.001>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Pedoman Umum Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga*. Kementerian Kesehatan RI.
- Rismawati, N. L., & Pamungkasari, E. P. (2025). *Applying Social Cognitive Theory to Exclusive Breastfeeding Behavior: A Path Analysis Model*. 09(2024), 836–848.
- Rollins, N. C., Bhandari, N., Hajeebhoy, N., Horton, S., Lutter, C. K., Martines, J. C., Piwoz, E. G., Richter, L. M., & Victora, C. G. (2016). Why invest, and what it will take to improve breastfeeding practices? *The Lancet*, 387(10017), 491–504. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(15\)01044-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)01044-2)
- Snyder, K., Hulse, E., Dingman, H., Cantrell, A., Hanson, C., & Dinkel, D. (2021). *Examining supports and barriers to breastfeeding through a socio-ecological lens: a qualitative study*. 4, 1–8.
- Supliyani, E., Djamilus, F., Studi, P., Bogor, K., & Kemenkes, P. (2021). *EFEKTIFITAS MEDIA VIDEO TUTORIAL PENATALAKSANAAN ASI EKSKLUSIF TERHADAP KETERAMPILAN IBU DALAM Effectiveness of Media Video Tutorial on Management of Exclusive*.

13(1), 143–151.

Vitória, M., Machado, R. Z., Fretta, V., Bittencourt, Z., Bittencourt, M. F., Willig, D. Q., Pinto, B., & Iser, M. (2025). *Breastfeeding Self-Efficacy in Postpartum Woman*. 1–12.

Wahyudi, N. R., Hardjito, K., Titisari, I., & Rahmaningtyas, I. (2025). *PENGARUH MEDIA AUDIOVISUAL TENTANG MANAJEMEN LAKTASI TERHADAP SELF – EFFICACY MENYUSUI IBU PRIMIGRAVIDA THE EFFECT OF AUDIOVISUAL MEDIA ON LACTATION MANAGEMENT TOWARD BREASTFEEDING SELF – EFFICACY AMONG PRIMIGRAVIDA*. 6(07), 61–67. <https://doi.org/10.36082/jmswh.v6i1.2545>