

MEDIA EDUKASI VIDEO UNTUK MENINGKATKAN *BREASTFEEDING SELF-EFFICACY* (EFIKASI DIRI MENYUSUI)

Diki Retno Yuliani¹, Septerina Purwandani Winarso¹, Riza Amalia¹, Adnan Faris Naufal²

¹Poltekkes Kemenkes Semarang

²Universitas Muhammadiyah Surakarta

email: dikiretnoyuliani@gmail.com

Riwayat Artikel: Diterima: 09-11-2022, direvisi: 23-11-2022, dipublikasi: 29-11-2022

ABSTRACT

Breastfeeding self-efficacy can affect the breastfeeding success. Efforts to increase breastfeeding self-efficacy can be through providing education about breastfeeding, one of them with video education media. The purpose of this study was to determine the effect of breastfeeding preparation online classes using video on breastfeeding self-efficacy. The research design was one group pretest-posttest, the sample was 23 pregnant women in the third trimester in Public health center (PHC) II Sokaraja and PHC II Kemranjen, Banyumas Regency. The data was taken in October-November 2022. The video provide consists of 11 short videos, shared through WhatsApp groups. The instrument uses the breastfeeding self-efficacy scale-short form (BSES-SF) and the data analysis uses a paired sample t-test. Breastfeeding preparation online classes with video educational media have an effect on breastfeeding self-efficacy. Further research can examine the effect of video education media on the breastfeeding success and the exclusive breastfeeding success.

Keywords: *Breastfeeding Self-Efficacy; video education media*

ABSTRAK

Breastfeeding self-efficacy dapat berpengaruh terhadap keberhasilan menyusui. Upaya meningkatkan breastfeeding self-efficacy dapat melalui pemberian edukasi tentang menyusui, salah satunya dengan media edukasi video. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kelas online persiapan menyusui menggunakan media video terhadap breastfeeding self-efficacy. Desain penelitian one group pretest-posttest, sampel ibu hamil Trimester III di Wilayah Puskesmas II Sokaraja dan Puskesmas II Kemranjen, Kabupaten Banyumas sejumlah 23 orang. Data diambil pada bulan Oktober-November tahun 2022. Media edukasi video yang diberikan terdiri dari 11 video, dibagikan melalui grup WhatsApp. Instrumen menggunakan breastfeeding self-efficacy scale-short form (BSES-SF) dan Analisa data menggunakan paired sample t-test. Kelas online persiapan menyusui dengan media edukasi video berpengaruh terhadap breastfeeding self-efficacy. Penelitian selanjutnya dapat mengkaji pengaruh media edukasi video terhadap keberhasilan menyusui dan keberhasilan ASI eksklusif.

Kata Kunci: *Breastfeeding Self-Efficacy; Media Edukasi Video*

Pendahuluan

ASI atau menyusui memiliki banyak manfaat baik bagi ibu maupun bayi. Manfaat menyusui bagi ibu diantaranya mencegah perdarahan dan anemia, menjarangkan kehamilan dan membantu proses involusi uterus. Sedangkan manfaat ASI bagi bayi diantaranya ASI adalah nutrisi yang terbaik untuk bayi, meningkatkan kecerdasan, kaya akan antibodi dan menunjang pertumbuhan bayi (Yuliani et al., 2021).

Pencapaian ASI Eksklusif di Indonesia tahun 2021 adalah 56,9%, angka tersebut sudah mencapai target tahun 2021 yaitu sebesar 40%, namun mengalami penurunan jika dibandingkan dengan pencapaian tahun 2020, yaitu 66,1% (Kemenkes RI, 2021, 2022). Pencapaian ASI eksklusif di Provinsi Jawa Tengah tahun 2021 sebesar 75,2%, meningkat jika dibandingkan dengan pencapaian tahun 2020, yaitu sebesar 67,3% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2022), namun pencapaian ASI eksklusif di Kabupaten Banyumas tahun 2021 sedikit mengalami penurunan dibandingkan tahun 2020, yaitu dari 65,8% (2020) menjadi 65,2% (2021). Pencapaian ASI eksklusif di kabupaten Banyumas dalam 5 tahun terakhir cenderung naik turun, yaitu berturut-turut dari tahun 2017-2021 adalah 51,83%, 66,1%, 65,1%, 65,8% dan 65,2% (Dinas Kesehatan Kabupaten Banyumas, 2022). Hal tersebut menjadi permasalahan yang harus diperhatikan.

Breastfeeding self-efficacy adalah kepercayaan diri ibu dalam menyusui. *Breastfeeding self-efficacy* dapat menentukan keinginan ibu untuk menyusui bayi atau tidak, bagaimana upaya yang dilakukan untuk menyusui bayi dan bagaimana cara ibu menangani masalah menyusui yang dihadapi, sehingga dapat berpengaruh terhadap keberhasilan menyusui (Zubaran & Foresti, 2013). Beberapa studi terdahulu melaporkan bahwa *breastfeeding self-efficacy* secara signifikan berhubungan dengan lama menyusui (Sinaga & Bustami, 2020), perilaku menyusui (kegiatan menyusui) (Rofiqoh, 2017) dan keberhasilan ASI eksklusif (Rahayu, 2018; Rahmadanil & Sutrisna, 2022). Oleh karena itu *breastfeeding self-efficacy* merupakan salah satu faktor penting yang harus diperhatikan untuk menyukseskan ASI eksklusif atau keberhasilan menyusui.

Breastfeeding self-efficacy dapat dimodifikasi dengan memberikan edukasi. Sebuah studi melaporkan bahwa edukasi menyusui secara signifikan berpengaruh terhadap peningkatan *self-efficacy* ibu menyusui (Riyanti et al., 2019). Studi lain melaporkan bahwa edukasi pada masa prenatal berpengaruh terhadap *breastfeeding self-efficacy* (Fata & Rahmawati, 2016). Edukasi dapat di sampaikan dengan metode ceramah tanya jawab (Fata & Rahmawati, 2016) dan demonstrasi (Riyanti et al., 2019) atau menggunakan media edukasi seperti *booklet* (Rochana, 2015), *e-booklet* (Rochana et al., 2022) atau video (Sari & Fajri, 2022). Penelitian menunjukkan bahwa media edukasi video lebih efektif dibandingkan dengan media edukasi booklet, dalam meningkatkan keterampilan deteksi dini stunting kader (Sartika & Purnanti, 2021).

Video merupakan salah satu media edukasi yang dapat digunakan untuk memberikan edukasi menyusui dan meningkatkan *breastfeeding self-efficacy*. Intervensi berupa pemberian video cara menyusui yang benar melalui *smartphone* secara signifikan berpengaruh terhadap *breastfeeding self-efficacy* (Sari & Fajri, 2022). Media edukasi video yang digunakan dalam penelitian ini tidak hanya tentang materi cara menyusui yang benar saja, namun juga memuat materi yang berkaitan dengan menyusui secara lengkap, seperti kebutuhan gizi ibu menyusui, permasalahan dalam menyusui dan materi-materi lain yang terbagi dalam beberapa video. Tujuan riset ini adalah untuk mengetahui efektifitas media edukasi video yang diberikan melalui *online class* persiapan menyusui terhadap *breastfeeding self-efficacy*.

Metode

Desain penelitian menggunakan pra-eksperimen dengan *one group pretest-posttest*. Partisipan adalah ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Sokaraja II dan Kemranjen II dengan *multistage cluster sampling* sejumlah 23 orang.

Responde diminta untuk mengikuti kelas *online* persiapan menyusui dengan media edukasi berupa video yang dibagikan melalui grup *WhatsApp*. Video terdiri dari 11 video,

dengan materi bersumber dari modul kelas persiapan menyusui. Modul telah di review oleh beberapa *expert*, dari dosen dan praktisi. Kegiatan setiap pertemuan adalah membagikan video dan diskusi melalui grup *WhatsApp*.

Breastfeeding self-efficacy scale-short form (BSES-SF) digunakan sebagai instrumen untuk mengukur efikasi diri ibu sebelum dan sesudah mengikuti kelas *online*. Data yang diperoleh dianalisa dengan menggunakan *paired sample t-test*, untuk menganalisa skor BSES-SF *pretest* dan *posttest*.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kriteria	N	%
Usia	<21 tahun	0	0
	20-35 tahun	22	96
	>35 tahun	1	4
Pendidikan	SD	2	9
	SMP	7	30
	SMA	11	48
	PT	3	13
Pekerjaan	ASN	1	4
	Karyawan	2	9
	Swasta		
	Ibu Rumah Tangga	19	83
Gravida	Lainnya	1	4
	Primigravida	6	26
	Multigravida	17	74
N=23			

Sebagian besar partisipan dalam usia reproduksi sehat yaitu 20-35 tahun, pendidikan SMA, sebagai ibu rumah tangga dan kehamilan multigravida (tabel 1).

Tabel 2. Uji Paired-sample t-test Breastfeeding Self-Efficacy (BSE)

	Mean	SD	p-value
Pretest	56,52	6,30	0,002
Posttest	61,08	6,78	
N=23			

Hasil uji *paired sample t-test* menunjukkan nilai $p < 0,05$, atau ada perbedaan skor BSE *pretest* dan *posttest*, artinya ada pengaruh signifikan *online class* persiapan menyusui dengan media video terhadap *breastfeeding self-efficacy*. Hal ini sesuai dengan studi terdahulu yang melaporkan bahwa pemberian

video tentang cara menyusui yang benar melalui *smartphone* kepada ibu postpartum berpengaruh terhadap *breastfeeding self-efficacy* (Sari & Fajri, 2022). Media edukasi video dalam penelitian ini terdiri dari 11 video sederhana yang bersumber dari modul yang telah terbit terlebih dahulu. Adapun rincian materi pada masing-masing video yaitu, (1) definisi ASI eksklusif, proses menyusui, inisiasi menyusui dini (IMD), manfaat ASI (menyusui) dan kerugian susu formula, (2) komposisi gizi dalam ASI, (3) faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI dan kebutuhan gizi ibu menyusui, (4) posisi menyusui, (5) Teknik menyusui yang benar, (6) lama dan frekuensi menyusui, tanda bayi mendapatkan cukup ASI serta cara memperbanyak ASI, (7) dukungan keluarga dan tenaga kesehatan, (8.a) masalah menyusui pada ibu, (8.b) masalah menyusui pada bayi, (9) perawatan payudara dan (10) menyusui bagi ibu bekerja.

Breastfeeding self-efficacy adalah keyakinan seseorang tentang kemampuan untuk menyusui bayi (Sari & Fajri, 2022), yang merupakan salah satu faktor yang dapat dimodifikasi untuk mempengaruhi keberhasilan menyusui (Zubaran et al., 2010). Orang dengan *breastfeeding self-efficacy* tinggi memiliki kecenderungan untuk menyusui bayi, mampu bertahan ketika menghadapi permasalahan saat menyusui dan akan bersikap positif terhadap masalah tersebut (Chan et al., 2016). Oleh karena itu walaupun menemukan masalah, ibu akan mencari penyebab dan cara penyelesaiannya sehingga menyusui dapat terus berjalan.

Salah satu sumber informasi yang dapat mempengaruhi *breastfeeding self-efficacy* adalah persuasi verbal dari orang lain seperti keluarga, teman, atau konsultan laktasi (Chan et al., 2016). Promosi kesehatan tentang persiapan menyusui yang diberikan kepada ibu hamil trimester III dan ibu pada masa persalinan secara efektif dapat meningkatkan rasa percaya diri calon ibu untuk menyusui setelah bayi lahir (Zubaran & Foresti, 2013). Pendidikan kesehatan tentang manajemen laktasi pada ibu hamil trimester III primigravida, secara signifikan berpengaruh terhadap efikasi diri menyusui (Tri Kurnianingtyas & Anggorowati, 2017). Pada penelitian ini, video memaparkan materi seputar persiapan menyusui, sedangkan responden yang di rekrut adalah ibu hamil trimester III.

Pandemi COVID-19 telah merubah tatanan hidup masyarakat. Banyak kegiatan yang melibatkan orang banyak seperti seminar, rapat, pembelajaran di sekolah atau kegiatan lain yang semula diselenggarakan secara tatap muka beralih menjadi dalam jaringan (daring). Walaupun saat ini kondisi COVID-19 di Indonesia relatif terkendali, namun budaya menyelenggarakan kegiatan dalam jaringan masih terus berlanjut, termasuk memberikan edukasi kepada masyarakat.

Beberapa studi mengkaji keterkaitan antara edukasi secara daring (dalam jaringan) atau online terhadap *breastfeeding self-efficacy*, diantaranya (1) Ibu yang mendapatkan perawatan standar ditambah dengan workshop tentang menyusui saat hamil dan konseling melalui telepon pada 2 minggu postpartum memiliki skor *breastfeeding self-efficacy* yang lebih tinggi (Wong et al., 2021), (2) Pemberian modul *self-efficacy in breastfeeding* melalui tatap muka atau WhatsApp berkontribusi terhadap peningkatan *self-efficacy* dan pengetahuan menyusui (Pilus et al., 2022) dan (3) Dukungan menyusui melalui panggilan video memiliki efek positif pada kecemasan ibu, *breastfeeding self-efficacy*, dan kesehatan bayi baru lahir (Akyıldız & Bay, 2022). Sehingga edukasi yang dapat memberikan dampak pada *breastfeeding self-efficacy* tidak hanya yang disampaikan secara tatap muka, namun juga secara *online* atau melalui media komunikasi.

Beberapa studi mengkaji tentang keterkaitan antara media edukasi video dengan *self-efficacy*, diantaranya (1) video edukasi tentang stroke, berasosiasi dengan tingkat pengetahuan stroke, *self-efficacy* untuk mengenali stroke dan kepuasan pasien terhadap edukasi di Rumah Sakit (Denny et al., 2017), (2) Edukasi menggunakan media video pada ibu dapat meningkatkan *maternal self-efficacy* dalam pencegahan diare pada anak usia dini (Joventino et al., 2017), (3) Edukasi menggunakan video interaktif pada wanita muda memiliki *perceived self-efficacy* untuk penggunaan kondom yang lebih tinggi (Downs et al., 2018). Berdasarkan beberapa studi tersebut dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi menggunakan media video memiliki dampak terhadap *self-efficacy* (efikasi diri).

Penyerapan informasi dalam pendidikan kesehatan dapat dipengaruhi oleh pemanfaatan media. Pemanfaatan media

dalam edukasi akan membantu audiens untuk menyerap informasi melalui respon panca indra. Semakin banyak pancaindra yang menerima respon, semakin banyak informasi yang diterima atau semakin baik penerimaan informasi (Dewi et al., 2021).

Video adalah media audio visual, yaitu media yang menggunakan indra penglihatan dan pendengaran. Penggunaan media video, memungkinkan peserta untuk menyimak sekaligus melihat, sehingga dapat meningkatkan minat terhadap materi yang disampaikan. Beberapa kelebihan video adalah menarik, menghemat waktu, dapat diulang kapan saja dan volume dapat disesuaikan dengan kebutuhan (Prabandari et al., 2018). Pendidikan kesehatan yang di sampaikan tanpa menggunakan media belum dapat meningkatkan *breastfeeding self-efficacy* (Sari & Fajri, 2022).

Kesimpulan

Edukasi tentang menyusui berpengaruh terhadap *breastfeeding self-efficacy*, sedangkan video adalah salah satu media edukasi yang dapat digunakan untuk meningkatkan *breastfeeding self-efficacy*. Mengikuti perkembangan saat ini, penyampaian edukasi melalui *online* (dalam jaringan) adalah hal yang cukup lazim untuk dilaksanakan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kelas online persiapan menyusui dengan media edukasi video berpengaruh terhadap *breastfeeding self-efficacy*. Penelitian selanjutnya dapat mengkaji pengaruh media edukasi video terhadap keberhasilan menyusui dan keberhasilan ASI eksklusif.

Ucapan Terimakasih

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Poltekkes Kemenkes Semarang, Puskesmas Sokaraja II Puskesmas Kemranjen II Kabupaten Banyumas

Daftar Pustaka

Akyıldız, D., & Bay, B. (2022). *The effect of breastfeeding support provided by video call on postpartum anxiety, breastfeeding self-efficacy, and newborn outcomes: A randomized controlled study*. Japan

- Journal of Nursing Science, e12509.
- Chan, M. Y., Ip, W. Y., & Choi, K. C. (2016). *The effect of a self-efficacy-based educational programme on maternal breast feeding self-efficacy, breast feeding duration and exclusive breast feeding rates: A longitudinal study*. *Midwifery*, 36, 92–98.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.midw.2016.03.003>
- Denny, M. C., Vahindy, F., Vu, K. Y. ., Syarrief, A. Z., & Shavitz, S. I. (2017). *Video-based educational intervention associated with improved stroke literacy, self-efficacy, and patient satisfaction*. *PloS One*, 12(3).
- Dewi, A. P. S., Mutoharoh, S., & Rahmadhani, W. (2021). Pendidikan Kesehatan Tentang Teknik Menyusui Dengan Metode Peragaan Dan Video. *Indonesia Jurnal Kebidanan*, 5(1).
- Dinas Kesehatan Kabupaten Banyumas. (2022). Profil Kesehatan Tahun 2021.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2022). Profil Kesehatan Jawa Tengah Tahun 2021.
- Downs, J. S., Ashcraft, A. M., Murray, P. J., Berlan, E. D., de Bruin, W. B., Eichner, J., Fischhoff, B., Leary, J. M., McCall, R. B., & Miller, E. (2018). *Video intervention to increase perceived self-efficacy for condom use in a randomized controlled trial of female adolescents*. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 31(3), 291–298.
- Fata, U. H., & Rahmawati, A. (2016). Edukasi Prenatal dalam Upaya Peningkatan *Brestfeeding Self-Efficacy*. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 3(2), 136–141.
- Joventino, E. S., Ximenes, L. B., da Penha, J. C., Andrade, L. C. de O., & de Almeida, P. C. (2017). *The use of educational video to promote maternal self-efficacy in preventing early childhood diarrhoea*. *International Journal of Nursing Practice*, 23(3), e12524.
- Kemendes RI. (2021). Profil Kesehatan Indonesia 2020. In Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Kemendes RI. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-Tahun-2020.pdf>
- Kemendes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021.
- Pilus, F. M., Ahmad, N., Zulkefli, N. A. M., & Shukri, N. H. M. (2022). *Effect of Face-to-Face and WhatsApp Communication of a Theory-Based Health Education Intervention on Breastfeeding Self-Efficacy (SeBF Intervention): Cluster Randomized Controlled Field Trial*. *JMIR MHealth and UHealth*, 10(9), e31996.
- Prabandari, A. W., Hastuti, S., & Widyastuti, Y. (2018). Pengaruh Pemberian Penyuluhan Dengan Media Video Dan Booklet Terhadap Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Di Smk 2 Muhammadiyah Bantul. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Rahayu, D. (2018). *Relationship Between Breastfeeding Self Efficacy And The Success Of Exclusive Breastfeeding*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Vol*, 7(1).
- Rahmadanil, E., & Sutrisna, M. (2022). Hubungan *Breastfeeding Self-Efficacy* Ibu Terhadap Keberhasilan ASI Eksklusif Bayi Di Wilayah Puskesmas Kandang Kota Bengkulu. *Jurnal Ners*, 6(2), 64–69.
- Riyanti, E., Nurlaila, N., & Astutiningrum, D. (2019). Pengaruh Edukasi *Breastfeeding* Ibu Post Partum Terhadap *Breasfeeding Self-Efficacy*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 14(3), 96–104.
- Rochana, S. (2015). Pengaruh Pemberian Edukasi tentang Laktasi terhadap Self Efficacy Ibu Menyusui pada Ibu Primipara. Universitas Gadjah Mada.
- Rochana, S., Aksari, S. T., & Alfiani, T. (2022). Pengaruh Edukasi Kesehatan Dengan E-Booklet Terhadap *Breastfeeding Self-Efficacy* Dan *Maternal Depressive Symptom* Di Masa Pandemi COVID 19. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 15(1), 104–115.
- Rofiqoh, S. (2017). *Breastfeeding Self-Efficacy* Dan Hubungannya Dengan Perilaku Ibu Menyusui. *Pena Medika Jurnal Kesehatan*, 7(2).
- Sari, D. N., & Fajri, U. N. (2022). *Video how right breastfeeding through smartphone can affect breasfeeding self efficacy on public mothers in the Regency of Banjarnegara*. *JNKI (Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia)(Indonesian Journal of Nursing and Midwifery)*, 10(2), 110–115.
- Sartika, Q. L., & Purnanti, K. D. (2021). Perbedaan Media Edukasi (Booklet Dan

- Video) Terhadap Keterampilan Kader Dalam Deteksi Dini Stunting. *Jurnal Sains Kebidanan*, 3(1), 36–42.
- Sinaga, D. A. B., & Bustami, A. (2020). Hubungan *Breastfeeding Self-Efficacy* Terhadap Lamanya Menyusui Pada Ibu Nifas Wilayah Kerja Puskesmas Sumur Batu Kota Bandar Lampung. *Manuju Malahayati Nurs J*, 2(1), 160–171.
- Tri Kurnianingtyas, R., & Anggorowati, A. (2017). Pengaruh pendidikan kesehatan tentang manajemen laktasi terhadap efikasi diri menyusui pada ibu primigravida trimester III. *Faculty of Medicine*.
- Wong, M. S., Mou, H., & Chien, W. T. (2021). *Effectiveness of educational and supportive intervention for primiparous women on breastfeeding related outcomes and breastfeeding self-efficacy: A systematic review and meta-analysis*. *International Journal of Nursing Studies*, 117, 103874.
- Yuliani, D. R., Sumiyati, S., & Winarso, S. P. (2021). Modul Kelas Persiapan Menyusui. Poltekkes Kemenkes Semarang.
- Zubaran, C., & Foresti, K. (2013). The correlation between breastfeeding self-efficacy and maternal postpartum depression in southern Brazil. *Sexual & Reproductive Healthcare*, 4(1), 9–15. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.srh.c.2012.12.001>
- Zubaran, C., Foresti, K., Schumacher, M., Thorell, M. R., Amoretti, A., Müller, L., & Dennis, C. L. (2010). *The Portuguese version of the breastfeeding self-efficacy scale—short form*. *Journal of Human Lactation*, 26(3), 297–303.