

PENELITIAN ASLI

PENGARUH ELANA (EDUKASI LAKTASI ANTENATAL) TERHADAP PENGETAHUAN DAN EFIKASI DIRI MENYUSUI IBU HAMIL

Luluk Fajria Maulida^{1*}, Siti Nurhidayati¹, Rufidah Maulina¹, Revi Gama Hatta Novita¹, Atriany Nilam Sari¹, Nurul Jannatul Wahidah¹

¹Prodi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret, Surakarta, Jawa Tengah, 57126, Indonesia

Info Artikel

Riwayat Artikel:

Tanggal Dikirim: 11 Desember 2025

Tanggal Diterima: 30 Desember 2025

Tanggal Dipublish: 30 Desember 2025

Kata kunci: edukasi; laktasi antenatal; pengetahuan; efikasi diri

Penulis Korespondensi:

Luluk Fajria Maulida

Email: lulukfajria@staff.uns.ac.id

Abstrak

Latar Belakang: Memberikan ASI bukan hanya keterampilan teknis, tetapi juga perjalanan emosional yang membutuhkan keyakinan diri serta pemahaman yang baik sejak masa kehamilan. Beberapa ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif karena merasa ragu dan kurang memahami cara menyusui dengan benar. Untuk itu, memberikan informasi tentang menyusui selama kehamilan bisa membantu ibu mempersiapkan diri menghadapi proses ini.

Tujuan: untuk menilai pengaruh ELANA (Edukasi Laktasi Antenatal) terhadap pengetahuan dan efikasi diri ibu dalam menyusui.

Metode: Quasi-Experimental Design: One-Group Pretest-Posttest yaitu satu kelompok mengikuti ELANA. Penilaian dilakukan sebelum (pre-test) dan sesudah intervensi (post-test) dengan kuesioner yang menilai pengetahuan menyusui dan juga untuk mengukur seberapa percaya diri ibu bisa menyusui (BSES-SF). Responden sejumlah 50 ibu hamil di wilayah Sidomukti, yang sehat dan bersedia mengikuti edukasi ini. Uji analisis menggunakan uji wilcoxon.

Hasil: Analisis menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada pengetahuan ibu setelah intervensi, dengan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$). Selain itu, efikasi diri juga mengalami peningkatan bermakna, dengan p-value = 0,006 ($p < 0,05$). Hasil ini menerangkan adanya perbedaan signifikan antara skor pengetahuan dan efikasi diri pada pretest dan posttest.

Kesimpulan: ada pengaruh ELANA (Edukasi Laktasi Antenatal) terhadap Pengetahuan dan Efikasi Diri Menyusui Ibu Hamil.

Jurnal Reproductive Health

e-ISSN: 2528-1585

Vol. 10 No. 2 Desember, 2025 (Hal 48-53)

Homepage: <https://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/JRH>

DOI: <https://doi.org/10.51544/jrh.v10i2.6531>

How To Cite: Maulida, Luluk Fajria, Siti Nurhidayati, Rufidah Maulina, Revi Gama Hatta Novita, Atriany Nilam Sari, and Nurul Jannatul Wahidah. 2025. "Pengaruh ELANA (Edukasi Laktasi Antenatal) terhadap Pengetahuan dan Efikasi Diri Menyusui Ibu Hamil" Jurnal Reproductive Health 10 (2): 48-53. <https://doi.org/10.51544/jrh.v10i2.6531>



Copyright © 2025 by the Authors, Published by Program Studi: D3 Kebidanan Fakultas Pendidikan Vokasi Universitas Sari Mutiara Indonesia. This is an open access article under the CC BY-SA Licence ([Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](#))

1. Pendahuluan

WHO dan UNICEF merekomendasikan agar bayi tidak diberikan makanan atau minuman lain termasuk air. Bayi mulai menyusui dalam satu jam pertama dan diberi ASI selama enam hulan pertama kehidupan¹. Menurut data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, tingkat pemberian ASI eksklusif hanya 55%, masih jauh di bawah target nasional 80%. Hanya 27% dari bayi yang baru lahir mendapatkan ASI dalam satu jam pertama, sementara satu dari lima bayi diberikan makanan atau minuman lain selain ASI dalam tiga hari pertama. Selain itu, hanya 14% dari mereka yang melakukan *bounding* setidaknya selama satu jam setelah lahir.^{2,3}

Upaya untuk meningkatkan keyakinan diri pada ibu yang menyusui dapat dilakukan dengan memberikan informasi tentang ASI eksklusif mulai dari masa kehamilan atau segera setelah kelahiran bayi. Peran tenaga kesehatan sangat penting dalam memberikan dorongan kepada ibu serta menyampaikan informasi tentang betapa pentingnya ASI eksklusif bagi bayi. Selama ini, ada banyak pandangan yang keliru mengenai pemberian ASI eksklusif yang menyebabkan proses menyusui menjadi terhambat^{4,5}. Salah satu hambatan dapat menghalangi pemberian ASI eksklusif adalah kurangnya pengetahuan ibu⁶.

Faktor-faktor yang berpengaruh pada keberhasilan menyusui secara eksklusif adalah informasi dan promosi yang diperoleh ibu, dukungan dari keluarga, peranan tenaga kesehatan, serta kondisi anatomi dan fisiologi payudara ibu⁷. Untuk mendukung upaya pemerintah dalam meningkatkan tingkat pemberian ASI eksklusif, diperlukan adanya inovasi serta sumber daya yang cukup untuk mencapai tujuan tersebut⁵. Keyakinan akan kemampuan diri menjadi aspek penting yang harus dimiliki oleh seorang ibu untuk menyusui⁸. Berdasarkan pengamatan dan wawancara dengan ibu hamil yang menghadiri kelas, dari 15 ibu, hanya 6 yang telah menerima edukasi tentang laktasi dengan audiovisual dan demonstrasi, sisanya dengan leaflet. Agar persiapan ibu lebih baik, sangat penting untuk memiliki pengetahuan mengenai laktasi. ELANA menggunakan media audiovisual dan demonstrasi, salah satunya boneka payudara. Hal ini memungkinkan seorang ibu paham bahwa dirinya walaupun memiliki payudara kecil mapun besar, tetap memiliki jumlah saluran ASI yang sama. Hal ini sangat penting untuk efikasi diri dalam menyusui, keberhasilan menyusui, serta edukasi yang berkelanjutan. Oleh karena itu, tujuan utama penelitian ini yaitu untuk menilai pengaruh ELANA (Edukasi Laktasi Antenatal) terhadap pengetahuan dan efikasi diri ibu dalam menyusui.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan desain Quasi-Experimental Design: One-Group Pretest–Posttest. Responden dikumpulkan dalam satu kali waktu. Populasi penelitian ini adalah ibu hamil di wilayah Sidomukti. Penelitian ini dilakukan di Balai Desa Sidomukti, Jenawi, Karanganyar pada bulan Agustus 2024 sebanyak 50 sampel dengan teknik total sampling. Responden yang direkrut adalah ibu hamil yang sehat dan bersedia mengikuti edukasi ini. Variabel bebas adalah pengaruh ELANA (Edukasi Laktasi Antenatal). Variabel terikatnya adalah pengetahuan dan efikasi diri menyusui ibu hamil. ELANA merupakan sebuah pendekatan pendidikan yang bertujuan mendukung ibu dalam cara memahami serta menerapkan teknik menyusui dengan benar, aman, dan efektif. Intervensi ELANA diberikan sebanyak satu kali dengan durasi 30 menit. Materi ELANA meliputi anatomi payudara, posisi dan perlekatan yang tepat, tanda cukup ASI, cara memperbanyak produksi ASI serta cara melakukan perawatan payudara. Edukasi disertai dengan demonstrasi menggunakan boneka payudara sebagai media pembelajaran. Media ini memberi kesempatan bagi ibu untuk secara langsung

memperhatikan teknik memegang payudara, memposisikan bayi, posisi perlekatan yang tepat dan cara perawatan payudara. Demonstrasi dilakukan secara perlahan, dan interaktif, sehingga peserta bisa mengamati, meniru, serta mengajukan pertanyaan selama sesi berlangsung.

Ibu hamil dikumpulkan ke balai desa Sidomukti dengan koordinasi bidan setempat. Kegiatan ini dimulai dengan tahap pembukaan dengan penyebaran kuesioner pengetahuan dan efikasi diri menyusui menggunakan kuisioner *Breastfeeding Self-Efficacy Scale – Short Form* (BSES-SF) dengan 14 pertanyaan, dibantu oleh 3 orang enumerator. Selanjutnya masuk ke tahap inti yaitu ELANA (Edukasi Laktasi Antenatal) menggunakan media audiovisual dan demonstrasi selama 30 menit. Demonstrasi mengajarkan ibu hamil untuk melakukan perawatan payudara supaya menjaga kebersihan dan mempersiapkan puting agar lebih kuat dan elastis sehingga proses menyusui lebih nyaman. Selain itu demonstrasi juga menunjukkan anatomi payudara, sehingga ibu paham bahwa payudara ibu memiliki banyak saluran ASI. Tahap terakhir, dilakukan diskusi tanya jawab, kemudian ditutup dengan membagikan kuisioner pengetahuan dan kuisioner BSES-SF dibantu dengan enumerator. Selanjutnya peneliti dibantu enumerator memeriksa kelengkapan data kuisioner.

Analisis data menggunakan SPSS versi 27.0. Proses analisis data dengan langkah berikut: Pertama, analisis univariat bertujuan untuk mendeskripsikan masing-masing variabel. Selanjutnya, analisis bivariat yang diterapkan dalam studi ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh ELANA (Edukasi Laktasi Antenatal) terhadap pengetahuan dan efikasi diri menyusui ibu hamil. Sebelumnya dilakukan uji normalitas Kolmohorov smirnov, menunjukkan hasil data tidak berdistribusi normal, sehingga pada uji bivariat menggunakan uji Wilcoxon.

3. Hasil

a. Pengetahuan sebelum dan setelah intervensi

Tabel 1. Pengetahuan sebelum dan setelah intervensi

	Kategori	n	%	Min.	Maks.	Mean	Std. Deviation
Pretest	Baik	3	6				
	Cukup	35	70	47	80	62.06	9.37520
	Kurang	12	24				
Posttest	Baik	8	16				
	Cukup	42	84	60	87	68.60	8.19656
	Kurang	0	0				

Sumber: Data primer, 2024

Dari tabel 1, menunjukkan pada hasil pengetahuan responden sebelum intervensi, ibu berpengetahuan kurang 12 orang (24%), pengetahuan cukup 35 orang (70%), dan pengetahuan baik 3 orang (6%). Sedangkan posttest pengetahuan terdapat pengetahuan cukup 42 orang (84%) dan pengetahuan baik sebanyak 8 orang (16%). Tidak ada lagi responden yang berada pada kategori kurang

b. Efikasi diri menyusui ibu hamil sebelum dan setelah intervensi

Tabel 2. Efikasi diri menyusui ibu hamil sebelum dan setelah intervensi

	Kategori	n	%	Min.	Maks.	Mean	Std. Deviation
<i>Pretest</i>	Baik	34	68				
	Cukup	16	32	60	86	79.08	7.25579
	Kurang	0	0				
<i>Posttest</i>	Baik	38	76				
	Cukup	12	24	68	99	84.12	7.83149
	Kurang	0	0				

Sumber: Data primer, 2024

Dari tabel 2, menunjukkan pada hasil efikasi diri menyusui sebelum intervensi, ibu memiliki efikasi diri yang baik 34 orang (68%), efikasi diri cukup 16 orang (32%). Sedangkan efikasi diri setelah intervensi, terdapat efikasi baik 38 orang (76%) dan efikasi diri cukup sebanyak 12 orang (24%).

- c. Analisis pengaruh ELANA terhadap pengetahuan dan efikasi diri menyusui ibu hamil
 1) Variabel pengetahuan

Tabel 3. Uji statistik variabel pengetahuan

	p-value	Z
<i>Pretest-posttest</i> pengetahuan	0,000	-4,161

Hasil uji statistik menunjukkan skor pengetahuan mengalami perubahan signifikan setelah intervensi, ditandai dengan nilai $Z = -4,161$ dengan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara skor pengetahuan berdasarkan *pretest* dan *posttest*.

- 2) Variabel efikasi diri

Tabel 4. Uji statistik variabel efikasi diri

	p-value	Z
<i>Pretest-posttest</i> efikasi diri	0,006	-2,764

Nilai uji Wilcoxon menunjukkan $Z = -2,764$ dengan $p\text{-value} = 0,006$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara skor efikasi diri berdasarkan *pretest* dan *posttest*.

4. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ELANA meningkatkan secara signifikan pengetahuan dan efikasi diri (self-efficacy) ibu hamil, sebagaimana ditunjukkan perubahan kategori dan mean skor antara pretest dan posttest.

Dari tabel 1 menunjukkan mayoritas pengetahuan responden sebelum dan setelah intervensi adalah berpengetahuan cukup. Nilai mean posttest meningkat menjadi 68,60 dengan standar deviasi 8,20, menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan efektif dalam

meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai materi yang disampaikan. Penelitian ini sejalan dengan informasi dari penelitian internasional dan nasional yang terbaru, yang menekankan bahwa pendidikan tentang menyusui sebelum melahirkan sangat penting untuk mempersiapkan serta membantu ibu agar dapat menyusui dengan sukses. Edukasi laktasi dalam kelas antenatal dapat meningkatkan pengetahuan⁹

Dari tabel 2, menunjukkan mayoritas ibu hamil memiliki efikasi diri menyusui yang baik. Nilai mean posttest juga meningkat menjadi 84,12 dengan standar deviasi 79,83, yang menunjukkan bahwa intervensi edukasi berhasil memperkuat efikasi diri ibu hamil terhadap kemampuan mereka dalam menyusui. Hal ini sejalan dengan pernyataan efikasi diri atau kepercayaan diri yang dimiliki oleh ibu akan mempengaruhi pada proses pemberian ASI untuk bayi¹⁰. Sumber efikasi diri seperti pengalaman menyusui sambil mengamati wanita lain yang melakukan hal yang sama. Persuasi lisan adalah ajakan yang berasal dari orang lain yang mempengaruhi, seperti rekan, sanak saudara, dan konselor ASI serta keadaan fisiologis seperti kelelahan, stres dan kecemasan dapat diubah atau teks ini akan diubah. Oleh karena itu, keyakinan dan pandangan ibu yang kekuatan mengenai menyusui merupakan faktor yang paling kuat dan positif dalam keberhasilan seorang ibu dalam memberikan ASI Eksklusif¹¹.

Tabel 3 dan 4 menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada pengetahuan ibu setelah intervensi, dengan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$). Selain itu, efikasi diri juga mengalami peningkatan bermakna, ditunjukkan oleh p-value = 0,006 ($p < 0,05$). Hasil ini menerangkan adanya perbedaan signifikan antara skor pengetahuan dan efikasi diri pada pretest dan posttest.

Melalui pendekatan visual dan praktik langsung ini, ELANA tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga memberikan pengalaman belajar yang konkret. Ibu menjadi lebih percaya diri, memahami apa yang harus dilakukan saat menghadapi kendala, dan mampu mempraktikkan teknik menyusui yang benar. Edukasi berbasis demonstrasi dengan boneka payudara ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan efikasi diri ibu hamil maupun ibu postpartum dalam proses menyusui. Sejalan dengan Catur dalam Riyanti dimana edukasi dengan boneka peraga meningkatkan kemampuan menyusui¹². Hal ini sejalan dengan pernyataan Wenny dan Nurrizza media pilihan seperti phantom adalah alternatif yang baik karena media ini dapat difungsikan sebagai alat peraga. Keefektifan media phantom melebihi metode ceramah dalam memahami pengetahuan, dan dapat dijadikan pilihan utama sebagai alat dalam pendidikan kesehatan. Selain media yang efektif, edukasi menyusui juga membutuhkan fasilitas pendukung berupa lokasi yang nyaman untuk pelaksanaan edukasi. Menyenangkan untuk klien serta bagi edukator. Media pendidikan yang efektif sangat mendukung proses pembelajaran ibu dan dapat memberikan bantuan dalam menerapkan dengan tepat teknik perlekatan atau menyusui yang benar^{12,13}. Salah satu materi ELANA adalah mengajarkan teknik menyusui bagaimana posisi dan cara perlekatan yang tepat. Hal ini sejalan dengan Riyanti yang menyatakan teknik menyusui yang benar dapat diberikan edukasi pada masa antenatal¹². Keterbatasan penelitian ini antara lain penggunaan desain quasi-eksperimental tanpa kelompok kontrol, dan intervensi edukasi yang digunakan belum berbasis digital, sehingga jangkauan, fleksibilitas akses, dan keberlanjutan paparan materi masih terbatas.

5. Kesimpulan

Uji analisis menunjukkan ada pengaruh ELANA (Edukasi Laktasi Antenatal) terhadap pengetahuan dan efikasi diri ibu dalam menyusui. Saran bagi peneliti selanjutnya adalah untuk melaksanakan penilaian jangka panjang mengenai keberlanjutan dari praktik menyusui serta efektivitas ASI eksklusif agar dapat memahami dampak intervensi dengan cara yang lebih menyeluruh. Tenaga kesehatan dapat memanfaatkan

ELANA untuk mendukung konseling individual maupun edukasi kelompok, terutama bagi ibu dengan efikasi diri yang rendah.

7. Referensi

1. WHO. Breastfeeding. https://www.who.int/health-topics/breastfeeding#tab=tab_1. 2025.
2. Wahyuni T, Wardanah M. Lactation Management Education For Postpartum Patients At A.M. Parikesit Hospital, Tenggarong. Jurnal Ilmiah Pengabdian Masyarakat Bidang Kesehatan (Abdigermas). 2025 Jun 22;3(2):67–71.
3. WHO. Ibu Membutuhkan Lebih Banyak Dukungan Menyusui Selama Masa Kritis Bayi Baru Lahir. <https://www.who.int/indonesia/id/news/detail/01-08-2024-mothers-need-more-breastfeeding-support-during-critical-newborn-period>. 2024.
4. Tuthill EL, McGrath JM, Graber M, Cusson RM, Young SL. Breastfeeding Self-efficacy: A Critical Review of Available Instruments. Journal of Human Lactation. 2016 Feb 28;32(1):35–45.
5. Maulida LF, Maulina R, Wahidah NJ, Novika RGH, Sari AN, Nurhidayati S. Pop-Up Book “Siasui” sebagai Langkah Peningkatan Breastfeeding Self Efficacy pada Ibu Hamil Trimester III. Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM). 2024 Jan 1;7(1):319–28.
6. Shin HJ. Global breastfeeding efforts: a long way to go. Clin Exp Pediatr. 2025 Apr 15;68(4):300–2.
7. Emilda S, Saswita R. Peningkatan Pengetahuan Ibu Mengenai Manajemen Laktasi dan KB Melalui Kelas Prenatal di Puskesmas Kenten Palembang. Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat. 2023 Jun 9;4(2):525–30.
8. Masruroh N, Rizki LK, Ashari NA, Irma I, Laili D. Analysis of the Behavior of Breastfeeding Mothers in Providing Exclusive Breastfeeding during the Covid 19 Pandemic in Surabaya (mix method). JURNAL KEBIDANAN. 2022 Apr 18;12(1):44–50.
9. Sabogal IMU, Nariño CCD, Monsalve MAM. Lactation counseling for maintaining exclusive breastfeeding in adolescent mothers: a trial protocol. Pilot Feasibility Stud. 2021 Dec 16;7(1):219.
10. Vinayastri A, Rismayanti D, Pratiwi CR. SELF-EFFICACY IBU DALAM PEMBERIAN ASI ATAS PERILAKU MENYUSUI BAYI. Available from: <http://jurnal.untirta.ac.id/index.php/jpppaud/index>
11. Chumaira RL, Anggorowati A, Zubaidah Z. Faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri ibu dan praktik menyusui di kalangan ibu yang bekerja: A literature review. Holistik Jurnal Kesehatan. 2024 Mar 9;18(1):26–35.
12. Riyanti E, Nurlaila N, Astutiningrum D. PENGARUH EDUKASI BREASTFEEDING IBU POST PARTUM TERHADAP BREASFEEDING SELF EFFICACY. Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan. 2019 Nov 18;14(3):96.
13. Nurrizka RH, Wenny DM. Efektivitas Pelatihan dengan Media Phantom dalam Meningkatkan Pengetahuan Perawatan Payudara dan ASI Ekslusif pada Ibu Hamil. Vol. 12, Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat. 2020.