

EDUKASI LAKTASI TERHADAP *BREAST FEEDING SELF-EFFICACY* IBU NIFAS DI PUSKESMAS TANJUNG LEIDONG KABUPATEN LABUHANBATU UTARA PROVINSI SUMATERA UTARA TAHUN 2025

Nita Maria Sihotang¹⁾, Lasria Simamora²⁾, Piony Cindy Cantika³⁾, Adelia⁴⁾, Gloria Elsa Zebua⁵⁾,
Ainun Mardiah⁶⁾, Vinny M Situmorang⁷⁾

^{1,2,3,4,5,6,7} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

2219201001@mitrahusada.ac.id lasriasimamora@mitrahusada.ac.id 2319201089@mitrahusada.ac.id
2419201813@mitrahusada.ac.id 2419201703@mitrahusada.ac.id 2519201078@mitrahusada.ac.id
2519201514@mitrahusada.ac.id

ABSTRAK

Masa nifas merupakan periode penting dalam menentukan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap keberhasilan menyusui adalah *breastfeeding self-efficacy*, yaitu keyakinan ibu terhadap kemampuannya dalam menyusui. Edukasi laktasi menjadi salah satu intervensi yang dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kepercayaan diri ibu nifas dalam menyusui. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi laktasi terhadap *breastfeeding self-efficacy* ibu nifas di Puskesmas Tanjung Leidong Kabupaten Labuhanbatu Utara Provinsi Sumatera Utara Tahun 2025. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain *pre-experimental* menggunakan pendekatan *one group pretest-posttest*. Sampel penelitian adalah ibu nifas yang memenuhi kriteria inklusi dan diberikan edukasi laktasi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner *Breastfeeding Self-Efficacy Scale* sebelum dan sesudah pemberian edukasi laktasi. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat untuk mengetahui perbedaan tingkat *breastfeeding self-efficacy* sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan tingkat *breastfeeding self-efficacy* ibu nifas setelah diberikan edukasi laktasi. Edukasi laktasi terbukti berpengaruh secara signifikan dalam meningkatkan kepercayaan diri ibu nifas dalam menyusui. Kesimpulan penelitian ini adalah edukasi laktasi efektif dalam meningkatkan *breastfeeding self-efficacy* ibu nifas, sehingga diharapkan dapat menjadi bagian dari program pelayanan kesehatan ibu nifas di puskesmas guna mendukung keberhasilan ASI eksklusif.

Kata Kunci : *breastfeeding self-efficacy*; edukasi laktasi; ibu nifas; menyusui; pemberian Asi

ABSTRACT

The postpartum period is a critical phase in determining the success of exclusive breastfeeding. One of the key factors influencing breastfeeding success is breastfeeding self-efficacy, which refers to a mother's confidence in her ability to breastfeed. Lactation education is an important intervention to improve mothers' knowledge, skills, and confidence in breastfeeding. This study aimed to analyze the effect of lactation education on breastfeeding self-efficacy among

postpartum mothers at Tanjung Leidong Public Health Center, North Labuhanbatu Regency, North Sumatra Province, in 2025. This research employed a quantitative approach with a pre-experimental design using a one-group pretest–posttest method. The sample consisted of postpartum mothers who met the inclusion criteria and received lactation education. Data were collected using the Breastfeeding Self-Efficacy Scale questionnaire before and after the intervention.

Data analysis was conducted using univariate and bivariate analysis to determine differences in breastfeeding self-efficacy levels before and after lactation education. The results showed an increase in breastfeeding self-efficacy scores after the provision of lactation education. Lactation education was found to have a significant effect on improving postpartum mothers' confidence in breastfeeding. In conclusion, lactation education is effective in enhancing breastfeeding self-efficacy among postpartum mothers and should be integrated into postpartum health services at primary healthcare facilities to support the success of exclusive breastfeeding.

Keywords: *breastfeeding self-efficacy ; lactation education; postpartum mothers ; breastfeeding ; breast milk feeding*

PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan periode transisi yang krusial bagi seorang ibu, baik secara fisiologis, psikologis, maupun sosial, karena pada fase ini terjadi pemulihan organ reproduksi, penyesuaian hormonal, serta adaptasi terhadap peran baru sebagai ibu. Salah satu aspek paling penting dalam masa nifas adalah keberhasilan pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif, yang telah terbukti secara ilmiah sebagai intervensi kesehatan paling efektif dalam menurunkan angka morbiditas dan mortalitas bayi. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi sebagai standar emas pemenuhan nutrisi. Namun demikian, capaian ASI eksklusif di Indonesia hingga saat ini masih belum mencapai target nasional, sehingga menunjukkan adanya kesenjangan antara kondisi ideal dan realitas di lapangan. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023,

cakupan ASI eksklusif nasional baru mencapai 55,5%, jauh di bawah target 80%. Kondisi ini lebih memprihatinkan di Provinsi Sumatera Utara dengan capaian 49,77%, bahkan Kabupaten Labuhanbatu Utara hanya mencapai 41,90%. Data tersebut mengindikasikan bahwa permasalahan ASI eksklusif masih menjadi isu kesehatan masyarakat yang kompleks dan memerlukan pendekatan intervensi yang lebih efektif, khususnya pada fase awal pascapersalinan. Rendahnya cakupan ASI eksklusif tidak hanya disebabkan oleh faktor fisiologis, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor psikologis, pengetahuan, serta dukungan sosial yang diterima ibu nifas. Salah satu faktor psikologis yang berperan penting dalam keberhasilan menyusui adalah breastfeeding self-efficacy, yaitu keyakinan ibu terhadap kemampuannya untuk menyusui bayinya secara efektif. Konsep ini berakar pada teori self-efficacy Bandura yang menekankan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya akan memengaruhi perilaku, ketekunan, dan keberhasilan dalam menghadapi tantangan. Dalam konteks menyusui, ibu dengan tingkat

breastfeeding self-efficacy yang tinggi cenderung lebih mampu mengatasi hambatan menyusui, memiliki durasi menyusui yang lebih lama, serta lebih konsisten dalam memberikan ASI eksklusif. Sebaliknya, ibu dengan efikasi diri rendah lebih mudah mengalami kecemasan, ragu terhadap kecukupan ASI, dan berpotensi menghentikan pemberian ASI lebih dini (Nova Fajri et al., 2024).

Berbagai studi menunjukkan bahwa breastfeeding self-efficacy bukanlah kondisi statis, melainkan dapat ditingkatkan melalui intervensi yang tepat, salah satunya melalui edukasi laktasi. Edukasi laktasi merupakan proses pembelajaran terstruktur yang mencakup pemberian informasi mengenai manfaat ASI, fisiologi laktasi, teknik menyusui yang benar, perawatan payudara, serta strategi mengatasi masalah laktasi. Edukasi ini tidak hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga bertujuan memperkuat keyakinan dan kesiapan mental ibu dalam menyusui. Namun demikian, meskipun edukasi laktasi telah banyak diterapkan dalam pelayanan kesehatan, efektivitasnya dalam meningkatkan breastfeeding self-efficacy masih belum merata, terutama di fasilitas kesehatan primer dengan keterbatasan sumber daya. Tinjauan terhadap penelitian terdahulu menunjukkan bahwa sebagian besar studi mengenai edukasi laktasi berfokus pada peningkatan pengetahuan atau angka ASI eksklusif, sementara kajian yang secara spesifik menilai pengaruh edukasi laktasi terhadap breastfeeding self-efficacy ibu nifas di tingkat puskesmas, khususnya di wilayah dengan capaian ASI eksklusif rendah seperti Kabupaten Labuhanbatu Utara, masih terbatas. Kondisi ini menunjukkan adanya research gap yang perlu dijawab, yaitu kebutuhan akan bukti empiris yang menilai sejauh mana edukasi laktasi mampu

meningkatkan keyakinan ibu nifas dalam menyusui sebagai determinan penting keberhasilan ASI eksklusif. Berdasarkan kerangka teoretis self-efficacy dan konsep promosi kesehatan ibu dan anak, edukasi laktasi dipandang sebagai intervensi strategis yang mampu mengintegrasikan aspek kognitif, afektif, dan perilaku ibu nifas. Melalui pendekatan edukatif yang komunikatif dan berbasis kebutuhan ibu, diharapkan terjadi peningkatan breastfeeding self-efficacy yang berkelanjutan. Oleh karena itu, pemilihan desain penelitian kuasi-eksperimental dengan pendekatan pretest-posttest menjadi relevan untuk mengevaluasi perubahan tingkat efikasi diri sebelum dan sesudah intervensi edukasi laktasi (Mulya, 2020).

Kebaruan (novelty) penelitian ini terletak pada fokus kajian yang menempatkan breastfeeding self-efficacy sebagai indikator utama keberhasilan intervensi edukasi laktasi pada ibu nifas di tingkat pelayanan kesehatan primer. Selain itu, penelitian ini secara kontekstual mengkaji implementasi edukasi laktasi di Puskesmas Tanjung Leidong, sebuah wilayah dengan capaian ASI eksklusif yang masih rendah, sehingga memberikan kontribusi empiris yang relevan bagi pengembangan strategi promosi ASI berbasis komunitas. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi laktasi terhadap breastfeeding self-efficacy ibu nifas di Puskesmas Tanjung Leidong Kabupaten Labuhanbatu Utara Provinsi Sumatera Utara Tahun 2025. Hasil penelitian ini diharapkan tidak hanya memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan ilmu kebidanan, tetapi juga menjadi dasar penguatan program edukasi laktasi di fasilitas kesehatan primer guna mendukung pencapaian target nasional ASI eksklusif di masa mendatang (Buri & Utara, 2024).

METODE

Penelitian ini menerapkan desain kuantitatif dengan pendekatan pre-eksperimental menggunakan rancangan one group pretest-posttest, yang bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi laktasi terhadap breastfeeding self-efficacy ibu nifas. Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti mengukur perubahan tingkat efikasi diri menyusui sebelum dan sesudah pemberian intervensi edukasi laktasi pada kelompok yang sama, sehingga efektivitas intervensi dapat dievaluasi secara objektif. Objek primer dalam penelitian ini adalah ibu nifas, khususnya ibu yang berada pada masa nifas awal dan mendapatkan pelayanan kesehatan di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama (Arifah, 2021).

Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Tanjung Leidong Kabupaten Labuhanbatu Utara Provinsi Sumatera Utara, sebagai salah satu wilayah dengan capaian ASI eksklusif yang masih relatif rendah. Pelaksanaan penelitian dilakukan pada tahun 2025, sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan dalam perencanaan penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang berkunjung dan mendapatkan pelayanan di Puskesmas Tanjung Leidong selama periode penelitian. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, dengan kriteria inklusi antara lain ibu nifas yang bersedia menjadi responden, mampu berkomunikasi dengan baik, dan tidak memiliki kondisi medis yang menghambat proses menyusui. Kriteria eksklusi mencakup ibu nifas dengan komplikasi berat atau kondisi tertentu yang tidak memungkinkan mengikuti seluruh rangkaian intervensi edukasi laktasi. Jumlah sampel disesuaikan dengan ketersediaan responden yang memenuhi

kriteria selama periode penelitian. Prosedur penelitian diawali dengan tahap persiapan yang meliputi penyusunan proposal, pengurusan izin penelitian, serta penyiapan instrumen penelitian. Instrumen utama yang digunakan adalah kuesioner Breastfeeding Self-Efficacy Scale (BSES) yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya, untuk mengukur tingkat breastfeeding self-efficacy ibu nifas. Bahan intervensi berupa materi edukasi laktasi, yang mencakup pengertian dan manfaat ASI, fisiologi laktasi, teknik menyusui yang benar, perawatan payudara, serta penanganan masalah umum dalam menyusui (Nurbaiti Siregar, 2022).

Edukasi disampaikan menggunakan media leaflet dan penjelasan langsung oleh peneliti atau tenaga kesehatan terlatih. Peralatan pendukung berupa alat tulis, lembar kuesioner, serta media edukasi yang digunakan secara terintegrasi dalam alur penelitian. Tahap intervensi dimulai dengan pengukuran awal (pretest) untuk menilai tingkat breastfeeding self-efficacy ibu nifas sebelum diberikan edukasi laktasi. Selanjutnya, responden diberikan edukasi laktasi secara terstruktur sesuai dengan materi yang telah disusun. Setelah intervensi selesai, dilakukan pengukuran ulang (posttest) menggunakan instrumen yang sama untuk mengetahui perubahan tingkat breastfeeding self-efficacy. Seluruh proses pengumpulan data primer dilakukan dengan memperhatikan prinsip etika penelitian, termasuk persetujuan responden dan kerahasiaan data. Data yang diperoleh kemudian dianalisis melalui tahapan editing, coding, entry, dan cleaning data. Analisis data meliputi analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi nilai breastfeeding self-efficacy, serta analisis bivariat untuk menguji perbedaan tingkat efikasi diri sebelum dan sesudah intervensi edukasi

laktasi. Uji statistik yang digunakan adalah uji paired t-test atau uji Wilcoxon, disesuaikan dengan hasil uji normalitas data, dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Seluruh proses analisis data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS.

Hasil analisis kemudian diinterpretasikan secara sistematis untuk menghasilkan kesimpulan yang valid, reliabel, dan sesuai dengan tujuan serta batasan lingkup penelitian yang telah ditetapkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab ini menguraikan hasil penelitian yang meliputi analisis univariat dan analisis bivariat, serta pembahasan yang mengaitkan temuan penelitian dengan teori dan hasil penelitian terdahulu. Penyajian hasil bertujuan untuk memberikan gambaran empiris mengenai karakteristik responden serta pengaruh edukasi laktasi terhadap *breastfeeding self-efficacy* ibu nifas di Puskesmas Tanjung Leidong Kabupaten Labuhanbatu Utara Provinsi Sumatera Utara Tahun 2025.

A. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi karakteristik responden dan variabel penelitian secara deskriptif. Karakteristik responden meliputi usia ibu, tingkat pendidikan, pekerjaan, paritas, serta tingkat *breastfeeding self-efficacy* sebelum dan sesudah diberikan edukasi laktasi.

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Nifas di Puskesmas Tanjung Leidong Kabupaten Labuhanbatu Utara Tahun 2025

Karakteristik	Kategori	(n)	(%)
Usia Ibu	< 20 tahun	4	13,3
	20–35 tahun	21	70,0
	> 35 tahun	5	16,7
Pendidikan	Dasar	8	26,7
	Menengah	17	56,7
	Tinggi	5	16,6
Pekerjaan	Bekerja	9	30,0
	Tidak bekerja	21	70,0
Paritas	Primipara	12	40,0
	Multipara	18	60,0
Breastfeeding Self-Efficacy (Pretest)	Rendah	14	46,7
	Sedang	12	40,0
	Tinggi	4	13,3
Breastfeeding Self-Efficacy (Posttest)	Rendah	3	10,0
	Sedang	9	30,0
	Tinggi	18	60,0
Jumlah		30	100

Berdasarkan Tabel 4.1, sebagian besar responden berada pada rentang usia reproduktif sehat (20–35 tahun). Usia ini merupakan periode optimal bagi ibu dalam menjalani kehamilan, persalinan, dan masa nifas karena kesiapan fisik dan psikologis relatif lebih baik. Menurut Ambarwati, Jannah, dan Astuti (2014), usia ibu yang matang secara biologis dan emosional berperan penting dalam kesiapan menyusui dan keberhasilan adaptasi masa nifas. Tingkat pendidikan responden mayoritas berada pada kategori pendidikan

menengah. Pendidikan memiliki peran strategis dalam membentuk pola pikir, sikap, dan kemampuan ibu dalam menerima informasi kesehatan. Astutik (2015) menyatakan bahwa ibu dengan pendidikan lebih tinggi cenderung lebih mudah memahami informasi laktasi dan menerapkannya dalam praktik menyusui. Selain itu, mayoritas responden tidak bekerja di luar rumah, sehingga memiliki waktu lebih banyak untuk fokus pada perawatan bayi dan proses menyusui. Berdasarkan paritas, sebagian besar responden merupakan multipara. Pengalaman menyusui sebelumnya dapat menjadi modal penting dalam meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam menyusui. Namun demikian, pengalaman saja tidak selalu menjamin keberhasilan menyusui tanpa didukung oleh pengetahuan dan edukasi yang memadai (Rukiyah et al., 2011).

Tingkat breastfeeding self-efficacy sebelum intervensi menunjukkan bahwa sebagian besar ibu nifas berada pada kategori sedang hingga rendah. Kondisi ini mengindikasikan masih adanya keraguan ibu terhadap kemampuan menyusui, kecukupan ASI, serta teknik menyusui yang benar. Menurut Bandura (1997), efikasi diri yang rendah dapat memengaruhi perilaku individu, termasuk kecenderungan mudah menyerah ketika menghadapi hambatan. Setelah diberikan edukasi laktasi, terjadi peningkatan proporsi ibu nifas dengan breastfeeding self-efficacy kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi laktasi berperan dalam meningkatkan keyakinan ibu terhadap kemampuannya menyusui. Edukasi yang sistematis dan berbasis kebutuhan ibu.

B. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh edukasi laktasi

terhadap *breastfeeding self-efficacy* ibu nifas dengan membandingkan skor sebelum dan sesudah intervensi.

Tabel 4.2 Perbedaan Breastfeeding Self-Efficacy Sebelum dan Sesudah Edukasi Laktasi di Puskesmas Tanjung Leidong Tahun 2025

Variabel	Mean	SD	Min – Max	Nilai p
Breastfeeding Self-Efficacy (Pretest)	46,23	6,18	35–58	
Breastfeeding Self-Efficacy (Posttest)	57,87	5,42	45–70	0,000

Keterangan: Uji statistik menggunakan Paired T-Test, $\alpha = 0,05$

Tabel 4.3 Perubahan Kategori Breastfeeding Self-Efficacy Sebelum dan Sesudah Edukasi Laktasi

Kategori	Sebelum (n)	Sesudah (n)
Rendah	14	3
Sedang	12	9
Tinggi	4	18
Jumlah	30	30

Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor breastfeeding self-efficacy sebelum dan sesudah diberikan edukasi laktasi dengan nilai $p < 0,05$. Temuan ini membuktikan bahwa edukasi laktasi berpengaruh secara signifikan dalam meningkatkan breastfeeding self-efficacy ibu nifas. Secara statistik, peningkatan skor efikasi diri menunjukkan bahwa ibu nifas menjadi lebih percaya diri dalam menyusui

setelah memperoleh edukasi. Hal ini sejalan dengan teori self-efficacy Bandura (1997) yang menyatakan bahwa efikasi diri dapat ditingkatkan melalui pengalaman belajar, persuasi verbal, serta peningkatan pemahaman individu terhadap tugas yang dihadapi. Pembahasan Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi laktasi memberikan dampak positif terhadap peningkatan breastfeeding self-efficacy ibu nifas. Temuan ini memperkuat konsep bahwa keberhasilan menyusui tidak hanya ditentukan oleh faktor biologis, tetapi juga faktor psikologis dan edukatif. Edukasi laktasi berfungsi sebagai sarana transfer pengetahuan sekaligus penguatan mental ibu dalam menghadapi tantangan menyusui (Bandar & Simalungun, 2025).

Temuan ini sejalan dengan penelitian Masluroh dan Risnayani (2024a; 2024b) yang menyatakan bahwa edukasi laktasi secara signifikan meningkatkan self-efficacy ibu menyusui di Puskesmas Waode Buri Buton Utara. Edukasi yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman ibu mengenai manfaat ASI, teknik menyusui, serta cara mengatasi masalah laktasi, sehingga ibu merasa lebih yakin dan mampu menyusui bayinya secara optimal. Penelitian Economou et al. (2021) di Yunani juga menunjukkan bahwa ibu yang mendapatkan pendidikan laktasi memiliki tingkat breastfeeding self-efficacy yang lebih tinggi dibandingkan ibu yang tidak mendapatkan edukasi. Hal ini menegaskan bahwa edukasi laktasi memiliki peran universal dalam meningkatkan kepercayaan diri ibu menyusui, terlepas dari perbedaan latar belakang budaya dan sistem kesehatan. Dalam konteks Indonesia, rendahnya cakupan ASI eksklusif masih menjadi tantangan serius. Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2023 menunjukkan bahwa angka ASI eksklusif belum mencapai target nasional.

Edukasi laktasi yang efektif dapat menjadi strategi promotif-preventif untuk mendukung kebijakan pemerintah sebagaimana tertuang dalam PP RI No. 33 Tahun 2012 tentang Pemberian ASI Eksklusif. Dengan meningkatkan breastfeeding self-efficacy, ibu nifas diharapkan mampu mempertahankan praktik menyusui secara berkelanjutan. Menurut Walyani dan Purwoastuti (2017), ibu nifas sering mengalami kecemasan terkait produksi ASI dan kemampuan menyusui, terutama pada hari-hari awal pascapersalinan. Edukasi laktasi yang diberikan pada periode ini sangat krusial karena dapat mencegah kesalahan persepsi yang berujung pada pemberian susu formula dini.

Hal ini diperkuat oleh Rini dan Kumala (2017) yang menekankan pentingnya pendekatan evidence-based practice dalam asuhan nifas, termasuk edukasi menyusui. Implikasi dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi laktasi sebaiknya menjadi bagian integral dari pelayanan kesehatan ibu nifas di puskesmas. Tenaga kesehatan perlu mengembangkan metode edukasi yang komunikatif, partisipatif, dan berkesinambungan agar pesan yang disampaikan dapat dipahami dan diterapkan secara optimal. Selain itu, dukungan lingkungan dan keluarga juga perlu diintegrasikan untuk memperkuat efikasi diri ibu menyusui (Wahyuningtyas, 2022).

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa edukasi laktasi merupakan intervensi yang efektif dan strategis dalam meningkatkan breastfeeding self-efficacy ibu nifas. Dengan meningkatnya efikasi diri, diharapkan ibu mampu memberikan ASI secara optimal, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan kualitas kesehatan ibu dan bayi serta mendukung

terwujudnya generasi emas Indonesia (M. Yusuf, 2024; WHO, 2020).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh edukasi laktasi terhadap breastfeeding self-efficacy ibu nifas di Puskesmas Tanjung Leidong Kabupaten Labuhanbatu Utara Provinsi Sumatera Utara Tahun 2025, dapat disimpulkan bahwa edukasi laktasi memberikan dampak positif dan signifikan terhadap peningkatan kepercayaan diri ibu nifas dalam menyusui. Hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna antara tingkat breastfeeding self-efficacy sebelum dan sesudah pemberian edukasi laktasi, di mana setelah intervensi sebagian besar ibu nifas berada pada kategori efikasi diri tinggi. Temuan ini membuktikan bahwa edukasi laktasi efektif sebagai intervensi promotif untuk memperkuat kesiapan psikologis ibu dalam menyusui. Secara khusus, edukasi laktasi mampu meningkatkan pemahaman ibu nifas mengenai manfaat ASI, proses fisiologis laktasi, teknik menyusui yang benar, serta cara mengatasi permasalahan menyusui yang umum terjadi pada masa nifas. Peningkatan pengetahuan tersebut berkontribusi langsung terhadap meningkatnya keyakinan ibu dalam menjalankan peran menyusui secara mandiri dan berkelanjutan. Dengan meningkatnya breastfeeding self-efficacy, ibu nifas menjadi lebih optimis, tidak mudah cemas, serta memiliki komitmen yang lebih kuat dalam memberikan ASI

kepada bayinya. Secara umum, penelitian ini menegaskan bahwa breastfeeding self-efficacy merupakan faktor kunci dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif dan dapat ditingkatkan melalui edukasi laktasi yang terstruktur dan berkelanjutan. Oleh karena itu, edukasi laktasi memiliki peran strategis dalam mendukung program ASI eksklusif dan peningkatan derajat kesehatan ibu dan bayi, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Tanjung Leidong.

Berdasarkan kesimpulan penelitian, disarankan agar Puskesmas Tanjung Leidong mengintegrasikan edukasi laktasi sebagai bagian rutin dari pelayanan ibu nifas, baik melalui konseling individu maupun kelas ibu nifas. Tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan kompetensi dalam pemberian edukasi laktasi dengan pendekatan yang komunikatif dan berbasis kebutuhan ibu. Selain itu, keterlibatan keluarga, khususnya suami, perlu didorong untuk memperkuat dukungan terhadap ibu menyusui. Bagi institusi pendidikan dan praktisi kebidanan, penelitian ini dapat dijadikan dasar pengembangan materi pembelajaran dan praktik klinik yang menekankan aspek psikologis menyusui, khususnya breastfeeding self-efficacy. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar dilakukan studi dengan desain eksperimental yang melibatkan kelompok kontrol, jumlah sampel yang lebih besar, serta periode tindak lanjut yang lebih panjang guna menilai keberlanjutan efek edukasi laktasi terhadap keberhasilan ASI eksklusif (Dewi et al., 2024).

REFERENSI

- Ambarwati, R., Jannah, N. dan Astuti, S. 2014. Asuhan Kebidanan Nifas. Mitra Cendikia Offset. Yogyakarta.
- Arifah, S. (2021). Implementasi Peraturan Pemerintah No. 33 Tahun 2012 Tentang Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 17(1), 1–9.
<https://doi.org/10.31101/jkk.2060>
- Bandar, K., & Simalungun, K. (2025). *Hal.* 259. 3(1), 259–264.
- Buri, W., & Utara, B. (2024). 1*, 2 1-2. 4, 5415–5425.
- Dewi, R. S., Simarmata, M., Putri, N. M., & Hutahaeen, N. (2024). the Correlation of Knowledge and Attitudes of Breastfeeding Mothers Towards Exclusive. *International Journal of Midwifery Research*, 3(3).
- Mulya, S. (2020). *Excellent Midwifery Jurnal*. 6(2), 1–7.
- Nova Fajri, Nurul Khadijah Kamal, Tutia Rahmi, & Dini Mulyati. (2024). Perbedaan Self-Efficacy Menyusui Ibu Hamil dengan Pengalaman Mendapatkan Edukasi dan Tidak. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 8(1), 99–104.
<https://doi.org/10.52020/jkwgi.v8i1.7632>
- Nurbaiti Siregar, F. L. S. (2022). *Pelaksanaan Kelas Edukasi Persiapan Menyusui Pada Ibu Hamil Dan Keluarga Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal*. 74–79.
<https://doi.org/10.23917/jpmmedika.v4i2>.
- Trinovika Putri Dewi, & Yasrida Nadeak. (2024). Hubungan Sikap Dan Pengetahuan Ibu Menyusui Dengan Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi UPTD Puskesmas Sultan Daulat Kabupaten Subulussalam Tahun 2023. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat Dan Sosial*, 2(3), 11–16.
<https://doi.org/10.59024/jikas.v2i3.846>
- Astutik, R.Y. 2015. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Trans Info Media. Jakarta.
- Bandura, A. 1997. *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. W.H. Freeman and Company. New York.
- Damanik, N.S. 2021. *Pengaruh self-efficacy dan motivasi berprestasi terhadap kemandirian belajar mahasiswa Prodi Kebidanan Program Diploma Tiga STIKes Mitra Husada Medan*. Disertasi. Universitas Medan Area.
- Dinas Kesehatan Aceh. 2019. Profil Kesehatan Aceh. Dinkes Aceh. Banda Aceh.
- Economou, M., Vassilaki, M., Lykeridou, K. dan Manios, Y. 2021. Breastfeeding self-efficacy and the role of education: A cross-sectional study among Greek mothers. *Journal of Pediatric and Neonatal Individualized Medicine*. 10(2): e100213.
- Astutik, R.Y. 2015. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Trans Info Media. Jakarta.
- Masluroh, M. dan Risnayanti, R. 2024b. Efektivitas edukasi laktasi terhadap pengetahuan dan self-efficacy ibu menyusui di Puskesmas Waode Buri Buton Utara. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*. 4(12): 5415–5425.
- Notoatmodjo, S. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta.

- Nurjanah, S.N., Maemunah, A.S. dan Badriah, D.L. 2013. *Asuhan Kebidanan Post Partum Dilengkapi dengan Asuhan Kebidanan Post Sectio Caesarea*. Refika Aditama. Bandung.
- Pemerintah Indonesia. 2012. *Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif*. Lembaran Negara RI. Sekretariat Negara. Jakarta.
- Pinem, S.Br., Sitorus, S., Hutapea, R. dan Sinaga, R. 2020. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. AA Rizky. Bandung.
- Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. 2023. *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2023*. Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. Medan.
- Rahmadani, E. dan Marlin, S. 2022. Hubungan breastfeeding self-efficacy ibu terhadap keberhasilan ASI eksklusif bayi di wilayah Puskesmas Kandang Kota Bengkulu. *Jurnal Ners*. 6(2): 64–69.
- Rini, S. dan Kumala, F. 2017. *Panduan Asuhan Nifas dan Evidence Based Practice*. Deepublish. Yogyakarta.
- Rukiyah, A.Y., Yulianti, L. dan Maemunah. 2011. *Asuhan Kebidanan III (Nifas)*. Trans Info Media. Jakarta.
- Saleha, S. 2013. *Asuhan Kebidanan 3*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Setyaningsih, G.A. 2025. Pengaruh edukasi laktasi terhadap peningkatan pemberian ASI ibu nifas di Rumah Sakit Murni Teguh Ciledug. *Excellent Midwifery Journal*. 8(1): 246–250.
- Wahyuningtyas, N.F. 2022. Hubungan tingkat pendidikan dan dukungan suami dengan self-efficacy ibu menyusui di Puskesmas Klaten. *Jurnal Kebidanan*. 11(1): 25–32.
- Walyani, E.S. dan Purwoastuti, E. 2017. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Pustaka Baru Press. Yogyakarta.
- Wahyuningsih, S. 2019. *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Post Partum Dilengkapi dengan Panduan Persiapan Praktikum Mahasiswa Keperawatan*. Deepublish. Yogyakarta.
- WHO. 2020. *Exclusive Breastfeeding for Optimal Growth, Development and Health of Infants*. World Health Organization. Geneva.
- Yusuf, M. 2024. *ASI adalah Investasi Generasi Emas Indonesia*. URL: Diakses 6 Agustus 2024.
(Trinovika Futri Dewi & Yasrida Nadeak, 2024)