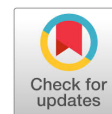


Pengaruh Edukasi Laktasi terhadap Motivasi dan Kepercayaan Diri Ibu Primipara dalam Memberikan ASI Eksklusif di UPTD Puskesmas Langara



Irmayanti A.Oka^{1*}, Cheristina², Sri Devi Syamsuddin³

¹Prodi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Kurnia Jaya Persada Palopo, Indonesia

²Prodi Sarjana Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Kurnia Jaya Persada Palopo, Indonesia

³Prodi DIII Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Kurnia Jaya Persada Palopo, Indonesia

Journal of Innovative Midwifery Practice
Volume 1(2), 36-40, ©The Authors (2026)

Article Info

Manuscript Received: 25 Feb, 2026
Revised: 26 Feb, 2026
Accepted: 27 Feb, 2026
Date of Publication: 28 Feb, 2026
Volume: 1
Issue: 2

Correspondence Author

Irmayanti A.Oka
Universitas Kurnia Jaya Persada Palopo
Email : irmayantiaoka89@gmail.com

Abstract

Exclusive breastfeeding is a crucial intervention in reducing infant morbidity and mortality. However, primiparous mothers often face barriers such as low motivation and self-confidence in breastfeeding. Lactation education is a strategic approach to improving mothers' psychological readiness to provide exclusive breastfeeding. This study aimed to determine the effect of lactation education on the motivation and self-confidence of primiparous mothers at UPTD Langara Public Health Center. This study employed a pre-experimental design with a one-group pretest–posttest approach. The sample consisted of 30 primiparous mothers selected using purposive sampling. The intervention was lactation education delivered through structured counseling and breastfeeding practice demonstrations. Motivation and self-confidence were measured using questionnaires before and after the intervention. Data were analyzed using the Wilcoxon test. The results showed a significant increase in mothers' motivation and self-confidence after lactation education with a p-value <0.000. Lactation education proved effective in enhancing the psychological readiness of primiparous mothers to provide exclusive breastfeeding.

Pemberian ASI eksklusif merupakan intervensi penting dalam menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi. Namun, ibu primipara sering mengalami hambatan berupa rendahnya motivasi dan kepercayaan diri dalam menyusui. Edukasi laktasi menjadi salah satu upaya strategis untuk meningkatkan kesiapan psikologis ibu dalam memberikan ASI eksklusif. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh edukasi laktasi terhadap motivasi dan kepercayaan diri ibu primipara di UPTD Puskesmas Langara. Penelitian menggunakan desain pra-eksperimental dengan pendekatan one group pretest–posttest. Sampel berjumlah 30 ibu primipara yang dipilih dengan teknik purposive sampling. Intervensi berupa edukasi laktasi melalui penyuluhan terstruktur dan demonstrasi praktik menyusui. Pengukuran motivasi dan kepercayaan diri menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan signifikan motivasi dan kepercayaan diri setelah edukasi laktasi dengan nilai p-value <0.000. Edukasi laktasi terbukti efektif meningkatkan kesiapan psikologis ibu primipara dalam memberikan ASI eksklusif. Disarankan agar program edukasi laktasi dilaksanakan secara rutin di fasilitas pelayanan kesehatan sebagai bagian dari upaya peningkatan keberhasilan ASI eksklusif.

Kata Kunci: Edukasi laktasi; Motivasi; Kepercayaan diri; Primipara; ASI eksklusif

LATAR BELAKANG

Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi merupakan rekomendasi *World Health Organization* (WHO) karena terbukti menurunkan risiko infeksi, malnutrisi, dan kematian bayi serta memberikan manfaat kesehatan jangka panjang bagi ibu dan anak.(1,2) Meskipun menjadi prioritas program kesehatan di

Indonesia, cakupan ASI eksklusif di beberapa wilayah seperti Sulawesi Tenggara masih sangat rendah yaitu 52.2%, jauh dibawah target nasional yaitu 80%.(3)

Salah satu faktor penting yang memengaruhi keberhasilan ASI eksklusif adalah faktor psikologis ibu, terutama motivasi dan kepercayaan diri (*self-efficacy*) dalam menyusui. Ibu dengan *self-efficacy* tinggi cenderung lebih mampu mengatasi hambatan teknis dan sosial selama proses menyusui.(4,5) Kondisi ini menjadi tantangan tersendiri bagi ibu primipara yang belum memiliki pengalaman menyusui dan sering mengalami keraguan terkait teknik menyusui dan kecukupan ASI.(6)

Edukasi laktasi merupakan intervensi berbasis pengetahuan dan keterampilan yang terbukti efektif meningkatkan motivasi dan *self-efficacy* ibu dalam menyusui.(7,8) Di beberapa penelitian sebelumnya telah menemukan bahwa edukasi laktasi secara signifikan meningkatkan *self-efficacy* menyusui pada ibu primipara. Pada penelitian lainnya menemukan bahwa ibu yang mengikuti program edukasi laktasi mengalami peningkatan motivasi dan keterampilan menyusui yang lebih baik dibanding kelompok yang tidak mengikuti edukasi. Namun, di UPTD Puskesmas Langara cakupan ASI eksklusif masih di bawah target yaitu 60%, yang diduga berkaitan dengan belum optimalnya pelaksanaan edukasi laktasi, khususnya bagi ibu primipara. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh edukasi laktasi terhadap motivasi dan kepercayaan diri ibu primipara dalam memberikan ASI eksklusif.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimental dengan pendekatan one-group pretest-posttest. Penelitian dilaksanakan di UPTD Puskesmas Langara pada tahun 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu primipara yang memiliki bayi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Langara. Sampel penelitian sebanyak 30 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Intervensi penelitian berupa edukasi laktasi yang diberikan melalui penyuluhan dan demonstrasi teknik menyusui seperti manfaat ASI eksklusif, teknik menyusui yang benar, posisi menyusui, cara meningkatkan produksi ASI dan penanganan masalah menyusui.

Pengukuran motivasi dan kepercayaan diri dilakukan sebelum dan sesudah edukasi menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0.05$. Pada penelitian ini telah memperhatikan prinsip etika penelitian yang meliputi informed consent, kerahasiaan data, dan persetujuan responden

HASIL

Karakteristik Responden

Penelitian ini telah dilaksanakan di UPTD Puskesmas Langara, pada bulan Oktober 2025. Pada pelaksanaannya, penelitian ini melibatkan sejumlah 30 responden sebagai sampel penelitian .

Tabel 1 . Distribusi Karakteristik Responden di UPTD Puskesmas Langara

Karakteristik Responden	Fekkuensi (n)	Persentase (%)	Mean	Std. Deviation
Umur				
Beresiko (<20 atau >35 tahun)	2	6.7		
Tidak Beresiko (25 – 35 tahun)	28	93.3		
Total	30	100		
Pekerjaan				
IRT	17	56.7		
PNS	4	13.3	25.73	3.759
PPPK	2	6.7		
Honorer	7	23.3		
Total	30	100		
Pendidikan				
SD	1	3.3		
SMP	3	10.0		
SMA	14	46.7		

DIII	3	10.0
S1	9	30.0
Total	30	100

Berdasarkan karakteristik 30 responden, pada variabel umur sebagian besar responden berada pada kategori tidak berisiko (20–35 tahun) yaitu sebanyak 28 orang (93.3%), sedangkan yang paling sedikit adalah kategori usia berisiko (<20 tahun atau >35 tahun) sebanyak 2 orang (6.7%). Berdasarkan pekerjaan, jumlah tertinggi adalah ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 17 orang (56.7%), sedangkan terendah adalah PPPK sebanyak 2 orang (6.7%). Berdasarkan pendidikan, jumlah tertinggi adalah SMA sebanyak 14 orang (46.7%), sedangkan terendah adalah SD sebanyak 1 orang (3.3%)

Pengaruh Edukasi Laktasi terhadap Motivasi dan Kepercayaan Diri Ibu Primipara Dalam Memberikan ASI Eksklusif di UPTD Puskesmas Langara

Tabel 2 Pengaruh Edukasi Laktasi Terhadap Motivasi dan Kepercayaan Diri Ibu Primipara Dalam Memberikan ASI Eksklusif

Variabel	Mean	Std. Deviation	<i>p-Value</i>
Pre Edukasi Laktasi	38.87	3.104	0.000
Post Edukasi Laktasi	54.10	4.887	

Berdasarkan diatas menunjukkan nilai rerata sebelum (Pre Test) di lakukan edukasi laktasi sebesar 38.87 dan nilai rerata Post Test sebesar 54.10. Hasil uji analisis menggunakan uji Wilcoxon di dapatkan Nilai *p* value sebesar <0.000 yang artinya nilai H_a diterima dan H_0 ditolak maka ada pengaruh edukasi laktasi terhadap motivasi dan kepercayaan diri ibu primipara dalam memberikan asi eksklusif di UPTD Puskesmas Langara.

PEMBAHASAN

Motivasi dan Kepercayaan Diri Ibu Primipara Sebelum Edukasi Laktasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi laktasi, rata-rata skor motivasi dan kepercayaan diri ibu primipara berada pada kategori rendah. Kondisi ini menggambarkan bahwa ibu primipara masih memiliki keterbatasan pengalaman dan kesiapan psikologis dalam menyusui. Menurut teori *self-efficacy*, keyakinan individu terhadap kemampuannya dipengaruhi oleh pengalaman langsung, dukungan sosial, dan kondisi emosional.(4) Karena ibu primipara belum memiliki pengalaman menyusui sebelumnya, maka tingkat efikasi diri cenderung lebih rendah. Instrumen *Breastfeeding Self-Efficacy Scale* juga menunjukkan bahwa rendahnya *self-efficacy* berhubungan dengan rendahnya keberhasilan menyusui.(6)

Selain faktor psikologis, kurangnya pemahaman tentang proses fisiologis laktasi turut memengaruhi motivasi ibu. Pengetahuan tentang mekanisme produksi ASI sangat penting dalam membangun keyakinan ibu bahwa tubuhnya mampu menghasilkan ASI yang cukup.(9,10) Tanpa edukasi yang memadai, ibu mudah merasa cemas atau ragu ketika menghadapi kendala awal menyusui. Dukungan sosial yang kurang juga dapat memperburuk kondisi ini, sebagaimana dijelaskan bahwa dukungan keluarga dan tenaga kesehatan berperan dalam meningkatkan kesiapan menyusui.(11)

Motivasi dan Kepercayaan Diri Ibu Primipara Setelah Edukasi Laktasi

Setelah diberikan edukasi laktasi, terjadi peningkatan signifikan pada skor motivasi dan kepercayaan diri ibu primipara. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0.000$ (<0.05), yang berarti edukasi laktasi berpengaruh secara signifikan. Hasil ini sejalan dengan penelitian Mariani & Hasanah yang menyatakan bahwa edukasi manajemen laktasi meningkatkan motivasi ibu dalam pemberian ASI eksklusif.(8) Penelitian Rahmayanti et al. juga menemukan bahwa pendidikan berbasis *Family Centered Maternity Care* efektif meningkatkan efikasi diri ibu postpartum.(12)

Peningkatan ini dapat dijelaskan melalui teori Bandura bahwa efikasi diri dapat ditingkatkan melalui pengalaman belajar aktif dan persuasi verbal.(4) Edukasi yang diberikan melalui penyuluhan terstruktur dan demonstrasi praktik memungkinkan ibu memperoleh pengalaman langsung yang memperkuat keyakinan diri.

Selain itu, metode edukasi yang tepat dan penggunaan media yang efektif turut meningkatkan pemahaman ibu, sebagaimana ditegaskan dalam scoping review oleh Aulia et al.(7)

Pengaruh Edukasi Laktasi terhadap Motivasi dan Kepercayaan Diri

Secara keseluruhan, hasil penelitian membuktikan bahwa edukasi laktasi berpengaruh signifikan terhadap peningkatan motivasi dan kepercayaan diri ibu primipara. Temuan ini konsisten dengan penelitian Nugraheni et al. yang menunjukkan bahwa edukasi laktasi meningkatkan *self-efficacy* menyusui pada ibu primipara.(5) Peningkatan efikasi diri memiliki implikasi penting terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif karena ibu yang percaya diri cenderung lebih konsisten dan tidak mudah menyerah ketika menghadapi hambatan.

Rekomendasi *World Health Organization* menegaskan bahwa ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan merupakan strategi utama dalam meningkatkan kesehatan bayi.(2) Oleh karena itu, intervensi yang mampu meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri ibu memiliki dampak strategis terhadap peningkatan cakupan ASI eksklusif. Integrasi edukasi laktasi secara rutin dalam pelayanan antenatal dan postnatal sangat dianjurkan guna mendukung keberhasilan program kesehatan ibu dan anak.(13)

KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi laktasi terhadap motivasi dan kepercayaan diri ibu primipara dalam memberikan ASI eksklusif di UPTD Puskesmas Langara. Berdasarkan hasil analisis, terdapat peningkatan yang signifikan pada skor motivasi dan kepercayaan diri setelah diberikan edukasi laktasi, dengan nilai $p < 0.05$. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi laktasi berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan motivasi dan kepercayaan diri ibu primipara. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi laktasi merupakan intervensi yang efektif dalam meningkatkan kesiapan psikologis ibu primipara untuk memberikan ASI eksklusif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala UPTD Puskesmas Langara beserta seluruh tenaga kesehatan yang telah memberikan izin dan dukungan selama proses penelitian berlangsung. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh ibu primipara yang telah bersedia menjadi responden dan berpartisipasi secara aktif dalam penelitian ini. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, bimbingan, dan motivasi sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Aulia, R., Ladjar, Y. F. L., Ersianti, Y. L., Fernandez, V., & Adnani, Q. E. S. (2025). Dampak Edukasi Menyusui dalam Meningkatkan Efikasi Diri dan Keberhasilan Menyusui: Scoping Review. *ARTERI: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(2), 86-97.;
2. Bandura, A. (2022). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman.
3. Fitriani, Y., Sulistyowati, E., & Lestari, Y. (2020). Hubungan pengetahuan dan kepercayaan diri ibu menyusui dengan praktik pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 45–52.
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
5. Lawrence, R. A., & Lawrence, R. M. (2022). *Breastfeeding: A guide for the medical profession* (9th ed.). Elsevier.
6. Mariani, M., & Hasanah, Y. R. (2022). Pengaruh Edukasi Manajemen Laktasi Terhadap Pengetahuan Dan Motivasi Ibu Hamil Dalam Pemberian Asi Eksklusif: The Effect of Lactation Management Education on Knowledge and Motivation of Pregnant Mothers in Give Exclusive Breast Milk. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 8(4), 642-649.
7. Mohrbacher, N. (2020). *Breastfeeding answers: A guide for helping families*. Praeclarus Press
8. Nugraheni, N. A., Rahmah, H., & Pratiwi, D. (2022). Pengaruh edukasi laktasi terhadap self-efficacy menyusui pada ibu primipara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 17(2), 134–141.
9. Oktaviani, Y., et al. (2024). Dukungan Keluarga terhadap Motivasi Menyusui. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan*, 6(1), 44-51.
10. Pratiwi, L. A., et al. (2022). Efektivitas Media Digital terhadap Motivasi Ibu Menyusui. *Jurnal Media Promosi Kesehatan*

Indonesia, 8(3), 201–209.

11. Rahmayanti, R., Adha, D., & Wahyuni, F. (2021). Pengaruh Edukasi Online Berbasis Family Centered Maternity Care Terhadap Self Efficacy Ibu Postpartum Dalam Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 4(1), 92-100.
12. Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2021). *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Salemba Empat.
13. Victora, C. G., Bahl, R., Barros, A. J. D., França, G. V. A., Horton, S., Krasevec, J., Murch, S., Sankar, M. J. Walker, N., & Rollins, N. C. (2023). Breastfeeding in the 21st century: Epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. *The Lancet*, 387(10017), 475–490. [https://doi.org/10.1016/S01406736\(15\)01024-7](https://doi.org/10.1016/S01406736(15)01024-7)