

**POP-UP BOOK “SIASUI” SEBAGAI LANGKAH PENINGKATAN BREASTFEEDING
SELF EFFICACY PADA IBU HAMIL TRIMESTER III**

Luluk Fajria Maulida^{1*}, Rufidah Maulina², Nurul Jannatul Wahidah³, Revi
Gama Hatta Novika⁴, Atriary Nilam Sari⁵, Siti Nurhidayati⁶

¹⁻⁶Program Studi Kebidanan, Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret

Email Korespondensi: lulukfajria@staff.uns.ac.id

Disubmit: 28 Oktober 2023

Diterima: 19 November 2023

Diterbitkan: 01 Januari 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i1.12823>

ABSTRAK

Rendahnya tingkat pemberian ASI eksklusif berbanding lurus dengan kurangnya kepercayaan diri ibu (*breastfeeding self-efficacy*). Hampir 2 dari 3 bayi tidak disusui secara eksklusif selama 6 bulan dan tidak membaik dalam dua dekade terakhir. Menyusui merupakan salah satu cara paling efektif untuk memastikan kesehatan dan kelangsungan hidup anak. Pemberian Pendidikan kesehatan tentang menyusui dapat dilakukan ketika ibu memasuki trimester ketiga sebagai langkah persiapan menjadi orang tua pencetak generasi emas. Meningkatkan kepercayaan diri ibu hamil untuk siap menyusui dan harapannya mereka dapat mengatasi hambatan ketika menyusui. Pengabdian ini dilakukan metode penyuluhan dan demonstrasi dengan media *Pop-Up book* “SIASUI”. Pelaksanaan penyuluhan dan demonstrasi dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Mondokan. Setelah pemberian intervensi berupa penjelasan materi mengenai ASI, responden pada kelompok intervensi memiliki rerata *breastfeeding self-efficacy* 79 (SD=6.1) sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 76.6 (SD=8.6). *Pop-up book* “SIASUI” dapat menjadi alternatif media dalam meningkatkan *breastfeeding self-efficacy* pada ibu hamil.

Kata Kunci: ASI Eksklusif, Efikasi Diri, Penyuluhan, *Pop-Up Book*

ABSTRACT

The low rate of exclusive breastfeeding is directly associated with mothers' lack of self-confidence, or breastfeeding self-efficacy. Nearly two out of three babies are not exclusively breastfed for the recommended six months, and this situation has shown little improvement over the last two decades. Breastfeeding stands as one of the most effective means to ensure the health and survival of children. Providing health education about breastfeeding during the third trimester can serve as a preparatory step towards nurturing a generation of capable parents. The aims of this study is to enhance the confidence of pregnant women in their readiness to breastfeed, with the hope that they can effectively overcome obstacles encountered during the breastfeeding process. This service was carried out through counseling and demonstrations, using the "SIASUI" pop-up book as a media for education. Counseling and demonstrations were conducted within the Mondokan Community Health Center's, Sragen, Central java. Following the intervention, which included the explanation of material related to breastfeeding, the respondents in the intervention group had an

average score of 79 ($SD=6.1$), while the control group scored an average of 76.6 ($SD=8.6$). The "SIASUI" pop-up book can be considered as alternative media for enhancing breastfeeding self-efficacy in pregnant women.

Keywords: Exclusive Breastfeeding, Self-Efficacy, Counseling, Pop-Up Book

1. PENDAHULUAN

Pemberian ASI eksklusif didefinisikan sebagai meminum ASI saja tanpa mengonsumsi makanan padat atau cairan lain (kecuali vitamin, mineral, dan obat-obatan lainnya jika bayi mengalami sakit), yang diperlukan untuk bayi dalam 6 bulan pertama kehidupannya (Faridvand et al., 2018). ASI Eksklusif atau pemberian ASI saja selama 6 bulan kepada bayi sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Kandungan dalam ASI berperan dalam pembentukan imunitas bayi guna menangkal pathogen dari luar tubuh. ASI eksklusif adalah nutrisi yang secara fisiologis ideal untuk bayi dalam enam bulan pertama kehidupan, karena ASI memberikan manfaat kesehatan termasuk penurunan risiko infeksi akut bayi seperti otitis media, infeksi saluran pernapasan, dan infeksi saluran cerna, dukungan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi, serta peningkatan ikatan antara ibu dan bayi (Frank et al., 2019; Linde et al., 2020; Victora et al., 2016). Namun, menurut data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2021, 52,5 persen bayi berusia kurang dari enam bulan yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia, atau menurun 12 persen dari tahun 2019. Angka inisiasi menyusui dini (IMD) juga turun dari 58,2 persen pada tahun 2019 menjadi 48,6 persen pada tahun 2021 (WHO, 2020). Hal ini juga sejalan dengan penurunan angka ASI eksklusif pada saat pandemi covid-19 yang salah satunya disebabkan oleh persepsi ibu mengenai kecukupan ASI untuk bayinya (Chertok et al., 2022).

Sebagai upaya untuk meningkatkan self-efficacy pada ibu menyusui adalah dengan pemberian informasi mengenai ASI eksklusif sejak hamil atau segera setelah bayi lahir. Tenaga kesehatan berperan penting dalam memberikan semangat kepada ibu dan memberikan informasi kepada ibu menyusui tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif pada bayinya. Selama ini terdapat berbagai persepsi yang salah terkait pemberian ASI Eksklusif sehingga proses menyusui terganggu (Depkes RI, 2018; Tuthill et al., 2016). The World Alliance for Breastfeeding Action (WABA) menyatakan bahwa keberhasilan menyusui memerlukan dukungan keluarga, teman, masyarakat dan pemerintah. Dukungan dari berbagai pihak dapat meringankan berbagai tantangan yang dihadapi ibu menyusui dan mengatasi keraguan ibu untuk menyusui bayinya. Melindungi dan mempromosikan pemberian ASI adalah tanggung jawab ibu/ayah, keluarga, tenaga kesehatan, masyarakat dan pemerintah. Memiliki pengetahuan luas tentang tentang keuntungan menyusui, merupakan hal mendasar dalam mendukung ibu menyusui (Nelasa et al., 2016; Riyanti et al., 2019).

Dalam memberikan edukasi dan informasi kepada masyarakat Tenaga Kesehatan dapat menggunakan berbagai media yang salah satunya yaitu Pop-Up book. Pop-Up Book adalah sebuah buku yang memiliki bagian yang dapat bergerak atau memiliki unsur 3 dimensi serta memberikan unsur visualisasi cerita yang lebih menarik, mulai dari tampilan gambar yang dapat bergerak ketika halamannya dibuka. Menurut Bluemell dan Taylor, Pop-Up Book adalah sebuah buku yang menampilkan potensi untuk bergerak dan interaksinya melalui penggunaan kertas sebagai bahan lipatan, gulungan,

keberhasilan inisiasi dan kesinambungan pemberian ASI eksklusif (Boateng et al., 2019). Self efficacy menyusui merupakan teori sosial-kognitif yang dikembangkan oleh Dennis dan dapat digunakan untuk meramal perilaku menyusui dari waktu ke waktu (Boateng et al., 2019; Dennis, 1999). Efikasi diri dalam menyusui menggambarkan bagaimana seorang ibu sadar pada kemampuannya untuk menyusui dibandingkan dengan kemampuan dia untuk sukses dalam menyusui. Ibu dengan efikasi diri yang tinggi, seringkali dapat mengatasi hambatan dalam menyusui, sedangkan ibu dengan efikasi yang rendah akan merasa kesulitan. Selain itu, pengalaman ibu di masa lalu juga menentukan keberhasilan efikasi dalam menyusui.

Kegagalan atau masalah yang berulang pada proses menyusui dapat mengurangi efikasi diri dalam menyusui. Persuasi secara verbal dari peer group atau sebaya, pasangan dan keluarga, serta tenaga kesehatan dapat meningkatkan efikasi diri. Masalah emosional seperti stress, kecemasan, dan depresi dapat meningkatkan efikasi ibu secara umum dan efikasi menyusui secara khusus. Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa faktor yang mempengaruhi pengalaman positif saat menyusui seperti pengalaman, pengetahuan, sikap, dukungan sosial, serta depresi postpartum (Dennis, 1999; Li et al., 2022; Ngo et al., 2019). Untuk meningkatkan efikasi diri, intervensi pendidikan berbasis teori efikasi diri dapat meningkatkan pemberian ASI eksklusif. Program edukasi kesehatan yang menggabungkan teori self-efficacy dan perilaku terencana atau planned behaviour sangat membantu dalam mempromosikan praktik menyusui yang berkelanjutan di kalangan ibu menyusui (Chipojola et al., 2020). Penelitian lain juga menyebutkan bahwa ibu yang menerima intervensi berbasis teori self-efficacy di Rumah Sakit akan berhasil dalam 1-2 setelah melahirkan, akan tetapi intervensi yang menggabungkan kegiatan di Rumah Sakit dan komunitas serta menggunakan metode dalam kelas baik secara individu maupun kelompok dapat meningkatkan partisipasi menyusui hingga 6 bulan pertama setelah kelahiran. Hal ini menunjukkan bahwa peer group pada komunitas dapat menjadi solusi untuk meningkatkan keberhasilan menyusui (Brockway et al., 2017; Galipeau et al., 2018).

Intervensi pendidikan kesehatan yang digunakan dalam kegiatan ini adalah dengan media Pop-Up book. Pop-Up book adalah buku dengan tampilan tiga dimensi yang berisi elemen interaktif. Visual cerita dapat lebih menarik ketika halamannya dibuka seolah adalah benda yang muncul/bergerak. Media pop-up book dapat memberikan kesan yang menarik seorang pembaca sehingga pesan yang ingin disampaikan adalah diajarkan sesuai dengan tujuan pembelajaran. Manfaat media ini salah satunya memberikan deskripsi tentang suatu wujud benda untuk menunjukkan gambaran objek yang konkret terkait materi yang diberikan. Media pop-up book dapat digunakan secara individual atau kelompok (Mahfiatun & Astuti, 2019).

4. METODE

- a. Kegiatan ini dilaksanakan saat pertemuan di kelas ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Mondokan yaitu di desa Tempelrejo dan desa Gemantar. Ibu hamil di desa Tempelrejo dijadikan kelompok kontrol dan ibu hamil di desa Gemantar sebagai kelompok intervensi.
- b. Peserta dalam kegiatan ini ada ibu hamil dengan usia kehamilan melebihi 28 minggu, dengan jumlah 22 ibu hamil.

- c. Kegiatan ini dilaksanakan dengan cara melakukan persamaan persepsi tentang maksud dan tujuan kegiatan, koordinasi rencana kegiatan. Pada kelompok kontrol, setelah peserta melakukan registrasi, peserta dibagikan kuesioner *breastfeeding self efficacy*. Sedangkan pada kelompok intervensi, diawali dengan peserta melakukan registrasi. Edukasi dan demonstrasi dilakukan selama 45 menit dengan media *Pop-Up book* SIASUI (Siap Menyusui). Diakhir pertemuan, peserta dibagikan kuesioner *breastfeeding self efficacy*. Kemudian rata-rata skor kuesioner *breastfeeding self efficacy* dibandingkan antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi.

5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

1) Karakteristik

Tabel 1. Karakteristik Peserta

Variabel	Kelompok intervensi (N = 22)	Kelompok kontrol (N = 22)
Usia (mean)	26	29
Status Pendidikan		
SD	6	2
SMP	13	10
SMA	3	4
S1	0	2
Pekerjaan		
IRT	20	17
Pedagang	1	3
Bertani	1	1
Guru	0	1
Paritas		
Pertama	5	7
Kedua	12	9
Ketiga	3	4
Keempat	2	2

Mayoritas status pendidikan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol adalah SMP. Ibu rumah tangga adalah status pekerjaan yang paling banyak dijalani oleh ibu hamil baik di kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Paritas yang mendominasi ibu hamil pada penelitian ini adalah kehamilan kedua.

2) *Breastfeeding Self-Efficacy*

Tabel 2. *Breastfeeding Self-Efficacy* antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol

Variabel	Kelompok Intervensi	Kelompok Kontrol
<i>Breastfeeding Self-Efficacy</i>	79.0 ± 6.1	76.6 ± 8.6

Pada studi ini, didapatkan hasil bahwa, setelah pemberian intervensi berupa penjelasan materi mengenai ASI, responden pada kelompok intervensi memiliki rerata 79 (SD=6.1) sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 76.6 (SD=8.6).

b. Pembahasan

Pengabdian ini bertujuan untuk mengevaluasi penggunaan media buku POP-UP SIASUI dalam memberikan informasi mengenai persiapan menyusui kepada ibu hamil. Total 44 ibu hamil yang menjadi responden, di mana 22 orang diantaranya berpartisipasi dalam kelompok intervensi dan 22 orang lainnya menjadi bagian dari kelompok kontrol. Kelompok kontrol tetap menerima perawatan asuhan kehamilan seperti biasa, seperti yang biasa dilakukan dalam kelas ibu hamil.



Gambar 2. Inform consent dan pengisian kuesioner pada kelompok kontrol



Gambar 3. Penyampaian materi pada kelompok intervensi

Peran tenaga kesehatan dalam pemberian ASI eksklusif sangatlah penting, termasuk memberikan informasi dan edukasi mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif kepada ibu yang sedang menyusui. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 tentang ASI Eksklusif menjelaskan bahwa untuk mencapai hasil yang optimal dalam pemberian ASI eksklusif, tenaga medis dan pengelola fasilitas kesehatan wajib memberikan informasi dan edukasi tentang ASI eksklusif kepada ibu dan/atau anggota keluarga bayi. Pemberian informasi dan edukasi ASI Eksklusif dapat dilakukan melalui penyuluhan, konseling dan pendampingan. Petugas kesehatan hendaknya mendukung keberhasilan program ASI eksklusif dan mengurangi kebiasaan masyarakat memberikan makanan kepada anak selain ASI (Depkes RI, 2018). Salah satu yang menjadi hambatan keberhasilan ASI dalam hal ini yaitu *self-efficacy* ibu akan pentingnya ASI eksklusif.



Gambar 4. Media Pop-Up book SIASUI

Kelompok intervensi diberikan akses eksklusif kepada buku POP-UP SIASUI yang dirancang khusus untuk memberikan panduan praktis dan interaktif. Buku ini berisi anatomi payudara, macam posisi menyusui, perlekatan menyusui, jenis pompa ASI, masalah menyusui dan cara mengatasi, serta cara yang perlu dan tidak perlu dilakukan pada ASI perah.



Gambar 5. Inform consent dan pengisian kuesioner pada kelompok intervensi

Self-efficacy menyusui berhubungan dengan persepsi ibu tentang kecukupan ASI untuk bayinya. Sebuah studi menggambarkan bahwa tingkat *Self-efficacy* dalam menyusui berhubungan dengan tingkat keberhasilan yang lebih tinggi dalam inisiasi dan kelanjutan menyusui dan membuat ibu berpikir positif ketika menghadapi masalah menyusui dan menghadapi tantangan dengan cara yang lebih positif dan cara yang efisien (Faridvand et al., 2018; Tuthill et al., 2016). Besarnya pengaruh keyakinan ibu tentang menyusui memerlukan berbagai intervensi untuk memperkuat keyakinan tersebut agar menyusui berhasil. Studi menunjukkan bahwa intervensi pendidikan memiliki dampak yang signifikan terhadap peningkatan menyusui (Mahfiatun & Astuti, 2019). Hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa ibu hamil pada kelompok intervensi menunjukkan tingkat antusiasme yang lebih tinggi dalam memperoleh informasi tentang ASI eksklusif dibandingkan dengan kelompok kontrol. Adanya peningkatan rata-rata skor *Breastfeeding Self-Efficacy* antara kelompok kontrol dibandingkan dengan kelompok intervensi. Penggunaan buku POP-UP SIASUI mendorong ibu hamil untuk lebih aktif terlibat dalam proses pembelajaran, dengan memberikan akses visual dan interaktif yang menarik. Hasil awal ini menunjukkan potensi penggunaan media buku POP-UP SIASUI sebagai alat efektif untuk memberikan informasi tentang persiapan menyusui kepada ibu hamil dengan cara yang menarik dan inovatif.

6. KESIMPULAN

Penggunaan media buku Pop Up terbukti memberikan manfaat bagi ibu hamil sehingga membuat Ibu dapat merencanakan pemberian ASI eksklusif nantinya. Media edukatif seperti Buku POP-Up SIASUI dapat digunakan selama penyuluhan kepada ibu hamil dan ibu nifas yang merencanakan untuk menyusui bayinya hingga dua tahun. Materi yang menarik disertai visual Pop Up SIASUI yang berbeda dengan leaflet dan poster pada umumnya diharapkan menambah ketertarikan ibu untuk mempelajari tentang tips dan trik serta resiliensi menyusui. Diharapkan, buku POP-UP SIASUI tidak hanya dipergunakan oleh masyarakat Sragen saja, tapi wilayah lain yang mentargetkan ASI eksklusif dan menyusui sampai 2 tahun sebagai program puskesmas.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Boateng, G. O., Martin, S. L., Tuthill, E. L., Collins, S. M., Dennis, C.-L., Natamba, B. K., & Young, S. L. (2019). Adaptation and psychometric evaluation of the breastfeeding self-efficacy scale to assess exclusive breastfeeding. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 19(1), 73. <https://doi.org/10.1186/s12884-019-2217-7>
- Brockway, M., Benzies, 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>
- Chertok, I. A., Artzi-Medvedik, R., Arendt, M., Sacks, E., Otelea, M. R., Rodrigues, C., Costa, R., Linden, K., Zaigham, M., Elden, H., Drandic, D., Grylka-Baeschlin, S., Miani, C., Valente, E. P., Covi, B., Lazzarini,

- M., & Mariani, I. (2022). Factors associated with exclusive breastfeeding at discharge during the COVID-19 pandemic in 17 WHO European Region countries. *International Breastfeeding Journal*, 17(1), 83. <https://doi.org/10.1186/s13006-022-00517-1>
- 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>
- Dennis, C.-L. (1999). Theoretical Underpinnings of Breastfeeding Confidence: A Self-Efficacy Framework. *Journal of Human Lactation*, 15(3), 195-201. <https://doi.org/10.1177/089033449901500303>
- Depkes RI. (2018). *Profil Kesehatan (2018)*. <https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-indonesia-2018.pdf>
- Faridvand, F., Mirghafourvand, M., Mohammad-Alizadeh-Charandabi, S., & Malakouti, J. (2018). Breastfeeding performance in Iranian women. *International Journal of Nursing Practice*, 24(4). <https://doi.org/10.1111/ijn.12659>
- Frank, N. M., Lynch, K. F., Uusitalo, U., Yang, J., Lönnrot, M., Virtanen, S. M., Hyöty, H., & Norris, J. M. (2019). The relationship between breastfeeding and reported respiratory and gastrointestinal infection rates in young children. *BMC Pediatrics*, 19(1), 339. <https://doi.org/10.1186/s12887-019-1693-2>
- Galipeau, R., Baillet, A., Trottier, A., & Lemire, L. (2018). Effectiveness of interventions on breastfeeding self-efficacy and perceived insufficient milk supply: A systematic review and meta-analysis. *Maternal & Child Nutrition*, 14(3). <https://doi.org/10.1111/mcn.12607>
- Li, L., Wu, Y., Wang, Q., Du, Y., Friesen, D., Guo, Y., Dill, S.-E., Medina, A., Rozelle, S., & Zhou, H. (2022). Determinants of breastfeeding self-efficacy among postpartum women in rural China: A cross-sectional study. *PLOS ONE*, 17(4), e0266273. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0266273>
- Linde, K., Lehnig, F., Nagl, M., & Kersting, A. (2020). The association between breastfeeding and attachment: A systematic review. *Midwifery*, 81, 102592. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2019.102592>
- Lubis, D., & Nst, B. (2020). *Manfaat ASI Terhadap Motivasi Ibu Hamil Dalam Memberikan ASI Eksklusif Pada Bayi*. 13(2).
- Mahfiatun, & Astuti, D. P. (2019). *Penerapan Demonstrasi Cara Menyusui yang Benar untuk Meningkatkan Breastfeeding Self Efficacy pada Ibu Nifas*.
- Nelasa, P., Santosb, C., Duartea, J., Coutinhoa, E., Chavesa, C., Amarala, O., Ferreiraa, M., & Cruza, C. (2016). *Motivation for breastfeeding: a matter of educational level?* 195-199. <https://repositorio.ipv.pt/bitstream/10400.19/4511/3/Motivation%20for%20breastfeedingAP%20Full%20paper.pdf>
- Ngo, L. T. H., Chou, H.-F., Gau, M.-L., & Liu, C.-Y. (2019). Breastfeeding self-efficacy and related factors in postpartum Vietnamese women. *Midwifery*, 70, 84-91. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2018.12.014>
- Riyanti, E., Nurlaila, N., & Astutiningrum, D. (2019). Pengaruh Edukasi Breastfeeding Ibu Post Partum Terhadap Breastfeeding Self Efficacy.

- Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 14(3), 96.
<https://doi.org/10.26753/jikk.v14i3.350>
- Tuthill, E. L., McGrath, J. M., Graber, M., Cusson, R. M., & Young, S. L. (2016). Breastfeeding Self-efficacy: A Critical Review of Available Instruments. *Journal of Human Lactation*, 32(1), 35-45.
<https://doi.org/10.1177/0890334415599533>
- Victoria, 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. (2016). Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. *The Lancet*, 387(10017), 475-490.
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(15\)01024-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)01024-7)
- WHO. (2020). *Pekan Menyusui Dunia: UNICEF dan WHO menyerukan Pemerintah dan Pemangku Kepentingan agar mendukung semua ibu menyusui di Indonesia selama COVID-19*.
<https://www.who.int/indonesia/news/detail/03-08-2020-pekan-menysusui-dunia-unicef-dan-who-menyserukan-pemerintah-dan-pemangku-kepentingan-agar-mendukung-semua-ibu-menysusui-di-indonesia-selama-covid-19>.