

Implementasi Konseling Menyusui pada Masa Kehamilan dalam Meningkatkan *Breastfeeding Self Efficacy* Awal Laktasi

*Gempi Tri Sumini, Istiada Fatmawati, Lilis Suryani, Dwi Retno Wati
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang, Indonesia

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan mengimplementasikan konseling laktasi pada ibu hamil usia >30 minggu secara tatap muka sejumlah 2 kali pertemuan sebagai upaya peningkatan *breastfeeding self-efficacy* pada awal laktasi dan mengikuti empat rangkaian kegiatan. Instrumen yang digunakan adalah *Breastfeeding Self-Efficacy Scale-Short Form (BSES-SF)*. Ibu mengisi kuesioner pre-test untuk mengetahui tingkat *breastfeeding self-efficacy* awal, kemudian mengikuti sesi konseling laktasi. Pada masa laktasi dilakukan post-test sebagai evaluasi. Hasil kegiatan menunjukkan rata-rata *breastfeeding self-efficacy* 56.1 setelah konseling laktasi. Kegiatan menunjukkan adanya peningkatan *Breastfeeding Self-Efficacy* pada awal laktasi. Disarankan konseling laktasi tetap dilanjutkan selama masa laktasi minimal 4 kali home visit maupun pendampingan online.

Kata kunci: Konseling Menyusui, *Breastfeeding Self Efficacy*, Laktasi.

Implementation of Breastfeeding Counseling During Pregnancy to Improve Early Lactation *Breastfeeding Self-Efficacy*

ABSTRACT

This community engagement program aimed to implement breastfeeding counseling for pregnant women at >30 weeks of gestation through two face-to-face sessions as part of a four-stage intervention designed to enhance *breastfeeding self-efficacy* in early lactation. The *Breastfeeding Self-Efficacy Scale-Short Form (BSES-SF)* was used as the primary assessment instrument. Participants completed a pre-test to evaluate baseline *breastfeeding self-efficacy*, followed by participation in the counseling sessions. A post-test assessment was conducted during the lactation period to measure changes in self-efficacy. Findings demonstrated an increase in the mean *breastfeeding self-efficacy* score 56.1 after the counseling intervention, indicating a positive, improvement in maternal confidence during early lactation. Continued breastfeeding counseling is recommended throughout the lactation period, with a minimum of four additional sessions delivered through home visits or online support to further strengthen maternal breastfeeding capacity.

Keyword: Breastfeeding Counseling, *Breastfeeding Self Efficacy*, Lactation.

*Corresponding Author:

Email : husadajombangstikes@yahoo.co.id
Alamat : Jl. Veteran Mancar Peterongan, Kec.
Peterongan, Kab. Jombang, Jawa Timur 61481.

Hal: 71-76

Copyright © 2025 Authors. This is an open access article under the CC-BY-SA license.



PENDAHULUAN

Keberhasilan menyusui merupakan hasil interaksi antara faktor fisiologis, psikologis, keterampilan ibu, serta dukungan lingkungan (Zahra & Puspitasari, 2024). Salah satu faktor psikologis yang berpengaruh kuat terhadap keberhasilan menyusui adalah *breastfeeding self-efficacy* (BSE), yaitu keyakinan ibu terhadap kemampuannya untuk menyusui secara efektif. *Breastfeeding Self-Efficacy Scale* (BSES) merupakan instrumen yang hingga kini menjadi alat ukur standar dalam menilai keyakinan ibu selama proses menyusui (Li dkk., 2024). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu dengan BSE tinggi lebih mampu menghadapi tantangan awal menyusui, memiliki keterampilan teknik lebih baik, serta lebih mungkin mempertahankan pemberian ASI eksklusif (Ekayanthi & Besral, 2024).

Menurut laporan UNICEF tahun 2021, cakupan rata-rata pemberian ASI eksklusif di dunia pada bayi usia 0-6 bulan hanya mencapai 44% (UNICEF, 2021). Di Indonesia, persentase bayi berusia di bawah usia 6 bulan yang mendapat ASI eksklusif mencapai 73,97%. Sedangkan cakupan ASI eksklusif di Jawa Timur pada tahun 2022 adalah 50,95% dan terjadi peningkatan pada tahun 2023 tercatat 78,8% (Badan Pusat Statistik, 2024). Di Kabupaten Jombang, terjadi fluktuasi cakupan ASI eksklusif sebelum tahun 2022, yaitu menurun dari 83,03% pada 2018 menjadi 82,8% pada 2019, dan kembali menurun pada 2020 menjadi 79,4%. Variasi capaian ini menunjukkan bahwa keberhasilan ASI eksklusif masih menghadapi tantangan, terutama pada masa awal laktasi.

Tidak optimalnya pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama dapat menimbulkan berbagai dampak negatif bagi bayi maupun ibu. Pada bayi, pemberian susu formula atau makanan tambahan terlalu dini meningkatkan risiko infeksi saluran cerna, alergi, obesitas, stunting, serta penurunan daya tahan tubuh akibat tidak memperoleh antibodi alami dari ASI. Bagi ibu, tidak menyusui secara eksklusif dapat mengganggu produksi hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan dalam pengeluaran ASI dan pemulihan rahim pascapersalinan. Selain itu, risiko kanker payudara dan ovarium diketahui lebih tinggi pada ibu yang tidak menyusui (Doko dkk., 2019) (Purnamasari & Hindiarti, 2021).

Berbagai dampak tersebut menunjukkan pentingnya keberhasilan menyusui sejak periode awal laktasi. Namun kegagalan pemberian ASI pada 72 jam pertama sering terjadi karena ibu merasa kurang percaya diri, menganggap produksi ASI tidak cukup, atau mengalami masalah awal menyusui seperti pelekatan yang tidak optimal, puting lecet, dan kecemasan postpartum. Kondisi tersebut menurunkan *breastfeeding self-efficacy* (BSE) dan dapat memicu pemberian prelaktal, keterlambatan inisiasi menyusui, serta kegagalan mencapai ASI eksklusif (World Health Organization, 2023). Salah satu alasan umum pemberian prelaktal adalah bayi yang terus menangis atau anggapan keliru bahwa kolostrum tidak cukup, yang sering kali berkaitan dengan kurangnya konseling laktasi dan minimnya dukungan keluarga maupun tenaga kesehatan (Zahra & Puspitasari, 2024).

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa berbagai intervensi untuk meningkatkan *breastfeeding self-efficacy* (BSE) seperti konseling, kelas edukasi daring, video edukasi, serta dukungan sebaya terbukti efektif dalam meningkatkan keberhasilan menyusui (Ekayanthi & Besral, 2024). Peran konselor laktasi sangat penting karena terbukti dapat memperbaiki pelekatan, meningkatkan kepercayaan diri ibu, dan mempertahankan keberlanjutan menyusui (Emilda dkk., 2023). *Breastfeeding self-efficacy* sendiri merupakan keyakinan ibu terhadap kemampuannya untuk berhasil menyusui bayinya; semakin tinggi *breastfeeding self-efficacy* (BSE), semakin besar kemungkinan ibu berhasil memberikan ASI secara optimal (Yuliani dkk., 2025).

Berdasarkan hasil wawancara dengan bidan koordinator Puskesmas Dukuhklopo Kabupaten Jombang, cakupan pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Dukuh Klopo mencapai sekitar 84,21%, yang menunjukkan capaian relatif baik namun belum sepenuhnya optimal karena masih terdapat ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif hingga usia 6 bulan. Permasalahan utama yang berkontribusi terhadap kondisi tersebut meliputi keterbatasan waktu menyusui pada ibu bekerja, kurangnya dukungan keluarga terutama dari suami dan orang tua, serta masih adanya persepsi yang keliru mengenai kecukupan ASI bagi bayi dan diketahui bahwa hingga saat ini belum terdapat tenaga kesehatan yang tersertifikasi sebagai konselor laktasi, sehingga pelaksanaan edukasi laktasi pada masa kehamilan belum berjalan optimal. Edukasi yang diberikan masih bersifat dasar seperti pengertian ASI eksklusif, manfaat ASI bagi ibu dan bayi, waktu pemberian ASI, serta prinsip menyusui yang benar dan belum mencakup aspek-aspek penting terkait proses laktasi, teknik menyusui, perlekatan, produksi ASI tidak optimal, nyeri puting, payudara bengkak, ibu bekerja, maupun kondisi khusus ibu dan bayi serta upaya meningkatkan breastfeeding *self-efficacy* ibu. Kondisi ini berdampak pada rendahnya keyakinan ibu hamil terhadap kemampuannya untuk berhasil menyusui bayinya. Berdasarkan latar belakang tersebut, tim bermaksud melaksanakan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat berupa implementasi konseling menyusui pada masa kehamilan sebagai upaya meningkatkan breastfeeding *self-efficacy* pada masa laktasi.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan secara langsung oleh Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang dengan melibatkan Bidan Koordinator Puskesmas Dukuhklopo. Kegiatan dilaksanakan di kelas ibu hamil pada tanggal 10 Juli 2025 sampai dengan tanggal 9 Oktober 2025 di Puskesmas Dukuhklopo Kabupaten Jombang. Peserta kegiatan adalah ibu hamil trimester III dengan usia kehamilan >30 minggu sebanyak 20 orang. Bentuk kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini yaitu melakukan implementasi konseling menyusui sebanyak 2 kali pada masa kehamilan secara tatap muka. Kegiatan dilakukan melalui 4 tahap yaitu tahapan pertama persiapan dan sosialisasi, tahapan kedua pelaksanaan kegiatan terdiri dari identifikasi karakteristik responden, pengisian kuesioner *pre-test Breastfeeding Self-Efficacy Scale-Short Form* (BSES-SF) pada masa kehamilan sebelum dilakukan konseling menyusui, implementasi konseling menyusui setiap responden 2 kali selama hamil secara tatap muka serta pengisian kuesioner *post-test Breastfeeding Self-Efficacy Scale-Short Form* (BSES-SF) pada masa laktasi setelah dilakukan konseling menyusui, tahapan ketiga monitoring dan evaluasi serta tahapan ke empat penulisan laporan. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner *Breastfeeding Self-Efficacy Scale-Short Form* (BSES-SF). Analisis data yang digunakan menggunakan analisis data kuantitatif dengan uji *Wilcoxon Sign Rank Test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat yang dilakukan melalui konseling laktasi sebagai upaya peningkatan *Breastfeeding Self-Efficacy* pada awal laktasi memiliki sasaran yaitu ibu hamil dengan usia kehamilan >30 minggu. Jumlah ibu hamil yang hadir dalam sosialisasi dan konseling laktasi sebanyak 20 orang. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 12 Juli 2025 di Aula Puskesmas Dukuhklopo Kabupaten Jombang. Ibu hamil yang hadir dalam konseling laktasi sebagai upaya peningkatan *Breastfeeding Self-Efficacy* memiliki karakteristik yang akan ditunjukkan pada tabel 1.

Tabel 1
Karakteristik Ibu Hamil

Variabel	Σ	(%)
Umur ibu		
20 – 35 tahun	3	15
<20 – > 35 tahun	17	85
Pendidikan		
Dasar (SD – SLTP)	6	30
Menengah (SLTA)	9	45
Perguruan Tinggi	5	25
Pekerjaan		
Bekerja	9	45
Tidak bekerja	11	55
Paritas		
Primipara	12	60
Multipara	8	40

Sumber: Data Primer Diolah, 2025

Tabel 2
Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test Breastfeeding Self-Efficacy*

Keterangan	Mean	Std. Deviasi	95% CI	
			Lower	Upper
Pre – Post Test	56.1	8.352	9.69	16,47

Sumber: Data Primer Diolah, 2025

Dari tabel 1 dapat terlihat bahwa mayoritas ibu hamil memiliki usia 20 – 35 tahun (85%), lulusan SMA dengan persentase (45%), tidak bekerja (55%), dan paritas primipara (60%). Kegiatan pertama adalah persiapan dan sosialisasi, dilanjutkan kegiatan kedua identifikasi karakteristik responden dan pengisian kuesioner *pre-test Breastfeeding Self-Efficacy Scale-Short Form* (BSES-SF).

Berdasarkan data pada table 2 didapatkan nilai *mean breastfeeding self-efficacy* sebelum dan setelah dilakukan konseling laktasi adalah 56,1. Kegiatan yang sama dilakukan di Bandung dengan berfokus pada dukungan bidan terhadap *breastfeeding self-efficacy* di masa awal laktasi namun didapatkan hasil yang berbeda. Pada studi tersebut, peningkatan skor *breastfeeding self-efficacy* relatif kecil, dengan selisih rata-rata peningkatan hanya sekitar 5 poin dibandingkan skor awal (Handayani dkk., 2022).

Breastfeeding Self-Efficacy (BSE) adalah keyakinan diri seorang ibu pada kemampuannya untuk menyusui atau memberikan ASI pada bayinya (Yuliani dkk., 2025). Pemberian konseling laktasi yang sudah diberikan sejak antenatal membantu kesiapan ibu dalam menyusui pada periode postpartum. Wati dkk. (2025) menyatakan bahwa pemberian konseling laktasi berpengaruh terhadap keyakinan diri dan keberhasilan menyusui. Pemberian konseling laktasi selama antenatal berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap ibu dalam menyusui (Yuliani dkk., 2025). Sedangkan periode postpartum merupakan periode transisi untuk mencapai peran sebagai seorang ibu, praktek menyusui yang dilakukan saat masa postpartum memungkinkan ibu memiliki pengalaman secara langsung untuk menyusui dan menjadi pemicu bagi ibu untuk mencari tahu cara perawatan bayi yang baik termasuk dalam hal menyusui.

SIMPULAN

Implementasi konseling laktasi pada ibu hamil usia kehamilan >30 minggu yang dilakukan secara tatap muka sebanyak 2 kali menunjukkan adanya peningkatan *Breastfeeding Self-Efficacy* pada awal laktasi. Berdasarkan hasil tersebut, disarankan untuk peserta dapat melakukan konseling laktasi secara berkelanjutan selama masa laktasi, minimal 4 kali melalui *home visit* atau online dengan konselor laktasi. Selain itu, Puskesmas Dukuhklopo dapat mengikuti pelatihan bersertifikat bagi bidan setempat atau melakukan kerjasama dengan Klinik Prima Wiyata Health yang telah memiliki 3 konselor laktasi, sehingga layanan konseling menyusui dapat berjalan lebih optimal dan berkesinambungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. (2024). *Persentase Bayi Usia Kurang dari 6 Bulan Yang Mendapat Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif*. Badan Pusat Statistik.
- Doko, T. M., Aristiati, K. & Hadisaputro, S. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Oleh Suami Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(2), 66–86. <https://doi.org/10.31539/jks.v2i2.529>.
- Ekayanthi, N. W. D., & Besral, B. (2024). Research Trends On Self-Efficacy In Breastfeeding Mothers During 2000-2023: A Bibliometric Analysis. *Turkish Archives Of Pediatrics*, 59(5), 440–448. <https://doi.org/10.5152/turkarchpediatr.2024.24160>.
- Emilda A. S, Fazdria, & Dewi, S. (2023). Hubungan Peran Konselor Laktasi Dalam Konseling Menyusui Terhadap Keberhasilan Ibu Memberikan ASI Eksklusif. *Femina: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 3(2), 223–230. <https://doi.org/10.30867/femina.v3i2.481>.
- Handayani, I., Supliyani, E., & Suhartika. (2022). Implementasi Dukungan Bidan Dalam Meningkatkan Breastfeeding Self Efficacy Masa Awal Laktasi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan Indonesia*, 1(1), 8-14.
- Purnamasari, K. D., & Hindiarti, Y. I. (2021). Metode Pijat Oksitosin, Salah Satu Upaya Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Postpartum. *JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis's Health Journal)*, 7(2), 1–8. <https://doi.org/10.33653/jkp.v7i2.517>.
- UNICEF. (2021). *UNICEF Annual Report 2021 Protecting Child Rights In A Time Of Crises*. <https://www.unicef.org/reports/unicef-annual-report-2021>.
- Dwi Retno Wati, D. R., Sumini, G. T., Lilis Suryani, L., & Sari, W. A. (2025). Pengaruh Pemberian Konseling ASI Eksklusif Terhadap Efikasi Diri Ibu Menyusui. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(2), 25360-25368.
- World Health Organization. (2023). *Infant And Young Child Feeding: Key Facts*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>.

- Yuliani, Retno, D., Amalia, R., Hapasri, W., Aini, F. N., & Winarso, S. P. (2025). Brestfeeding Self-Efficacy: Tinjauan Aspek Kognitif dan Psikologis Ibu Hamil dan Suami. *Jurnal Sains Kebidanan*, 7(1), 31–39.
- Zahra, T., & Puspitasari, Y. (2024). Faktor -Faktor Penyebab Gagalnya Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Kesehatan Abdurahman*, 13(1), 36–43.
<https://doi.org/10.55045/jkab.v13i1.194>.