

EFEKTIVITAS EDUKASI ASI DENGAN VISUALISASI PRAKTIK TERHADAP KESIAPAN MENYUSUI PADA IBU HAMIL

*The Effectiveness of Breastmilk Education with Visual Practice on
Breastfeeding Readiness for Pregnant Mother*

Risna Dewi Yanti^{1*}, Maya Astuti^{1**}, Enung Harni Susilawati^{1***}

¹Program Studi Kebidanan Bogor, Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung

*risnadewi@staff.poltekkesbandung.ac.id, **maya@staff.poltekkesbandung.ac.id,

***enung@staff.poltekkesbandung.ac.id

ABSTRACT

Variation of programs and strategies have been developed by the government to socialize the importance of exclusive breastmilk to mothers and families. One of them is through the pregnancy class in some integrated healthcare centers. However, it is not enough to increase the readiness of mothers to breastfeed their kids. Interesting media and methods that have longer memory retention are needed to deliver the information about breastmilk. One of the method is visual practice, which deliver information through the combination of narration, video, pictures, symbols, analogical stuff and practice. The objective of this aim of this research is to discover the effectiveness of visual practice education on the breastfeeding readiness of pregnant mothers. This research is quantitative research with quasi experiment design, The research used two group pre-test post-test approach. The research was located in Bogor with 20 pregnant mothers in each group as the sample of this research. The data are collected with the breastfeeding readiness questionnaire that was given before and after the intervention is done. Bivariate analysis was done is Mann Whitney. The result found that there is a significant difference in breastfeeding readiness ($p < 0,05$). It is recommended to use this method as one of the methods to promote lactation health preparation.

Keywords: education, visual practice, breastmilk

ABSTRAK

Berbagai program dan strategi telah dikembangkan oleh pemerintah untuk mensosialisasikan pentingnya asi eksklusif kepada ibu dan keluarga. Salah satunya melalui kelas ibu hamil di posyandu dan puskesmas. Namun, belum cukup untuk meningkatkan kesiapan ibu untuk menyusui bayinya. Diperlukan media dan metode yang menarik dan memiliki retensi memori yang lama dalam penyampaian informasi tentang ASI. Salah satunya dengan metode visualisasi praktik, yaitu menyampaikan informasi melalui kombinasi ceramah, video, gambar, simbol, barang analogi dan praktik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas edukasi visualisasi praktik terhadap kesiapan menyusui pada ibu hamil. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *quasi eksperiment*, Penelitian ini menggunakan pendekatan rancangan *two group pre-test post-test*. Tempat penelitian ini di kabupaten Bogor dengan sampel ibu hamil sejumlah 20 orang pada masing-masing kelompok. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuisioner kesiapan menyusui yang diberikan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Analisis bivariat dilakukan uji Mann Whitney Hasilnya, terdapat perbedaan kesiapan menyusui yang signifikan ($p < 0,05$). Rekomendasi, agar metode ini bisa digunakan sebagai salah satu metode promosi kesehatan persiapan laktasi.

Kata kunci : edukasi, visualisasi praktik, ASI

PENDAHULUAN

Berdasarkan laporan kesehatan keluarga kabupaten/kota sampai dengan September tahun 2018, jumlah kematian bayi tahun 2018 sebanyak 2.368 kasus, menurun dibandingkan tahun 2017 (2.686 kasus) pada periode laporan yang sama. Kematian bayi, 75% terjadi pada saat neonatal (0-28 hari), 25% pada usia post neonatal (29 hari - 11 bulan). Penyebab kematian bayi, masih didominasi oleh 35% BBLR, 25% Asfiksia, 25% penyebab lain-lain, sisanya 10% kelainan bawaan, dan 5% pneumonia.¹

Menghadapi hal tersebut, maka dibutuhkan suatu program yang dapat membantu menurun AKB. Salah satunya dengan meningkatkan daya tahan tubuh bayi dan menjaga nutrisi melalui pemberian air susu ibu (ASI) secara eksklusif. ASI merupakan nutrisi yang sangat penting bagi bayi. Salah satu indikator keluarga sehat adalah memberikan ASI eksklusif pada bayi selama 6 bulan. Salah satu program yang sedang dikembangkan yaitu adanya kelas ibu di posyandu dan puskesmas. Persentase puskesmas yang melaksanakan kelas ibu Provinsi Jawa Barat tahun 2018 sebesar 98,96%. Artinya hampir 100% puskesmas di Kabupaten/Kota melaksanakan kelas ibu. Jumlah kelompok kelas ibu tersebar di 27 Kabupaten/Kota yaitu 21.151 kelompok, namun persentase ibu hamil mengikuti kelas ibu masih kecil yaitu 37,59%.¹

Banyak faktor yang menjadi penyebab rendahnya persentase kehadiran ibu pada kelas ibu hamil. Ditemukan data bahwa faktor yang mempengaruhi motivasi ibu datang ke kelas ibu antaralain pengetahuan ibu, waktu pelaksanaan yang berbenturan dengan kegiatan ibu (mengantar anak sekolah, kerja atau merapikan urusan rumah tangga), dan dukungan suami²

Terkait dengan motivasi dan kendala yang dihadapi tersebut, maka penyampaian materi di kelas ibu

haruslah dibuat lebih menarik, singkat dan memiliki retensi memori jangka panjang. Salah satunya adalah memanfaatkan media visualisasi informasi yang dipadukan dengan metode praktik. Dengan teknik ini maka ibu hamil dapat memiliki gambaran secara nyata dan utuh tentang informasi menyusui.

Media visualisasi memiliki banyak kelebihan seperti menghadirkan gambaran yang lebih kongkrit, mampu menjelaskan materi yang rumit, mempersingkat penjelasan dan memiliki kemampuan untuk diingat dalam jangka waktu yang lama. Hal ini sangat penting karena informasi persiapan menyusui sudah harus diberikan sejak kehamilan, atau tidak mendadak saat persalinan. Sehingga masih dibutuhkan waktu beberapa minggu atau bulan lagi untuk ibu menerapkan informasi tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian di India yang menemukan bahwa konseling pada ibu hamil TM II dapat meningkatkan persepsi positif tentang menyusui.³

Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti efektifitas media dan metode kesiapan menyusui melalui visualisasi praktik dengan judul “Efektivitas Edukasi ASI dengan Visualisasi Praktik Terhadap Kesiapan Menyusui Pada Ibu Hamil”.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *quasi eksperiment*, Penelitian ini menggunakan pendekatan rancangan pre and post test with control, yaitu dengan memberikan intervensi edukasi visualisasi praktik ASI pada kelompok intervensi dan hasilnya dibandingkan dengan kelompok kontrol yaitu kelompok yang tidak diberikan Edukasi ASI dengan *Visualisasi praktik*. yang dilakukan wilayah kabupaten bogor pada bulan Maret -september 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan dari subjek penelitian yaitu

seluruh Ibu hamil di kota bogor. Perhitungan jumlah sampel menggunakan rumus uji penelitian analitis numerik tidak berpasangan sampel minimal penelitian sebelumnya sehingga diperoleh jumlah sampel 20 orang subjek tiap kelompok . Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *purposive sampling* yaitu ibu hamil yang sehat jasmani dan rohani, usia kehamilan trimester 2 dan 3 .

Variabel bebas dalam penelitian ini ada edukasi visualisasi praktik dan variabel terikatnya adalah kesiapan menyusui. Pada kelompok kontrol maupun intervensi , prosedur pengumpulan data dilakukan melalui pretest dan posttest.. Pada kelompok intervensi dilakukan edukasi ASI dengan visualisasi praktik sebanyak 3 kali pertemuan dengan durasi 1 jam dan interval 1 minggu. Pada kelompok kontrol diberikan penyuluhan tentang ASI dalam bentuk kelas besar, sebanyak 3 kali pertemuan dengan durasi 1 jam.. Penerapan prinsip keadilan pada kelompok kontrol adalah dengan memberikan materi penyuluhan yang sama dengan materi kelompok intervensi dan pada akhir penelitian

diberikan juga buku “Aku Siap Memberikan ASI”

Pada instrumen penelitian dilakukan Uji validitas dan reliabilitas dengan hasil dinyatakan valid, dan reliabel.⁴ Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui perbandingan antara variabel independen dengan dependen, yaitu peningkatan kesiapan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.⁵ Langkah pertama adalah mencari rata-rata kesiapan kedua kelompok. Setelah itu akan dilakukan uji t-dependent dan wilcoxon untuk melihat perbedaan rata-rata kesiapan menyusui sebelum dan setelah perlakuan, dan Mann Whitney untuk mengetahui pengaruh Edukasi Visualisasi terhadap kesiapan menyusui. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari komite etik penelitian Poltekkes Bandung.

HASIL

Karakteristik Responden

Karakteristik responden (subjek penelitian) yang diamati terdiri dari usia, pendidikan dan pekerjaan.

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik	Klp Intervensi n= 20	Klp Kontrol n= 20	Total N = 40	Persentase (%)
Usia				
< 20 th	0	0	0	0
20-35 th	20	20	40	100
>35 th	0	0	0	0
Pekerjaan				
Bekerja	4	4	8	20
IRT	16	16	32	80
Pendidikan				
SD	2	3	5	12,5
SMP	6	8	14	35
SMA	10	7	17	42,5
PT	2	2	4	10

Kesiapan Menyusui Pada Ibu Hamil
Gambaran kesiapan menyusui
pada ibu hamil dikelompokkan

berdasarkan tujuan penelitian dengan
sebaran sebagai berikut:

Tabel 2. Gambaran Kesiapan Menyusui pada ibu hamil

Kelompok	Intervensi N= 20		Kontrol N= 20	
	Sebelum	Sesudah*	Sebelum	Sesudah
Mean	22,0	27,55	21,4	22,75
SD	2,9	2,2	2,54	2,46
Median		27		
Minimum-maksimum		24-35		

Ket : *distribusi data tidak normal

Berdasarkan tabel 2 diketahui
bahwa terdapat peningkatan kesiapan
menyusui pada ibu hamil setelah

diberikan edukasi ASI dengan
visualisasi praktik dengan rerata yang
semula 22,0 menjadi 27,55.

**Tabel 3. Hasil Analisis Perbedaan Peningkatan Kesiapan Menyusui ibu hamil pada
Kelompok Intervensi dan Kontrol**

Kelompok	N	Median (nilai minimum - maksimum)	p*
Peningkatan Kelompok intervensi	20	5 (2-12)	0,000
Peningkatan Kelompok kontrol	20	1(0-4)	

*uji Mann Whitney

Dari hasil analisis dengan
menggunakan uji Mann Whitney
didapatkan hasil terdapat perbedaan
rerata kesiapan menyusui ibu hamil
pada kelompok kontrol dan intervensi
dengan nilai $p = 0,000$.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Berdasarkan tabel 1 diketahui
bahwa karakteristik responden kedua
kelompok tidak memiliki perbedaan
yang signifikan. karakteristik responden
penelitian seluruhnya berada dalam
usia reproduksi yaitu 20-35 tahun.
Adapun tingkat pendidikan sebagian
besar lulusan sekolah menengah atas
sebanyak 42,5%.

Usia Ibu

Berdasarkan hasil penelitian
tidak ditemukan perbedaan usia yang
signifikan pada kedua kelompok. Usia
adalah satuan waktu yang mengukur
waktu keberadaan suatu benda atau
makhluk, baik yang hidup maupun yang
mati.Usia juga bisa diartikan sebagai
lama hidup atau sejak dilahirkan. Usia
mempengaruhi bagaimana cara
seseorang berfikir dan bersikap,
semakin bertambah usia semakin
mudah mencerna informasi yang
didapatnya, terkecuali pada usia lanjut.
Biasanya semakin dewasa maka
seseorang semakin memahami suatu
informasi yang sebenarnya. Sehingga
seseorang dapat meningkatkan
kematangan mental dan intelektual
sehingga dapat membuat keputusan
yang lebih bijaksana dalam bertindak. ⁶

Pada kelompok penelitian ini
rata-rata usia responden sudah masuk

dalam kategori dewasa dan memiliki kemampuan menyerap informasi yang sama dalam segi usia. Artinya semua responden dapat menerima media informasi yang diberikan sebagai pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan mereka.

Pekerjaan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok ibu bekerja dan ibu rumah tangga.. Ketika bekerja sebagian besar ibu tidak mempunyai waktu untuk menyimpan perasaan negatif karena harus memikirkan pekerjaan yang harus diselesaikan tepat waktu. Ibu rumah tangga mempunyai waktu yang lebih fleksibel, sehingga dapat mengatur waktu kapan untuk menerima informasi/belajar dan kapan waktu untuk mengurus rumah tangga. Media pendidikan kesehatan pada penelitian ini diberikan didalam buku "Aku Siap Memberikan ASI" untuk kelompok intervensi dan leaflet untuk kelompok kontrol. Kedua media ini dapat dibawa kemana saja, sehingga baik ibu bekerja atau ibu rumah tangga dapat sama-sama bisa mengakses informasi tentang ASI kapanpun ibu menginginkannya.

Pendidikan

Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat perbedaan tingkat pendidikan pada kedua kelompok penelitian. Sebagian besar responden sudah memiliki tingkat pendidikan menengah atas, yang artinya sudah memenuhi kriteria pendidikan minimal. Menurut Notoadmojo seseorang dengan pendidikan setingkat SMP-SMA (menengah) cukup untuk menerima suatu informasi dengan baik. Keberhasilan pendidikan kesehatan dipengaruhi oleh tingkat pendidikan karena pendidikan mempengaruhi cara pandang seseorang terhadap informasi baru yang diterimanya.

Semakin tinggi tingkat pendidikan, semakin besar tingkat kepedulian terhadap informasi

kesehatan, dengan pendidikan yang baik memberikan kepercayaan diri bagi ibu untuk menerapkan informasi kesehatan yang diterimanya. Media informasi yang ada didalam buku "Aku Siap Memberikan ASI" menggunakan bahasa yang sederhana (awam) dan disertai gambar-gambar sebagai ilustrasi (visual) dari narasi yang tertulis.

Kesiapan Menyusui pada ibu hamil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan (median) kesiapan menyusui pada kedua kelompok. Namun, peningkatan pada kelompok intervensi lebih besar yaitu dari 21 menjadi 27, dibandingkan pada kelompok kontrol 21,4 menjadi 22,75. Hasil analisis menunjukan bahwa perbedaan ini bermakna ($p < 0,05$).

Edukasi dapat diartikan sebagai suatu proses yang dilakukan dengan tujuan untuk mendidik, memberikan ilmu pengetahuan, mengembangkan potensi diri pada seseorang serta mewujudkan proses pembelajaran tersebut dengan baik. Edukasi dapat diberikan secara formal maupun non-formal baik kepada seseorang maupun berkelompok. Pada penelitian ini edukasi yang diberikan adalah bagaimana mempersiapkan diri ibu hamil untuk menyusui saat bayinya lahir. Tujuan edukasi ini adalah untuk meningkatkan kualitas pola pikir dan mengembangkan potensi yang terdapat pada ibu hamil terkait mempersiapkan diri untuk menyusui. Edukasi pada penelitian ini menggunakan teknik visualisasi yang memfungsikan organ penglihatan secara maksimal.

Media visualisasi dapat menimbulkan minat dari responden untuk melihat, mengerti dan medalami materi yang disampaikan. Visualisasi dapat menyalurkan pesan dari sumber (petugas kesehatan) ke penerima pesan (ibu hamil) atau disebut *receiver*.⁷ Pesan tersebut dituangkan dalam bentuk lambang, simbol-simbol atau analogi dalam komunikasi visual.

Pada pertemuan pertama penyampaian materi konsep dasar ASI secara visualisasi dengan menunjukkan benda-benda yang dianalogikan dengan materi tersebut.. saat menyampaikan kebutuhan ASI bayi baru lahir maka dijelaskan ukuran/kapasitas lambung bayi dengan analogi 4 macam benda, yaitu: kelereng kecil (hari pertama), kacang kemiri (hari kedua), jeruk bayi (hari ketiga) dan telur ayam (hari empat). Keempat benda ini mewakili bahwa bayi tersebut belum membutuhkan ASI dalam jumlah yang banyak tiap kali menyusui.⁸

Pada pertemuan kedua, materi yang disampaikan adalah teknik menyusui. Responden diperlihatkan video cara menyusui yang benar. Pada pertemuan ketiga materi yang disampaikan adalah praktik lancar ASI dengan menghadirkan boneka bayi dan peralatan menyusui seperti pompa, *tas/cold box*, *ice/cold pack*, termometer dan kantong serta botol penyimpan ASI. Masing-masing responden diminta untuk mempraktikkan semua yang sudah dicontohkan. Sebagian responden terlihat masih kaku dan malu, namun kemudian dibimbing sampai akhirnya bisa melakukannya.

Menurut penelitian studi prospektif pada 150 ibu hamil trimester II di India tentang efek konseling selama kehamilan terhadap keberhasilan ASI eksklusif, didapatkan hasil bahwa konseling lebih berhasil ASI eksklusif dibandingkan kelompok mandiri ($p < 0,05$).³ Edukasi dengan visualisasi dapat memperjelas pesan informasi yang disampaikan, memberikan variasi dalam proses edukasi, membantu retensi yaitu memudahkan responden untuk mengingat konsep materi yang dilihatnya, serta menghemat waktu dalam menjelaskan materi yang rumit. Tujuan lain dari visualisasi adalah mampu menampilkan sesuatu yang sudah dijelaskan dengan kata-kata, karena mampu menampilkan benda konkrit atau konsep visual, konsep spatial, hubungan gerakan antar bagian

pada saat menyusui, serta membandingkan benda dengan konsep.

Edukasi visualisasi praktik pada penelitian ini terbukti memberikan perubahan pengetahuan dan sikap pada responden. Hasil penelitian melaporkan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan yang baik menunjukan sikap yang positif dalam menyusui.⁹ Metode visual dapat memberikan persepsi yang positif terhadap pengetahuan.¹⁰ Visualisasi memberikan efek daya ingat yang lebih lama dibandingkan jika hanya mendengar, seperti pada metode ceramah. Hal ini sangat penting karena responden adalah ibu hamil yang masih memerlukan waktu beberapa minggu atau bulan lagi untuk melahirkan. Oleh karena itu salah satu cara untuk mempertahankan pengetahuan dan sikap ibu sampai melahirkan nanti, maka semua responden diberikan buku "Aku Siap Memberikan ASI".

Pada kelompok kontrol juga terjadi peningkatan sikap kesiapan menyusui, walaupun tidak terlalu banyak. Responden yang berhasil meningkat dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain tingkat intelegensi, minat, motivasi dan gaya belajarnya. Misalnya seseorang dengan metode belajar audio, maka akan menyerap informasi dengan cepat, walaupun tanpa disertai visualisasi dalam penyampaian materi. Kesiapan ibu dalam memberikan ASI harus dibentuk sejak hamil. Ibu yang tidak siap sampai masa melahirkan akan mengalami keinginan untuk menolak proses fisiologi dalam menyusui.^{11,12}

Salah satu usaha yang dapat dilakukan untuk mencegah ketidak siapan adalah dengan memberikan edukasi menyusui sedini mungkin. Ibu diberikan pemahaman secara bertahap dan berkesinambungan.^{13,14} ASI adalah susu yang diproduksi oleh manusia untuk konsumsi bayi dan merupakan sumber gizi utama bayi yang belum dapat mencerna makanan.¹² Ibu harus percaya bahwa dirinya bisa

memberikan ASI pada bayinya, dan percaya bahwa ASI nya tersebut mampu memenuhi kebutuhan bayinya, terutama pada awal kelahiran.

SIMPULAN

Simpulan pada penelitian ini adalah bahwa edukasi ASI dengan visualisasi praktik berpengaruh terhadap kesiapan menyusui pada ibu hamil dimana tingkat kesiapan ibu hamil setelah diberikan edukasi visualisasi ASI mengalami peningkatan.

Metode edukasi visualisasi praktik dalam rangka mempersiapkan ibu menyusui ini diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu metode dalam asuhan ibu hamil. Asuhan yang dimaksudkan adalah promosi kesehatan yang dapat diberikan dalam bentuk konseling, diskusi atau ceramah. Dapat diterapkan melalui posyandu, kelas ibu, praktik mandiri bidan dan di fasilitas kesehatan lainnya.

DAFTAR RUJUKAN

1. Balitbang Kemenkes RI. 2018. Riset Kesehatan Dasar, RISKESDAS. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI.
2. Emiyanti, M Zen R, Winarni Sri. 2017. Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Keikutsertaan Kelas Ibu Hamil Januari – Juli Tahun 2017 (Studi Di Kecamatan Muara Tembesi Kabupaten Batang Hari Provinsi Jambi). Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal) Volume 5, Nomor 4, Oktober 2017.
3. Tiwari Kamlesh, Neha Savarna, et al. 2018. A study on knowledge of breast feeding and effect of antenatal counseling on exclusive breast feeding in primigravida mothers. International Journal of Reproduction, Contraception, Obstetrics and Gynecology; Volume 7(8):3311-3315.
4. Sugiyono, 2017, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D, Bandung : CV Alfabeta
5. Dahlan, Sopiudin, 2014. Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan Edisi 6. Jakarta, Salemba Medika.
6. Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. Pendidikan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
7. Arsyad, Azhar. 2014. Media Pembelajaran. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
8. UNICEF. 2013. ASI adalah Penyelamat Hidup Paling Murah dan Efektif di Dunia Jakarta: UNICEF.
9. Vijayalakshmi Poreddi, T Susheela, et al. 2015. Knowledge, attitudes, and breast feeding practices of postnatal mothers: Across sectional survey. Int j Health Sci; Volume 9(4): 364–374.
10. Ghulam Shabiralyani1*, Khuram Shahzad Hasan2, et al. 2015. Impact of Visual Aids in Enhancing the Learning Process Case Research: District Dera Ghazi Khan. Journal of Education and Practice www.iiste.org; Volume.6(19) 226.
11. Infodatin. 2015. Situasi dan Analisis ASI eksklusif. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
12. Kartono K, 2006. Psikologi Wanita 1 Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa. Bandung : CV Mandar Maju
13. Yurtsal ZB (2015) The effects of antenatal parental breastfeeding education and counseling on the duration of breastfeeding, and maternal and paternal attachment. Integr Food Nutr Metab, 2015 doi: 10.15761/IFNM.1000134 Volume 2(4): 222
14. Handayani L, Kosnin AM, Jiar YK. (2012). Breastfeeding Education in Term of Knowledge and Attitude through Mother Support Group. Journal of Education and Learning. Vol.6 (1) pp. 65-72.
15. Astutik, R.Y. 2014. Payudara dan Laktasi. Jakarta: Salemba Medika.