

**Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode *Snow Balling*  
Terhadap *Breastfeeding Self Efficacy* Pada *Primigravida***

*The Effect Of Health Education Using The Snow Balling Method Against  
Breastfeeding Self Efficacy In Primigravida*

**Faizatul Ummah<sup>1</sup>, Ratih Indah Kartika Sari<sup>2</sup>, Lilin Turlina<sup>3</sup>, Nasehatu Sholehah<sup>4</sup>**  
<sup>1,2,3,4</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan  
Email: faizstikes@gmail.com

**ABSTRAK**

*Breastfeeding self efficacy (BSE)* merupakan keyakinan atau kepercayaan diri ibu akan kemampuannya untuk sukses dalam memberikan ASI eksklusif. Untuk mencapai keberhasilan menyusui, dibutuhkan suatu keyakinan yang kuat untuk dapat memberikan ASI secara eksklusif. Salah satu upaya yang dapat meningkatkan *Breastfeeding Self Efficacy (BSE)* adalah persuasi verbal yaitu penguatan atau saran yang diberikan orang lain yang berpengaruh dan menjadi sumber kekuatan bagi ibu misalnya edukasi oleh tenaga kesehatan. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode *Snow Balling* terhadap *Breastfeeding Self Efficacy* pada ibu *Primigravida*.

Desain penelitian eksperimental menggunakan pendekatan *Posstest Only Control Design*. Sampel yang diambil 32 ibu *Primigravida* yang terbagi menjadi 2 kelompok secara random. Pengambilan data menggunakan kuesioner BSES dan dianalisis menggunakan *Mann Whitney U Test* ( $\alpha < 0,05$ ).

Hasil penelitian menunjukkan lebih dari sebagian ibu *Primigravida* yang tidak diberikan pendidikan kesehatan memiliki BSE yang rendah (rata-rata skor BSES 12,5), dan hampir seluruhnya ibu *Primigravida* yang diberikan pendidikan kesehatan tentang laktasi dengan metode *snow balling* memiliki BSE tinggi (rata-rata skor BSES 20,5). Hasil uji statistik menunjukkan ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode *Snow Balling* terhadap *Breastfeeding Self Efficacy* pada ibu *Primigravida* ( $p = 0.004$ ).

Disarankan agar petugas kesehatan dalam memberikan pendidikan kesehatan tidak hanya menggunakan metode ceramah tetapi dengan metode lain yang lebih interaktif seperti *snow balling*.

**Kata kunci : Pendidikan kesehatan, *Snow Balling*, *Breastfeeding Self Efficacy*.**

**ABSTRACT**

*Self-efficacy of breastfeeding (BSE) is a mother's confidence in her ability to succeed in providing exclusive breastfeeding. To achieve successful care, it takes a strong place to be able to provide exclusive breastfeeding. One effort that can improve the Self-Efficiency of Breastfeeding (BSE) is verbal persuasion that is the support or advice given by others which is enhanced and becomes a source of strength for mothers issued by education by health workers.*

*The study aims to determine the effect of health education with the Snow Balling method on Breastfeeding Self Efficacy in Primigravida mothers.*

*The research design uses the Posttest Only Control Design approach. Samples were taken from 32 Primigravida mothers who were divided into 2 groups randomly. Retrieval of data using the BSES questionnaire and analyzed using the Mann Whitney U Test ( $\alpha < 0,05$ ).*

*The results showed that more than Primigravida mothers who were not given health education had a low BSE (average BSES score 12.5), and almost all Primigravida mothers who were given health education about lactation by the snow balling method had high BSE (average average BSES score 20.5). Statistical test results showed that there was an effect of health education with the Snow Balling method on Breastfeeding Self Efficacy in Primigravida mothers ( $p = 0.004$ ).*

*It is recommended that health workers in providing health education not only use the lecture method but with other more interactive methods such as snow balling.*

*Keywords: Health education, Snow Balling, Breastfeeding Self Efficacy.*

## **PENDAHULUAN**

Memberikan air susu ibu (ASI) kepada bayi melalui payudara ibu yang dimulai sejak lahir hingga berusia dua tahun memegang peran penting dalam pemberian nutrisi bagi bayi terutama pada awal kehidupannya. Selain bertujuan untuk memenuhi nutrisi, manfaat ASI sangat beragam antara lain sebagai salah satu sumber peningkatan daya tahan tubuh. Fungsi tersebut dapat ditemukan dalam kolostrum karena mengandung zat antibodi berupa IgA yang melindungi bayi dari bahaya infeksi maupun gangguan pencernaan. Pemberian ASI juga dapat meningkatkan kedekatan ikatan batin antara ibu dengan bayinya (Sri Purwanti, 2014).

WHO dan UNICEF menerapkan standar emas pemberian ASI bagi bayi dan balita, diantaranya adalah pemberian ASI eksklusif dari segera setelah bayi lahir sampai usia enam bulan dan dilanjutkan hingga berusia dua tahun. Demikian pula di Indonesia, melalui Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 450/MENKES/SK/VI/2004 tentang pemberian ASI Eksklusif menetapkan bahwa pemberian ASI eksklusif bagi bayi dimulai sejak bayi lahir sampai

selama 6 bulan dan pemberian ASI dilanjutkan sampai dengan anak berusia 2 tahun dengan pemberian makanan pendamping yang sesuai.

Namun demikian cakupan ASI eksklusif masih belum mencapai target yang diharapkan. Pada tahun 2016 cakupan pemberian ASI eksklusif di Dunia sebanyak 38% (WHO, 2016 dalam Saputra, 2016), di Indonesia 29,5% dan di Jawa Timur 31,3% (Kementrian Kesehatan RI, 2017), di Kabupaten Lamongan 73,3% (Dinas Kesehatan Lamongan, 2017), di Kecamatan Brondong sebanyak 22% (PKM Brondong, 2016). Survey awal yang dilakukan pada t 15 September 2018 di PMB Desa Moyoruti Kecamatan Brondong Kabupaten Lamongan didapatkan cakupan ASI eksklusif sebanyak 40%.

Banyak factor yang mempengaruhi cakupan ASI eksklusif masih rendah, antara lain factor predisposisi meliputi pengetahuan, keyakinan, kepercayaan, system nilai, dan factor pemungkian yaitu fasilitas pelayanan kesehatan, serta factor penguat yang meliputi dukungan keluarga, teman sebaya, tenaga kesehatan, tokoh masyarakat.

Keyakinan diri (*Self efficacy*) merupakan keyakinan diri individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan suatu tugas atau tindakan untuk mencapai suatu hasil yang sudah ditentukan (Bandura, 1977 dalam Ghufroon M, 2014). Keyakinan diri ibu untuk dapat menyusui (*breastfeeding self efficacy*) secara eksklusif menjadi faktor penting yang sangat berpengaruh terhadap lamanya pemberian ASI. Ibu harus memiliki keyakinan kuat untuk dapat memberikan ASI bagi bayinya sampai batasan waktu yang telah ditetapkan. *Breastfeeding self efficacy* tidaklah dapat dipisahkan dari keyakinan ibu dalam memilih tindakan pemberian ASI bagi bayinya. Bagi ibu primigravida selain identifikasi pengetahuan mengenai manajemen laktasi, identifikasi tingkat *Self efficacy* juga menjadi suatu hal penting yang mempengaruhi keputusan ibu untuk menyusui. Penelitian menyebutkan bahwa *Self efficacy* menjadi sebuah variabel penting dalam melakukan pengukuran terhadap proses inisiasi, durasi, dan eksklusivitas pemberian ASI pada bayi. Bagi ibu yang memiliki *Self efficacy* rendah cenderung untuk tidak memberikan ASI pada bayinya bila ia menemukan suatu hambatan dan mudah menggantinya dengan yang lain. Berbeda dengan ibu yang memiliki *self efficacy* tinggi, ketika mengalami kesulitan dan hambatan dalam menyusui ia akan berusaha dengan kuat untuk mengatasi hambatan

tersebut dan tetap bertahan untuk memberikan ASI kepada bayinya.

*Dennis* dalam penelitian Kurnianingtyas (2017) menyatakan bahwa *Self efficacy* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap proses menyusui terutama pada ibu yang baru pertama kali melakukan tindakan pemberian ASI tersebut. Untuk itu *Breastfeeding self efficacy* harus dibangun sejak masa kehamilan sehingga segera setelah bayi lahir ibu sudah siap untuk menyusui bayinya.

Hasil survey awal 15 September 2018 di PMB Desa Moyoruti Kecamatan Brondong Kabupaten Lamongan dengan menggunakan instrumen BSES menunjukkan 60% ibu hamil memiliki *breastfeeding self efficacy* tinggi dan 40% ibu hamil yang memiliki *breastfeeding self efficacy* rendah.

Banyak faktor yang dapat mempengaruhi *Breastfeeding self efficacy* antara lain adalah faktor pengalaman, bisa pengalaman keberhasilan menyusui sebelumnya, atau pengalaman orang lain yaitu dengan mengamati orang lain menyusui. Faktor lainnya adalah persuasi verbal, kondisi fisik dan kondisi emosional (Bandura, 1977 dalam Ghufroon M, 2014).

Persuasi verbal dapat berupa penguatan atau saran yang diberikan oleh orang lain yang berpengaruh dan menjadi sumber kekuatan bagi ibu misalnya oleh tenaga kesehatan atau kader kesehatan. Persuasi verbal dapat dijadikan sebagai upaya edukasi atau pendidikan kesehatan. Melalui pendidikan kesehatan tentang manajemen laktasi, ibu akan memiliki pengetahuan yang baik tentang bagaimana proses, cara atau langkah, maupun upaya-upaya untuk menunjang keberhasilan menyusui. Pengetahuan yang baik ini akan

memengaruhi keyakinan ibu dalam menyusui, sebagaimana hasil penelitian Pratama (2017) yang menyatakan ada korelasi antara pengetahuan dengan efikasi diri. Dengan demikian pendidikan kesehatan tentang manajemen laktasi akan berpengaruh terhadap *breastfeeding self efficacy* yang selanjutnya akan berpengaruh pula pada pemberian ASI eksklusif. Untuk mencapai hasil yang optimal dalam melakukan pendidikan kesehatan harus memilih metode dan media tertentu yang sesuai dengan sarannya, antara lain adalah jumlah sasaran. Metode pendidikan secara individual dapat menggunakan metode bimbingan, penyuluhan, dan wawancara. Metode pendidikan kesehatan pada kelompok dilihat dari jumlah anggota kelompoknya, apabila kelompok besar dapat menggunakan metode ceramah dan seminar, kelompok kecil seperti diskusi, curah pendapat, bola salju (*snow balling*). Sedangkan metode pendidikan massa dimana jumlah peserta sangat banyak maka dapat menggunakan pidato atau ceramah umum, simulasi, sinetron, tulisan majalah atau koran, *Billboard* (Notoatmodjo, 2012).

Metode *snow Balling* yaitu dengan membagi kelompok menjadi berpasang-pasangan kemudian mendiskusikan suatu masalah dan mencari kesimpulannya, kemudian setelah mendapatkan kesimpulan kelompok-kelompok kecil tersebut bergabung kembali dengan kelompok yang lain untuk diskusi bersama, kelompok-kelompok kecil memainkan peran dan simulasi. Metode *snow Balling* memiliki beberapa keunggulan antara lain sangat efektif untuk meningkatkan keaktifan peserta, melatih kerjasama

kelompok dalam berdiskusi, dan menumbuhkan rasa percaya diri. Namun demikian, masih banyak pendidikan kesehatan dilakukan secara konvensional seperti ceramah.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, perlu dilakukan penelitian tentang pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode *snow balling* terhadap *breastfeeding self efficacy* pada *i primigravida*.

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian adalah eksperimental yaitu penelitian yang dilakukan dengan memberikan perlakuan pada subjek penelitian (Budiman, 2011), dengan pendekatan *Posttest-Only Control Design*, dimana terdapat dua kelompok yaitu kelompok eksperimen (yang diberikan perlakuan) dan kelompok kontrol (yang tidak diberikan perlakuan). Kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dipilih secara random. (Sugiyono, 2017).

Populasi adalah ibu primigravida yang diperiksa di PMB Desa Moyoruti Kecamatan Brondong Kabupaten Lamongan, dengan sampel berjumlah 32 orang yang terbagi menjadi kelompok perlakuan dan kelompok kontrol secara random. Variable yang diukur adalah tingkat *breastfeeding self efficacy* pada kedua kelompok. Kelompok perlakuan diberikan pendidikan kesehatan tentang manajemen laktasi dengan metode *snow balling*. Data diambil menggunakan kuesioner BSES dan di analisis dengan uji Mann Whitney ( $\alpha < 0,05$ ).

## HASIL PENELITIAN

### 1) Data Umum

Data umum terdiri dari karakteristik responden meliputi

Umur, Pendidikan, Usia kehamilan, dan Pekerjaan.

(1) Distribusi Umur

Tabel 4.1 Distribusi Umur Ibu Primigravida di PMB Desa Moyoruti Kecamatan Brondong Kabupaten Lamongan

Usia (tahun)	Kelompok kontrol		Kelompok perlakuan	
	f	%	f	%
< 20	3	18.8	1	6.2
20-35	13	81.2	15	93.8
Total	16	100	16	100

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa baik kelompok control maupun kelompok perlakuan, hampir seluruhnya berusia antara 20-35 tahun. Kelompok control (81.2%) dan kelompok perlakuan (93.8%) berusia antara 20 -35 tahun.

(2) Distribusi Pendidikan

Tabel 4.2 Distribusi Pendidikan Ibu Primigravida di PMB Desa Moyoruti Kecamatan Brondong Kabupaten Lamongan

Tingkat Pendidik an	Kelompok kontrol		Kelompok perlakuan	
	f	%	f	%
SMP	3	18.8	0	0.0
SMA	12	75.0	13	81.2
PT	1	6.3	3	18.8
Total	16	100	16	100

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui bahwa sebagian besar kelompok kontrol berpendidikan SMA (75.0%) dan sebagian kecil berpendidikan tinggi (6.3%). Sedangkan pada kelompok perlakuan hampir seluruhnya berpendidikan SMA (81.2%) dan sebagian kecil berpendidikan tinggi (18,8%).

(3) Distribusi Usia Kehamilan

Table 4.3 Distribusi Usia Kehamilan Ibu Primigravida di Desa

Moyoruti Kecamatan Brondong Kabupaten Lamongan.

Usia Kehamilan (minggu)	Kelompok kontrol		Kelompok perlakuan	
	f	%	f	%
28-31	7	43.8	9	56.3
32-35	6	37.5	4	25.0
36-39	3	18.8	2	12.5
≥40	0	0.0	1	6.3
Total	16	100	16	100

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa distribusi usia kehamilan kelompok kontrol hamper sebagian berusia 28-31 minggu (43.8%) dan sebagian kecil berusia 36-39 minggu (18.8%). Sedangkan pada kelompok perlakuan lebih dari sebagian berusia 28-31 minggu (56.3%) dan sebagian kecil berusia ≥40 minggu (6.3%).

(4) Distribusi Pekerjaan

Tabel 4.4 Distribusi Pekerjaan Ibu Primigravida di Desa Moyoruti Kecamatan Brondong Kabupaten Lamongan

Pekerja an	Kelompok kontrol		Kelompok perlakuan	
	f	%	f	%
Tidak bekerja (IRT)	11	68.8	12	75.0
Swasta	5	31.2	4	25.0
Total	16	100	16	100

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bahwa sebagian besar ibu primigravida baik kelompok control maupun kelompok perlakuan tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga, yaitu kelompok control (68.8%) dan kelompok perlakuan bekerja (75.0%).

2) Data Khusus

1) *Breastfeeding Self Efficacy* Pada Kelompok Kontrol

Tabel 4.5 Tingkat *Breastfeeding Self Efficacy* Pada Ibu *Primigravida*

Yang Tidak Diberikan Pendidikan Kesehatan di PMB Desa Moyoruti Kecamatan Brondong Kabupaten Lamongan

Tingkat BSE	f	%
Tinggi	6	37,5
Rendah	10	62,5
Total	16	100

Tabel 4.5 menunjukkan bahwa ibu *Primigravida* yang tidak diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar memiliki BSE rendah (62,5%).

### 2) *Breastfeeding Self Efficacy* Pada Kelompok Perlakuan

Tabel 4.6 Tingkat *Breastfeeding Self Efficacy* Pada Ibu *Primigravida* Yang Diberikan Pendidikan Kesehatan Dengan Metode *Snow Balling* di PMB Desa Moyoruti Kecamatan Brondong Kabupaten Lamongan

Tingkat BSE	f	%
Tinggi	14	87,5
Rendah	2	12,5
Total	16	100

Tabel 4.6 menunjukkan hampir seluruhnya ibu *primigravida* yang diberikan pendidikan kesehatan dengan metode *snow balling* memiliki *Breastfeeding Self Efficacy* tinggi (87,5%).

### 3) Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode *Snow Balling* Terhadap *Breastfeeding Self Efficacy* Pada Ibu *Primigravida*

Tabel 4.7 Hasil Analisis Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode *Snow Balling* Terhadap *Breastfeeding Self Efficacy* Pada Ibu *Primigravida* Di PMB Desa Moyoruti Kecamatan Brondong Kabupaten Lamongan

Tingkat BSE	N	Mean	Sum Of Ranks
BSE kelompok perlakuan	16	20,5	328
BSE kelompok kontrol	16	12,5	200
$Z = -2.875$		$P = .004$	

Tabel 4.7 menunjukkan nilai Uji *Mann Whitney U* adalah .004 ( $P < 0,05$ ), hal ini dapat diartikan bahwa secara statistic pendidikan kesehatan dengan metode *Snow Balling* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *Breastfeeding Self Efficacy* ibu *Primigravida*.

## PEMBAHASAN

### 1) *Breastfeeding Self Efficacy* Pada Kelompok Kontrol

Berdasarkan tabel 4.1 bahwa sebagian besar ibu *primigravida* yang tidak diberikan pendidikan kesehatan memiliki *Breastfeeding Self Efficacy* rendah (62,5%). Terdapat beberapa factor yang kemungkinan mempengaruhi rendahnya *Breastfeeding Self Efficacy* ibu *primigravida* antara lain umur, pendidikan, usia kehamilan, dan pekerjaan.

Dari diagram 4.3 diketahui bahwa hampir seluruhnya ibu *primigravida* yang tidak diberikan pendidikan kesehatan berusia 20 – 35 tahun. Melihat dari usianya, seharusnya ibu *primigravida* sudah memiliki tingkat kedewasaan serta kepercayaan diri yang cukup. Faktor tersebut diatas dapat dibenarkan atau didukung oleh teori Wahid, dkk (2007 & 2011) yang menyebutkan bahwa aspek fisik dan psikologis (mental), akan berubah sesuai dengan bertambahnya umur seseorang. Perubahan pada fisik terjadi akibat pematangan fungsi organ dan pada aspek psikologis atau mental, taraf berfikirnya akan semakin matang dan dewasa, matang

dalam berfikir dan bekerja. Namun pendapat di atas berlawanan dengan informasi yang disampaikan oleh Jamaluddin (2018) menyatakan bahwa umur tidak bisa dijadikan sebagai ukuran kedewasaan atau kematangan emosional seseorang. Karena kematangan emosional ini sebenarnya berkembang erat kaitannya dengan pengalaman hidup. Semakin banyak pengalaman yang ia dapatkan, maka kematangan emosionalnya juga akan berkembang. Oleh karena subyek penelitian ini adalah ibu yang baru hamil pertama kalinya (*primigravida*), maka ia belum memiliki pengalaman menyusui berbeda dengan ibu yang sudah memiliki pengalaman menyusui, keberhasilan menyusui pada kehamilan sebelumnya merupakan pengalaman yang berharga bagi ibu dan akan menumbuhkan keyakinan yang tinggi bagi ibu untuk dapat menyusui bayinya secara eksklusif pada kehamilan berikutnya.

Diagram 4.2 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu *primigravida* berpendidikan SMA dan sebagian kecil berpendidikan SMP. Tingkat pendidikan mempengaruhi persepsi individu dalam mengambil keputusan dan bertindak. Tingkat pendidikan juga memiliki peran dalam menentukan kemampuan individu menyerap dan memahami informasi yang diperoleh. Seseorang yang berpendidikan lebih tinggi cenderung memiliki dorongan yang lebih tinggi pula untuk mencari informasi yang banyak tentang hal-hal yang dibutuhkan dari berbagai macam sumber, baik dari orang lain secara langsung, online maupun dari media masa. Pada dasarnya, dengan pendidikan formal yang tinggi akan memberikan kemampuan individu

dalam menghadapi masalah hidup yang kemudian akan berdampak pada proses pematangan terhadap suatu pandangan tertentu termasuk dalam hal menyusui. Demikian pula sebaliknya, maka ibu *primigravida* yang berpendidikan hanya sampai tingkat SMA cenderung memiliki pengetahuan yang lebih rendah karena kemampuan daya serap terhadap informasi yang ia peroleh cukup terbatas. Sedangkan pengetahuan seseorang tentang manajemen menyusui akan mempengaruhi keyakinan dirinya dalam menyusui. Hal ini didukung hasil penelitian Dennis (2011) dan Wardani (2012) bahwa perempuan yang memiliki pendidikan lebih tinggi memiliki skor *Breastfeeding Self Efficacy* yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan yang pendidikannya rendah.

Pada diagram 4.4, sebagian besar ibu *primigravida* tidak bekerja. Notoatmodjo dalam Ramadhan (2017) mengatakan bahwa seseorang yang bekerja akan melakukan interaksi dengan orang lain, memperoleh informasi, pengetahuan dan pengalaman. Seseorang yang bekerja akan memiliki akses informasi yang lebih baik. Melalui proses interaksi ini akan cenderung saling bertukar berbagai macam informasi, bertukar pendapat dan berbagi pengalaman dengan teman kolega yang lain termasuk dalam hal menyusui sehingga secara otomatis akan menambah pengetahuan dan meningkatkan kepercayaan diri seseorang untuk dapat melakukan kegiatan yang sama dengan orang lain.

2) *Breastfeeding Self Efficacy* Pada Kelompok Perlakuan.

Berdasarkan tabel 4.2 hampir seluruhnya ibu *primigravida* memiliki *Breastfeeding Self Efficacy* tinggi (87,5%). Hal ini kemungkinan didukung oleh usia kehamilan ibu.

Dari diagram 4.3 diketahui bahwa usia kehamilan ibu *primigravida* sebagian besar berusia  $\geq 28$  minggu yang berarti ibu sudah memasuki kehamilan trimester ketiga. Pada masa ini, biasanya ibu sudah pernah mendapat informasi sebelumnya terkait menyusui secara individu atau kelompok pada saat ibu memeriksakan kehamilannya atau saat mengikuti kelas hamil. Disamping itu pula pada akhir kehamilan banyak ibu hamil yang mulai mempersiapkan diri untuk dua peristiwa besar yaitu melahirkan dan menyusui bayinya. Ibu mulai mempersiapkan diri dengan mencari informasi untuk menambah pengetahuan dan pemahaman tentang proses melahirkan dan menyusui. Pengetahuan ibu tentang menyusui dapat menjadi faktor pendukung kepercayaan diri ibu *primigravida* untuk menyusui. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Dennis (2011) dalam Wardani (2012) bahwa kebiasaan menyusui sangat berkaitan erat dengan waktu (lamanya) ibu untuk membuat keputusan dalam hal menyusui bayinya. Ibu yang mengambil keputusan untuk menyusui lebih awal dan tidak mengalami kebingungan memiliki kecenderungan menyusui yang lebih panjang dan lebih baik dibandingkan dengan ibu yang mengalami pertentangan dalam mengambil keputusan untuk menyusui. Dengan demikian ibu yang sudah mendapatkan informasi tentang menyusui akan cenderung

mempersiapkan baik secara fisik maupun psikis untuk dapat menyusui secara eksklusif sehingga *Breastfeeding Self Efficacy* akan tinggi.

Semakin sering ibu mendapatkan informasi tentang menyusui baik dari tenaga kesehatan maupun yang lainnya maka akan semakin banyak pula pengetahuan dan pemahaman tentang menyusui yang dimiliki. Pendidikan kesehatan juga memiliki peranan penting terhadap keyakinan ibu *primigravida* dalam hal menyusui karena dengan pendidikan kesehatan ibu akan memiliki pengetahuan yang baik tentang menyusui, yang pada akhirnya akan meningkatkan keyakinan diri ibu untuk menyusui. Hal ini relevan dengan penelitian Suhartatik (2015) yang menyatakan pendidikan kesehatan tentang penanganan kejang demam balita berpengaruh secara signifikan terhadap efikasi diri ibu dalam penanganan kejang demam ( $p = .000$ ). Penelitian Pratama (2017) juga menyatakan bahwa pengetahuan dengan efikasi diri memiliki hubungan yang signifikan.

3) Pengaruh *Pendidikan Kesehatan* Dengan Metode *Snow Balling* Terhadap *Breastfeeding Self Efficacy* Pada Ibu *Primigravida*

Hasil penelitian pada tabel 4. 1 dan 4.2 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu *primigravida* yang tidak diberikan pendidikan kesehatan memiliki BSE yang rendah, sedangkan ibu *primigravida* yang diberikan pendidikan kesehatan dengan metode *snow balling* hampir seluruhnya memiliki BSE yang tinggi. Table 4.3 menunjukkan bahwa rata-rata skor BSE ibu *primigravida* yang diberikan pendidikan kesehatan



dengan metode *snow balling* lebih tinggi (20,5) dibandingkan ibu primigravida yang tidak diberikan pendidikan kesehatan (12,5). Hasil uji Mann Whitney diperoleh nilai  $p < 0,05$  yang berarti secara statistik ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode *Snow Balling* terhadap tingkat *Breastfeeding Self Efficacy* pada ibu *Primigravida*.

Sebagaimana diketahui bahwa pendidikan kesehatan dengan metode *snow balling* memiliki beberapa kelebihan dibandingkan metode konvensional, diantaranya adalah dengan membagi menjadi kelompok-kelompok, peserta kegiatan akan lebih aktif serta melatih kerjasama kelompok dalam berdiskusi, dan menumbuhkan rasa percaya diri. Pada saat berdiskusi dengan sesama anggota kelompoknya mereka akan lebih terbuka dalam bertukar informasi, berbagi pengalaman, dan menyampaikan ide atau pendapat, yang pada akhirnya akan menumbuhkan rasa percaya diri. Menurut Notoatmodjo (2012) metode *Snow Balling* memiliki beberapa keunggulan antara lain : sangat efektif untuk meningkatkan keaktifan peserta, melatih kerjasama kelompok dalam berdiskusi, menumbuhkan rasa percaya diri peserta dalam menyampaikan pendapat, praktis bukan pengajaran konvensional, sehingga ketiga aspek baik pengetahuan (kognitif), sikap (afektif), dan ketrampilan (psikomotor) dapat tercapai. Dengan demikian pendidikan kesehatan tentang menyusui dengan metode *Snow Balling* dengan keunggulan sebagaimana dijelaskan diatas, maka akan memudahkan ibu dalam memperoleh pemahaman atau pengetahuan tentang menyusui dan

meningkatkan rasa percaya diri untuk menyusui.

Penelitian Kurnianigtyas (2017) diperoleh hasil pendidikan kesehatan tentang manajemen laktasi berpengaruh terhadap skor efikasi diri menyusui pada ibu *Primigravida* trimester tiga ( $p.000$ ).

Jadi untuk dapat menjadi seorang ibu yang memiliki kepribadian penuh percaya diri untuk menyusui, salah satu modal utama yang harus dimiliki adalah memiliki pengetahuan, pengalaman, atau keterampilan yang lebih. Hal tersebut dapat diperoleh ibu melalui pendidikan non formal seperti mengikuti pendidikan kesehatan, kelas hamil, dan kegiatan lainnya.

## **PENUTUP**

### **1). Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data penelitian diatas maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebagian besar Ibu *Primigravida* yang tidak diberikan pendidikan kesehatan memiliki *Breastfeeding Self Efficacy* rendah.
2. Hampir seluruhnya ibu *Primigravida* yang diberikan pendidikan kesehatan dengan metode *snow balling* memiliki *Breastfeeding Self Efficacy* tinggi.
3. Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode *Snow Balling* terhadap tingkat *Breastfeeding Self Efficacy* pada ibu *Primigravida*.

### **2). Saran**

Dengan melihat hasil penelitian dimana pendidikan kesehatan dengan metode *Snow Balling* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat *Breastfeeding Self Efficacy* pada ibu *Primigravida* dan pembahasan yang telah dipaparkan secara ilmiah maka disarankan bagi:

- 1) Institusi Pendidikan  
Diharapkan dapat digunakan sebagai pendukung bahan ajar promosi mengenai pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode *snow balling* terhadap *Breastfeeding Self Efficacy* pada ibu *primigravida*.
  - 2) Fasilitas Pelayanan Kesehatan  
Meningkatkan layanan kesehatan dengan mengedepankan edukasi atau pendidikan kesehatan dengan metode yang interaktif dan menarik seperti metode *snow balling*.
  - 3) Bagi Masyarakat  
Masyarakat khususnya ibu hamil perlu mengikuti kegiatan – kegiatan pendidikan kesehatan dan mengaplikasikan informasi yang telah didapatkan, serta aktif mengakses informasi tentang *Breastfeeding*.
  - 4) Bagi Peneliti Selanjutnya  
melakukan penelitian pendidikan kesehatan dengan metode yang berbeda untuk mengetahui efektifitas setiap metode dan perlu adanya penelitian tentang faktor-faktor lain yang mempengaruhi tingkat *Breastfeeding Self Efficacy* pada ibu hamil dan menyusui.
- Jamaluddin, Samudera F. (2018). *Intern Researche In Mind, Brain, and Performance Laboratory*, <https://id.quora.com>. Diakses : tanggal 30 Januari 2019.
- Suhartatik, Kamtono (2015). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Penanganan Kejang Demam Balita Terhadap Self Efficacy Ibu*. Tesis STIKES Kusuma Husada Surakarta.
- Kementrian Kesehatan RI. (2017). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2016*. Jakarta : Kementrian Kesehatan RI.
- Kementrian Kesehatan RI. (2004). Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 450/MENKES/JK/VI/ 2004 tentang Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi di Indonesia
- Kurnianigtyas, Rainy Tri. (2017). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Manajemen Laktasi Terhadap Efikasi Diri Menyusui Pada Ibu Primigravida Trimester III*. Tesis Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang.
- Mubarok, Wahid Iqbal & Chayatin, Nurul. (2011). *Ilmu Kesehatan Masyarakat : Teori dan Aplikasi*. Jakarta : Salemba Medika
- (2007). *Promosi Kesehatan*. Jakarta : Graha Ilmu
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2012). *Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku*. Jakarta : Rineka Cipta

#### DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan. (2017). *Profil Kesehatan Kabupaten Lamongan Tahun 2016*. Lamongan : Dinas Kesehatan
- Budiman. (2011). *Penelitian Kesehatan*. Bandung : PT Refika Aditama
- Ghufron M. Nur & Risnawati Rini S. (2014). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta : Ar-Ruzza Media
- Heri D. J. Maulana. (2013). *Promosi Kesehatan*. Jakarta : EGC

- PKM Brondong. (2016). *Profil Puskesmas Brondong Lamongan*, <https://puskesmasbrondong.com>. Diakses : tanggal 16 Mei 2018.
- Pratama, Bayu dan Widodo, Arif. (2017). *Hubungan Pengetahuan dan Efikasi Diri pada Caregiver Keluarga Pasien Gangguan Jiwa di RSJD Dr. RM Soedjarwadi*. Jurnal Kesehatan Vol.10 No.1. Juni 2017
- Putra, Muhammad Fauzan. (2018). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Breastfeeding Self Efficacy Pada Ibu Menyusui*. Skripsi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
- Ramadhan, Rizki. (2017). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Manajemen Laktasi Dengan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif*. Tesis Prodi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Saputra, Yuli. (2016). *Pekan ASI sedunia: Angka Pemberian ASI di Indonesia Masih Rendah*, <https://www.rappler.com>. Diakses : Tanggal 16 Mei 2018.
- Sri Purwanti, Hubertin. (2014). *Konsep Penerapan ASI Eksklusif*. Jakarta : EGC
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Wardani, Mujiati Alifah. (2012). *Gambaran Tingkat Self Efficacy Untuk Menyusui Pada Ibu Primigravida*. Tesis FIK UI.