

Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro	Vol. 8 No. 1	Edition: Oktober 2025 - April 2026
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPK2R	
Received : 16 Oktober 2025	Revised: -----	Accepted: 25 Oktober 2025

PENGARUH PEMBERIAN BOOKLET PINTAR ASI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU NIFAS DI PMB PERA

Vitrilina Hutabarat¹, Stefani Anastasia Sitepu², Yuliana³

Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

E-mail: vitrilinahutabarat@gmail.com

Abstract

Background: Breast Milk is the best source of nutrition for infants, especially during the first six months of life. However, many postpartum mothers still lack adequate knowledge and a positive attitude towards exclusive breastfeeding. This study aimed to determine the effect of a smart breastfeeding booklet on the knowledge and attitudes of postpartum mothers. This was a quantitative study with a one-group pretest-posttest design. The sample consisted of 25 postpartum mothers selected using total sampling. Instruments used were knowledge and attitude questionnaires. Data were analyzed using paired t-test. Result showed an increase in knowledge from 6.20 to 10.16 and attitude from 29.84 to 44.80 after the intervention. Statistical test indicated a significant effect ($p=0.000$). It can be concluded that the smart breastfeeding booklet is effective in improving maternal knowledge and attitudes.

Keywords: Breastfeeding, postpartum mothers, knowledge, attitude, booklet

1 PENDAHULUAN

Berdasarkan laporan WHO dan UNICEF, pemberian Air Susu Ibu (ASI) terbukti mampu menurunkan angka kesakitan dan kematian pada bayi, terutama di wilayah negara berkembang. Pemberian ASI secara eksklusif berperan penting dalam mencegah berbagai penyakit infeksi, seperti diare dan gangguan pernapasan. ASI juga mengandung nutrisi lengkap serta antibodi alami yang berfungsi untuk menunjang pertumbuhan, perkembangan otak, dan memberikan perlindungan terhadap berbagai penyakit pada bayi. Rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif di

Indonesia sering kali disebabkan oleh kurangnya pengetahuan dan sikap positif dari ibu nifas. Salah satu solusi yang dikembangkan untuk mengatasi hal ini adalah penggunaan media edukatif seperti booklet pintar ASI. Media ini dirancang untuk menyampaikan informasi secara sederhana, menarik, dan mudah dipahami. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pemberian booklet pintar ASI berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu nifas di PMB Pera.

2 METODE

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian

kuantitatif dengan pendekatan pra-eksperimen, menggunakan rancangan one group pretest-posttest design. Pada rancangan ini, satu kelompok responden diberikan perlakuan (intervensi), kemudian dilakukan pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan untuk menilai adanya perubahan akibat intervensi yang diberikan.

Tujuan utama metode ini adalah untuk menganalisis pengaruh pemberian media booklet pintar ASI terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu nifas.

Penelitian dilakukan di PMB Pera Medan pada tahun 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang melakukan kunjungan di PMB tersebut, dengan jumlah sampel 25 orang yang ditentukan melalui teknik total sampling. Instrumen penelitian yang digunakan disesuaikan dengan tujuan pengukuran variabel yang diteliti. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan pra-eksperimental yang menggunakan desain one group pretest-posttest. Dalam desain ini, satu kelompok subjek diberikan perlakuan (intervensi), dan dilakukan pengukuran sebelum dan sesudah intervensi untuk melihat adanya perubahan akibat perlakuan yang diberikan. Tujuan utama dari metode ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian media booklet pintar ASI terhadap Tingkat pengetahuan dan sikap ibu nifas.

Lokasi penelitian berada di PMB Pera dan dilaksanakan pada tahun 2025. Populasi penelitian adalah seluruh ibu nifas yang melakukan kunjungan di PMB tersebut, dengan jumlah sampel sebanyak 25 responden yang diambil secara total sampling. Instrumen penelitian terdiri dari

dua kuesioner, yaitu: (1) kuesioner pengetahuan berbentuk pilihan ganda mengenai ASI eksklusif, manfaat, dan waktu pemberian, serta (2) kuesioner sikap dengan skala Likert untuk menilai tanggapan ibu terhadap pentingnya pemberian ASI.

Proses pengumpulan data dilakukan melalui tiga tahap: pretest, intervensi (pemberian booklet), dan posttest. Analisis data dilakukan menggunakan uji paired sample t-test dengan taraf signifikansi 0,05. Penelitian telah memperoleh persetujuan etik dan seluruh responden telah memberikan informed consent.

Proses pengumpulan data dilakukan melalui tiga tahap:

1. Pretest, yaitu pengisian kuesioner sebelum diberikan intervensi untuk mengetahui tingkat awal pengetahuan dan sikap ibu.
2. Intervensi, berupa pemberian booklet pintar ASI sebagai media edukasi berisi informasi komprehensif mengenai ASI eksklusif, manfaatnya, teknik menyusui yang benar, serta peran ASI bagi pertumbuhan bayi.
3. Posttest, yaitu pengukuran kembali menggunakan instrumen yang sama setelah responden membaca dan memahami isi booklet.

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan perangkat lunak statistik. Uji yang digunakan adalah paired sample t-test, karena pengukuran dilakukan pada kelompok yang sama sebelum dan sesudah intervensi. Hasil dinyatakan signifikan apabila nilai p-value < 0,05. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari institusi terkait. Seluruh

partisipan diberikan penjelasan menyeluruh dan menyatakan persetujuan untuk berpartisipasi, dengan jaminan bahwa kerahasiaan identitas serta jawaban responden dijaga sepenuhnya.

3 HASIL

Tujuan dari Penelitian adalah menganalisis pengaruh penggunaan media edukasi berupa booklet pintar ASI terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu nifas. Sebanyak 25 ibu nifas dijadikan responden penelitian dengan metode total sampling di PMB Pera pada tahun 2025. Penilaian dilakukan menggunakan desain pretest dan posttest untuk mengamati perubahan sebelum dan sesudah pemberian intervensi.

1. Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden pada Usia, Pendidikan, Pekerjaan, Paritas

Usia	Frekuensi	Persentasi (%)
18-24 Tahun	11	44,0
25-35 Tahun	11	44,0
36-40 Tahun	3	12,0
Total	25	100
Pendidikan	Frekuensi	Persentasi (%)
SMP	2	8,0
SMA	17	68,0
SARJANA	6	24,0
Total	25	100
Pekerjaan	Frekuensi	Persentasi (%)
Bekerja	8	32,0
Tidak Bekerja	17	68,0
Total	25	100
Paritas	Frekuensi	Perentasi (%)
Primipara	10	40,0
Multipara	15	60,0

Total	25	100
-------	----	-----

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwa dari karakteristik responden untuk umur mayoritas ditemukan dengan umur 18-24 Tahun (44,0%), pada variabel pendidikan terakhir tertinggi SMA sebanyak 17 orang dengan persentase (68.0%), pada variabel pekerjaan mayoritas ditemukan pada tidak bekerja sebanyak 17 orang dengan persentasi (68,0%) sedangkan pada variabel paritas mayoritas ditemukan pada multipara sebanyak 15 orang dengan persentasi (60,0%).

2. Tabel 2 Distribusi pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan booklet

Pengetahuan (sebelum)	Frekuensi	Persentasi (%)
Baik	10	40,0
Cukup	15	60,0
Total	25	100%
Pengetahuan (setelah)	Frekuensi	Persentasi (%)
Baik	25	100,0
Cukup	-	-
Total	25	100%

Berdasarkan pada tabel 3 dapat dilihat bahwa dari pengetahuan ibu nifas sebelum diberikan booklet, sebagian besar ibu nifas berada pada kategori pengetahuan cukup yaitu sebanyak 15 orang (60,0%) dan sisanya memiliki pengetahuan baik sebanyak 10 orang (40,0%).

3. Tabel 3 Distribusi sikap ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan booklet

Sikap (Sebelum)	Frekuensi	Persentasi (%)
Negatif	25	100,0

Total	25	100
Sikap (sesudah)	Frekuensi	Persentasi (%)
Positif	25	100,0
Total	25	100

Berdasarkan Tabel 3 diatas dapat dilihat bahwa sebelum diberikan media booklet, seluruh ibu nifas (25 orang atau 100%) memiliki sikap negatif terhadap pemberian ASI. Setelah diberikan media edukasi berupa booklet pintar ASI, terjadi perubahan sikap yang sangat signifikan, dimana seluruh responden (25 orang atau 100%) beralih ke kategori sikap positif.

4. Tabel 4. Distribusi Pengaruh pemberian booklet terhadap pengetahuan dan sikap ibu nifas

Variabel	Mean $\pm$ SD(sebelum)	Mean $\pm$ SD(sesudah)	Nilai P-Value	Keterangan
Pengetahuan	6,20 $\pm$ 1,12	10,16 $\pm$ 1,41	0,000	Signifikan Meningkat
Sikap	29,84 $\pm$ 2,06	44,80 $\pm$ 3,19	0,000	Signifikan Meningkat

Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan responden setelah diberikan penyuluhan melalui booklet pintar ASI. Pada pengukuran awal (pretest), rata-rata skor pengetahuan ibu nifas adalah 6,20, dan meningkat menjadi 10,16 setelah intervensi (posttest). Hal ini menandakan bahwa informasi yang disampaikan melalui media booklet mudah dipahami serta efektif dalam

meningkatkan pemahaman ibu mengenai manfaat dan pentingnya pemberian ASI eksklusif.

Dari aspek sikap, juga ditemukan adanya peningkatan yang cukup besar. Sebelum diberikan intervensi, rata-rata skor sikap responden sebesar 29,84, yang mengindikasikan bahwa sebagian besar ibu masih kurang mendukung praktik pemberian ASI eksklusif. Setelah mendapatkan edukasi melalui booklet, rata-rata skor meningkat menjadi 44,80, menunjukkan adanya perubahan ke arah sikap yang lebih positif terhadap pemberian ASI.

Untuk memastikan perbedaan tersebut bermakna secara statistik, dilakukan uji paired sample t-test, yang menunjukkan hasil signifikan dengan nilai $p < 0,05$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa media booklet pintar ASI memberikan pengaruh nyata terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu nifas.

Secara umum, hasil penelitian ini membuktikan bahwa booklet sebagai media edukasi berperan penting dalam meningkatkan pemahaman serta mendorong perubahan sikap ibu nifas secara positif terhadap praktik menyusui eksklusif. Media cetak seperti booklet terbukti menjadi sarana edukatif yang efektif, praktis, dan mudah dipahami, sehingga mampu meningkatkan kesadaran ibu akan pentingnya ASI eksklusif bagi pertumbuhan dan perkembangan optimal bayi.

4 PEMBAHASAN

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, proporsi bayi yang mendapatkan ASI eksklusif di Indonesia masih tergolong rendah, yakni hanya 37,3%. Namun, Profil Kesehatan Indonesia tahun 2022 menunjukkan adanya peningkatan cakupan ASI eksklusif

hingga mencapai 61,5%. Meskipun terjadi peningkatan yang cukup signifikan dibandingkan tahun sebelumnya, masih terdapat beberapa provinsi yang belum mampu memenuhi target nasional sebesar 45%. Sebanyak sembilan provinsi dilaporkan memiliki capaian di bawah target tersebut, salah satu penyebab utamanya adalah minimnya edukasi dan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif.

Banyak ibu belum memahami sepenuhnya manfaat kesehatan dari ASI dan masih dipengaruhi oleh kebiasaan sosial atau tradisi yang mendorong pemberian makanan tambahan terlalu dini. Beberapa masyarakat masih mempercayai bahwa air putih, susu formula, atau makanan tambahan lain perlu diberikan untuk melengkapi kebutuhan nutrisi bayi, padahal ASI saja sudah mencukupi kebutuhan gizi bayi selama enam bulan pertama kehidupan.

Upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu dapat dilakukan melalui pendidikan kesehatan yang dirancang secara efektif. Pemilihan media edukatif yang tepat menjadi faktor penting agar pesan kesehatan dapat diterima dengan baik, khususnya oleh ibu hamil trimester III. Seiring dengan pesatnya perkembangan teknologi informasi, berbagai inovasi edukatif pun bermunculan, termasuk pemanfaatan media booklet digital (e-booklet).

Booklet edukasi tentang ASI eksklusif memiliki potensi besar dalam meningkatkan pemahaman dan membentuk sikap positif ibu terhadap praktik menyusui. Media ini memberikan kemudahan bagi ibu untuk memperoleh informasi kapan saja dan di mana saja melalui perangkat digital, terutama bagi mereka yang memiliki keterbatasan akses terhadap

fasilitas kesehatan. Melalui booklet, ibu dapat mempelajari manfaat ASI, teknik menyusui yang benar, cara menghadapi tantangan selama menyusui, serta tips untuk meningkatkan produksi ASI.

Materi dalam booklet disusun dengan desain interaktif dan menarik, menggunakan gambar serta ilustrasi yang membantu ibu memahami isi pesan secara lebih mudah dan mengingatnya lebih lama dibandingkan dengan media konvensional seperti brosur cetak. Pendekatan visual ini membuat booklet lebih efektif dalam menumbuhkan pengetahuan sekaligus mengubah sikap ibu menjadi lebih mendukung pemberian ASI eksklusif.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pengetahuan dan sikap setelah intervensi menggunakan booklet pintar ASI. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 6,20 pada pretest menjadi 10,16 pada posttest, dengan hasil uji paired t-test menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Peningkatan sebesar 64% ini menandakan bahwa booklet merupakan media edukatif yang efektif, karena informasinya ringkas, mudah dipahami, dan dapat dibaca berulang kali.

Selain itu, peningkatan juga terlihat pada aspek sikap, di mana skor rata-rata 29,84 sebelum intervensi naik menjadi 44,80 setelahnya, dengan nilai $p = 0,000$. Ini menunjukkan adanya perubahan sikap sebesar 50% menuju arah yang lebih positif. Hasil tersebut membuktikan bahwa pemberian edukasi melalui booklet tidak hanya menambah pengetahuan, tetapi juga mampu mengubah pola pikir dan perilaku ibu dalam praktik menyusui.

Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa penggunaan booklet sebagai media edukasi dapat meningkatkan pengetahuan, kepercayaan diri, dan motivasi ibu dalam menyusui secara eksklusif. Konten yang menarik dan mudah dipahami menjadikan booklet media yang unggul dibandingkan bentuk penyuluhan konvensional.

Menurut WHO (2020), penggunaan media sederhana seperti booklet efektif untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan, terutama bagi ibu pascapersalinan. Selain menambah wawasan, booklet juga meningkatkan kepatuhan dan perubahan sikap lebih baik. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Hutabarat tahun 2020 bahwa ada pengaruh pemberian booklet untuk peningkatan pengetahuan dan kepatuhan.

Dengan demikian, booklet pintar ASI dapat dianggap sebagai strategi media edukasi yang efisien dan relevan dalam program promosi ASI di fasilitas pelayanan kesehatan primer.

5. KESIMPULAN

Hasil penelitian terhadap 25 ibu nifas di PMB Pera menunjukkan bahwa pemberian booklet pintar ASI memiliki pengaruh yang bermakna secara statistik terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap para responden. Nilai rata-rata pengetahuan meningkat dari 6,20 menjadi 10,16, sementara sikap responden juga mengalami kenaikan dari 29,84 menjadi 44,80, dengan tingkat signifikansi sebesar $p = 0,000$, yang menegaskan adanya perubahan positif setelah intervensi dilakukan.

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa booklet sebagai media edukatif berfungsi sebagai alat pembelajaran yang praktis, efisien, dan efektif dalam meningkatkan pengetahuan serta mendorong motivasi ibu untuk memberikan ASI secara eksklusif. Oleh karena itu, tenaga kesehatan dianjurkan untuk memanfaatkan media booklet sebagai alat bantu edukasi dalam kegiatan konseling menyusui maupun dalam program promosi ASI di tingkat masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Kemenkes RI. (2021). Profil Kesehatan Indonesia.
- WHO. (2020). Exclusive Breastfeeding Practices: Global Recommendation.
- Rahmawati, D. (2021). Pengaruh Media Edukasi terhadap Sikap ibu Nifas. *Jurnal Bidan Indonesia*, 8(1), 45-51.
- Notoatmodjo, S. (2018). Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta
- Lisnawati, N., Purantira, W.P., & Rizkika, A. (2023). Edukasi Pemberian ASI melalui media booklet. *Annales de pathologie*, 249(4), 329.
- Wulandari, A., et al. (2020). Pengaruh edukasi ASI eksklusif terhadap pengetahuan ibu menyusui. *Jurnal Tata Boga*, 12(2), 60-65
- Yuliani, R., et al. (2023). Pengaruh media booklet terhadap sikap

ibu dalam pemberian ASI.
Jurnal Kesehatan Masyarakat.

Hutabarat, V., & Sitepu, S. A. (2020). Penerapan Booklet Untuk Peningkatan Pengetahuan Dan Kepatuhan Minum Antiretroviral Pada Orang Dengan HIV/AIDS. Jurnal Online Keperawatan Indonesia, 3(2), 82-92.

Hutabarat, V., & Hariati, H. (2024). Pengaruh Edukasi Kesehatan Reproduksi (Pergaulan Bebas Dan HIV) Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Di SMP Negeri 1 Deli Tua. BEST Journal (Biology Education, Sains and Technology), 7(1), 2088-2094.

W. Iqbal etc. Efektifitas Media Booklet dan Brosur terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Pasangan Usia Subur tentang Program Keluarga Berencana. (2022). JURNAL KESEHATAN PERINTIS, 9(1), 15-22.