



PENGARUH HYPNOBREASTFEEDING TERHADAP SELF EFFICACY MENYUSUI PADA IBU POSTPARTUM DI RUMAH SAKIT UMUM PUSAT DR MOHAMMAD HOESIN PALEMBANG TAHUN 2024

Effect of Hypnobreastfeeding on Breastfeeding Self Efficacy in Postpartum Mothers at Dr Mohammad Hoesin Central General Hospital Palembang in 2024

Selvi Adelia^{1*}, Nesi Novita², Aprillia Ayu Shinta Yuka³

¹²³Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Palembang

Korespondensi Email : selviadelia131@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: *Hypnobreastfeeding* adalah upaya untuk melancarkan proses menyusui dengan memberikan kalimat afirmasi atau sugesti positif kepada ibu. *Self-efficacy* menyusui merupakan variabel yang memprediksi apakah ibu memilih menyusui atau tidak, usaha dalam menyusui bayi dan cara menghadapi kesulitan menyusui. **Tujuan:** untuk mengetahui seberapa besar pengaruh pemberian teknik hypnobreastfeeding terhadap peningkatan self efficacy ibu dalam menyusui pada ibu postpartum. **Metode:** Rancangan penelitian quasi experiment dengan pendekatan pre and posttest dengan grup kontrol dan intervensi. Pengambilan data dilaksanakan bulan April – Mei 2024 dengan populasi ibu postpartum yang melahirkan di RSUP Dr Mohammad Hoesin Palembang. Responden penelitian 32 terdiri dari 16 kelompok intervensi dan 16 kontrol. Hypnobreastfeeding satu kali sehari selama 7 hari dengan durasi 45 menit. Self- efficacy diukur menggunakan breastfeeding self-efficacy scale short form (BSES- SF). Analisis bivariat dengan uji repeated independent t-test. **Hasil:** Skor *self-efficacy* menyusui pada kelompok dengan *hypnobreastfeeding* meningkat signifikan pada pengukuran dari *pretest* ke *posttest* dengan $p=0,001$ sedang pada kelompok kontrol dengan pemberian edukasi standar peningkatan skor *self-efficacy* menyusui dari *pretest* ke *posttest* tidak signifikan dengan $p=0,086$. *Hypnobreastfeeding* lebih efektif meningkatkan *self-efficacy* menyusui dibandingkan edukasi standar dengan nilai $p=0.001$. **Simpulan:** Ada pengaruh pemberian intervensi *hypnbreastfeeding* terhadap *self efficacy* menyusui pada ibu postpartum di RSUP Dr Mohammad Palembang Tahun 2024.

Kata Kunci: *Hypnobreastfeeding*, *self-efficacy*, hypnosis, menyusui

ABSTRACT

Introduction: *Hypnobreastfeeding* is an effort to speed up the breastfeeding process by giving affirmations or positive suggestions to the mother. Breastfeeding self-efficacy is a variable that predicts whether the mother chooses to breastfeed or not, efforts to breastfeed the baby and how to deal with breastfeeding difficulties. **Objective:** to find out how much influence the provision of hypnobreastfeeding techniques has on increasing maternal self-efficacy in breastfeeding in postpartum mothers. **Method:** Quasi experimental research design with a pre and posttest approach with control and intervention groups. Data collection was carried out in April – May 2024 with a population of postpartum mothers who gave birth at Dr Mohammad Hoesin Hospital, Palembang. The 32 research respondents consisted of 16 intervention groups and 16 controls. Hypnobreastfeeding once a day for 7 days with a duration of 45 minutes. Self-efficacy was measured using the breastfeeding self-efficacy scale short form (BSES-SF). Bivariate analysis using repeated independent t-test. **Results:** The breastfeeding self-efficacy score in the group with hypnobreastfeeding increased significantly in measurements from pretest to posttest with $p= 0.001$, while in the control group with standard education the increase in breastfeeding self-efficacy score from pretest to posttest was not significant with $p=0.086$. Hypnobreastfeeding is more effective in increasing breastfeeding self-efficacy than standard education with a value of $p=0.001$. **Discussion:** There is an effect of providing hypnbreastfeeding intervention on breastfeeding self-efficacy in postpartum mothers at Dr Mohammad Hospital Palembang in 2024.

Keywords: *Hypnobreastfeeding*, *self-efficacy*, hypnosis, breastfeeding

<https://doi.org/10.52523/maskermedika.v12i2.636>

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY-SA 4)



PENDAHULUAN

Proses menyusui adalah proses yang alami selayaknya proses persalinan, namun para ibu tetap harus mempersiapkan diri dengan sebaik-baiknya secara menyeluruh (*body, mind, and soul*) untuk dapat menyusui bayinya dengan nyaman dan sukses dalam menghadapi beberapa tantangan dalam menyusui. Sesuai dengan rekomendasi World Health Organization (WHO) bahwa bayi harus disusui secara eksklusif sampai usia enam bulan dengan dilanjutkan disusui sampai bayi berusia minimal dua tahun. (WHO, 2015)

Meskipun manfaat ASI dan dampak bila tidak memberikan ASI secara eksklusif sudah sangat jelas dibuktikan oleh penelitian-penelitian serta kampanye mengenai ASI sudah digalakkan, namun tingkat kesadaran masyarakat mengenai pemberian ASI ternyata masih rendah. Laporan Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan, persentase bayi berusia di bawah usia 6 bulan di Indonesia yang mendapat air susu ibu (ASI) eksklusif mencapai 73,97% pada 2023. Persentase bayi ASI eksklusif nasional di dalam negeri pada 2023 naik 2,68% dibanding tahun sebelumnya 72,04%. Cakupan pemberian Air Susus Ibu (ASI) eksklusif yang terhimpun di Sumatera Selatan tahun 2022 adalah sebesar 66,3%. (Sumsel, 2023). Hasil ini belum mencapai target program dimana berdasarkan Peraturan Pemerintah nomor 33 tahun 2012 target capaian ASI Eksklusif di Indonesia adalah 100%.

Faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI terbagi menjadi 2 yakni, faktor-faktor yang tidak dapat diubah dan faktor yang dapat diubah. Faktor yang tidak dapat diubah antara lain: sosial-demografis ibu seperti usia (Lestari, 2018), pendidikan (Fauziah et al., 2022) dan sosial- ekonomi, paritas (Ernawati, 2023). Faktor yang dapat dimodifikasi dan berpengaruh terhadap pemberian ASI adalah keyakinan dan motivasi terhadap pemberian ASI. Semakin tinggi motivasi seorang ibu maka akan semakin tinggi pula ibu dalam memberikan ASI eksklusif pada bayinya (Yulianti & Ratnawati, 2021).

Breastfeeding-Self Efficacy (BSE) merupakan keyakinan diri seorang ibu terhadap kemampuan dirinya untuk menyusui bayinya (Mardiyaningsih et al., 2021). Selain itu, *self efficacy* menyusui meliputi pilihan ibu untuk menyusui atau tidak, berapa banyak usaha yang dilakukan, bagaimana pola pikir ibu, serta bagaimana ibu menanggapi secara emosional kesulitan menyusui (Chipojola et al., 2022). Adapun usaha yang dapat dilakukan dalam peningkatan keyakinan ibu adalah dengan menanamkan afirmasi positif terhadap proses menyusui.

Relaksasi pada ibu menyusui yang sering disebut dengan relaksasi *hypnobreastfeeding* merupakan teknik relaksasi dengan melakukan kontak langsung dengan alam bawah sadar. Ketika seseorang mampu mencapai kondisi relaks yang dalam dan stabil, maka akan mampu menanamkan suatu afirmasi positif yang secara otomatis akan mempengaruhi kehidupan dan tindakan sehari-hari tanpa disadari dalam hal ini menanamkan sugesti kepercayaan diri menjadi seorang ibu dan mampu menjaga serta merawat bayinya dengan baik serta dapat memberikan nutrisi yang terbaik untuk bayi. (Sari et al., 2019). Oleh karena itu penting adanya kehadiran seorang terapis *hypnobreastfeeding* dalam hal meningkatkan motivasi pada ibu sehingga akan meningkatkan *self efficacy* ibu dalam menyusui, dan nantinya akan membantu ibu dalam pencapaian keberhasilan menyusui.

Berdasarkan data dari rekam medik, angka jumlah kelahiran bayi hidup di RSUP Dr Mohammad Hoesin Palembang pada tahun 2023 yaitu sebanyak 909 kelahiran, dimana kelahiran tersebut berasal dari ibu bersalin dari rujukan seluruh kota dan kabupaten Sumatera Selatan sehingga bisa dijadikan perwakilan dari ibu bersalin dan menyusui dari Provinsi Sumatera Selatan. Kunjungan Poliklinik Tumbuh Kembang Pediatri Sosial RSUP Dr Mohammad Hoesin Palembang pada Bulan Januari – Maret 2023, dari 76 anak 0-24 bulan ditemukan data 13 anak mendapatkan ASI Eksklusif (17%) dan 63 anak tidak mendapatkan ASI Eksklusif (82%), hal ini disebabkan pada awal



kelahiran bayi terpisah dalam kurang waktu yang karena harus mendapatkan pelayanan intensif (NICU / ruang bayi sakit) sehingga sulit untuk menyusui langsung pada ibunya (40%), selain itu penyebab lainnya (60%) rasa percaya diri yang rendah terhadap ; bisa memberikan ASI yang cukup pada bayinya, bisa menyusui tanpa bantuan susu formula, dan kesulitan menyusui karena bayinya sering menangis. Maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh *Hypnobreastfeeding* terhadap *self efficacy* menyusui ibu post partum. di RSUP Dr Mohammad Hoesin Palembang

BAHAN DAN METODE

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan quasi eksperimen *pre-post test control group design*. Tempat penelitian di Ruang Rawat Inap Enim RSUP Dr Mohammad Hoesin Palembang. Waktu penelitian dilaksanakan dari bulan April- Juni 2024

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel terikat dalam penelitian ini adalah *Self Efficacy* Menyusui pada Ibu Postpartum sedangkan variabel bebas dalam penelitian ini adalah *Hypnobreastfeeding*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu postpartum di RSUP Dr Mohammad Hoesin Palembang Tahun 2024. Sampel penelitian ini adalah ibu postpartum yang di rawat di Ruangan Enim RSUP Dr Mohammad Hoesin Palembang bulan April-Juni 2024 memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang berjumlah 16 orang pada kelompok perlakuan dan 16 pada kelompok kontrol. Kriteria inklusi yaitu bersedia menjadi responden dengan menandatangani informed consent (surat persetujuan menjadi responden) dan Ibu yang dapat berkomunikasi dengan baik. Kriteria eksklusi yaitu Tidak bisa baca dan tulis. Teknik pengambilan sampel yaitu *accidental sampling*.

Setelah lolos uji etik penelit, penelitian ini dimulai dengan menentukan subjek penelitian berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, sampai jumlah sampel terpenuhi sejumlah 16 kelompok perlakuan dan 16 kelompok kontrol.

Responden dinilai *self efficacy* menyusui (Pretest) dengan menggunakan kuisisioner *Breastfeeding Self Efficacy Scale -Short Form (BSES-SF)*, lalu responden diberikan edukasi menyusui sesuai standard di tempat penelitian berupa ceramah, diskusi dan praktek singkat posisi pelekatan menyusui, setelah itu responden mengisi kuisisioner *Breastfeeding Self Efficacy Scale -Short Form (BSES-SF)*, (post test).

Sama seperti kelompok control, pada kelompok intervensi responden dinilai *self efficacy* menyusui (Pretest) dengan menggunakan kuisisioner *Breastfeeding Self Efficacy Scale -Short Form (BSES-SF)*, lalu responden diberikan edukasi menyusui sesuai standard di tempat penelitian berupa ceramah, diskusi dan praktek singkat posisi pelekatan menyusui setelah itu responden diberikan *hypnobreastfeeding* satu kali oleh terapis saat responden masih dirawat di RSUP Dr Mohammad Hoesin Palembang, setelah itu responden diberikan audio afirmasi positif menyusui sebagai panduan bagi responden untuk melakukan *self hypnosis* untuk hari-hari berikutnya selama 7 hari sehingga saat perawatan postpartum telah selesai di RSUP Dr Mohammad Hoesin Palembang responden bisa melanjutkan *hypnobreastfeeding* di rumah. Peneliti memantau dan mengingatkan responden untuk melakukan *hypnobreastfeeding* secara mandiri melalui pesan maupun panggilan aplikasi "whatsapp". Sebelum responden pulang ke rumah peneliti sudah memberikan form kuisisioner (BSES_SF) yang belum diisi untuk dibawa ke rumah, sehingga setelah selesai 7 hari melakukan *hypnobreastfeeding*, responden melakukan penilaian *self efficacy* (Post test) dengan menggunakan kuisisioner *Breastfeeding Self Efficacy Scale -Short Form (BSES-SF)* lalu responden foto dan dikirimkan ke peneliti melalui pesan whatsapp. Uji statistik yang digunakan yaitu *t-test* dengan 95% *confidence interval*.

HASIL

Penelitian tentang pengaruh *Hypnobreastfeeding* terhadap *Self Efficacy* ibu postpartum dilakukan pada



kedua kelompok penelitian, yaitu kelompok perlakuan dilakukan dengan pemberian edukasi menyusui dan Hypnobreastfeeding sedangkan pada kelompok control diberikan edukasi menyusui tanpa Hypnobreastfeeding. Penelitian ini dilakukan di RSUP Dr Mohammad Hoesin Palembang pada bulan April sampai dengan Mei 2022

Tabel 1. Karakteristik Responden Kelompok Intervensi dan Kontrol

Karakteristik Responden	Kelompok			
	Intervensi		Kontrol	
Umur	n	%	n	%
< 35	7	43.8	12	75
≥ 35	9	56.3	4	25
Pekerjaan				
Bekerja	10	62.5	13	81.3
Tidak Bekerja	6	37.5	3	18.8
Pendidikan				
< SMA	3	18.8	1	6.3
≥ SMA	13	81.3	15	93.8
Jumlah Anak				
1	3	18.8	3	18.8
≥ 2	13	81.3	13	81.3
Penghasilan				
< 2JT	4	25	9	56.3
≥ 2JT	12	75	7	43.8
Jumlah Responden	16	100	16	100

Hasil penelitian yang tercantum pada tabel 1. menunjukkan sebagian besar responden pada kelompok intervensi berusia ≥35 tahun (56,3 %), responden yang bekerja (62,5 %), pendidikan SMA dan Perguruan Tinggi (13%), Paritas Multigravida (81,3 %), Penghasilan keluarga diatas Rp. 2.000.000 (75%). Sedangkan untuk kelompok control sebagian besar responden dengan umur <35 tahun (75 %), bekerja (81,3%), pendidikan SMA dan Perguruan Tinggi (93,8%) Paritas Multigravida (81,3 %) dan Penghasilan Keluarga < Rp. 2.000.000 (56,3%).

Tabel 2. Analisis Perbedaan Perbedaan self-efficacy menyusui pada kelompok intervensi

Self Efficacy Menyusui	Mean	Std	Min	Max	MD	P*
	Pretest	45.19	5.1	36	52	
Posttest	59.3	5	51	68	17	0.001

Keterangan: *) Uji T-Test

Pengukuran skor self-efficacy menyusui dilakukan 1 kali. Peningkatan skor self-efficacy menyusui pretest dan posttest dilihat pada tabel 2. Skor self efficacy menyusui pada posttest di kelompok intervensi mengalami peningkatan. Hasil uji statistik pada kelompok intervensi menunjukkan Hypnobreastfeeding meningkatkan skor Self-Efficacy menyusui secara signifikan pada posttest di kelompok intervensi dengan p value 0.001

Tabel 3. Analisis Perbedaan Perbedaan self-efficacy menyusui pada kelompok kontrol

Self Efficacy Menyusui	Mean	Std	Min	Max	MD	P*
	Pretest	44.00	4.3	36	50	
Posttest	45.19	4.2	40	52	12	0.086

Keterangan: *) Uji T-Test

Pada kelompok kontrol pemberian edukasi standar secara statistik tidak berpengaruh signifikan pada hasil posttest dengan p value 0,086

Sebelum dilakukan analisis skor self-efficacy menyusui pada kedua kelompok, dilakukan uji normalitas pada skor self-efficacy menyusui pretest dan posttest. Uji normalitas pada skor self-efficacy menyusui menggunakan uji statistik Shapiro-Wilk karena jumlah masing-masing kelompok <50 responden

Hasil uji normalitas skor self-efficacy pada semua kelompok mempunyai sebaran data normal dengan nilai P > 0,05.

Pengukuran selanjutnya adalah membandingkan selisih nilai self-efficacy pada kelompok kontrol dan intervensi, Sebelum dilakukan analisis skor self-efficacy menyusui pada kedua kelompok, dilakukan uji homogenitas, Uji homogenitas merupakan prosedur statistik yang digunakan untuk menentukan apakah



varian dari dua atau lebih sampel dianggap sama atau homogen. Artinya, uji homogenitas digunakan untuk menguji apakah sampel-sampel tersebut memiliki variasi yang serupa atau tidak.

Tabel 5. Uji Homogenitas Data pada Kelompok Kontrol dan Intervensi

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
hasil <i>Based on Mean</i>	.179	1	30	0.675

Dari tabel 5. disajikan nilai $P > 0.05$ atau data tidak signifikan, maka asumsi homogenitas dapat dipenuhi dan perhitungan lanjutan dapat dilakukan.

Untuk mengetahui perbedaan *self-efficacy* menyusui pada kelompok intervensi dan kontrol dilakukan dengan Uji *T Test Independent*, yaitu membandingkan hasil *posttest* antara kelompok kontrol dan intervensi.

Tabel 6. Perbedaan *self-efficacy* menyusui pada kelompok intervensi dan kontrol

Kelompok	Mean	SD	Mean D	T	P
Intervensi	14.12	5.3	13.02	8.5	0.001
Kontrol	1.1	2.5			

Dari hasil disajikan pada tabel 6. Selisih skor *self-efficacy* pada kelompok intervensi *pretest* dan *posttest* adalah 14,12. Selisih skor *self-efficacy* pada kelompok kontrol *pretest* dengan *posttest* adalah 1,1; Hasil uji statistik menunjukkan bahwa *hypnobreastfeeding* lebih efektif meningkatkan *self-efficacy* menyusui dibandingkan edukasi standar dengan nilai signifikansi 0,001

Dari hasil perhitungan diatas menunjukkan bahwa *hypnobreastfeeding* pada kelompok intervensi mempunyai pengaruh signifikan terhadap peningkatan *Self-Efficacy* dibandingkan dengan kelompok kontrol (P- Value 0,001). Oleh karena itu, H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya *Hypnobreastfeeding* berpengaruh terhadap *Self efficacy* menyusui pada ibu postpartum di Rumah Sakit Umum Pusat

Dr Mohammad Hoesin Palembang Tahun 2024.

PEMBAHASAN

Jumlah responden pada awal penelitian ini adalah 32 respoden, 16 responden pada kelompok intervensi dan 16 responden pada kelompok kontrol. Pengambilan sampel penelitian menggunakan metode *accidental sampling* maka hasil penelitian memiliki validitas eksterna yang baik dan hasil dapat digeneralisasikan pada populasi terjangkau

Berdasarkan hasil analisis karakteristik usia dari 32 responden di RSUP Dr Mohammad Hoesin Palembang tahun 2024 didapatkan sebagian besar responden pada kelompok intervensi berusia ≥ 35 tahun (56,3 %), responden yang bekerja (62,5 %), pendidikan SMA dan Perguruan Tinggi (13%), Paritas Multigravida (81,3 %), Penghasilan keluarga diatas Rp. 2.000.000 (75%). Sedangkan untuk kelompok control sebagian besar responden dengan umur < 35 tahun (75 %), bekerja (81,3%), pendidikan SMA dan Perguruan Tinggi (93,8%) Paritas Multigravida (81,3 % dan Penghasilan Keluarga $<$ Rp. 2.000.000 (56,3%).

Sebelum diberikan intervensi, pada kelompok Intervensi dan kelompok control, dominan responden memiliki skor self efficacy rendah karena rendahnya rasa percaya diri untuk menentukan bayinya mendapatkan ASI yang cukup dan pada ibu bekerja rendahnya rasa percaya diri ibu untuk bisa menyusui tanpa bantuan susu formula, sehingga diperlukan penanaman afirmasi positif untuk meningkatkan rasa percaya diri sehingga terwujudnya *Self Efficacy* Menyusui yang tinggi. Penelitian ini di dapatkan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol terdapat 12 responden yang memiliki self efficacy rendah (75%) 4 responden memiliki self efficacy tinggi (25%) *Self-efficacy* yang rendah dalam hal menyusui dapat menyebabkan persepsi dan motivasi yang negative). *Self- efficacy* menyusui



memprediksi apakah ibu memilih menyusui atau tidak, berapa banyak usaha yang dilakukan untuk menyusui, bagaimana pola pikir dalam menyusui, meningkatkan semangat atau menyerah dan bagaimana ibu menanggapi secara emosional kesulitan untuk menyusui. (Riyana, 2018) Meningkatkan self-efficacy menyusui ibu pada awal menyusui merupakan tujuan penting untuk kesehatan postpartum (Nurmiaty, 2023)

Pada penelitian ini didapatkan, *Hypnobreastfeeding* lebih efektif meningkatkan *self-efficacy* menyusui dibandingkan pemberian edukasi posisi dan pelekatan pada skor *pretest* dengan *posttest*. diketahui bahwa nilai *P-Value* = 0,001 yaitu $< \alpha$ (0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara nilai sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Nuratri, 2015) yang menyebutkan *hypnobreastfeeding* berpengaruh positif terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif sebesar 1,62 kali dibanding tanpa perlakuan *hypnobreastfeeding* dan penelitian (Riyana, 2018) *Hypnobreastfeeding* lebih efektif meningkatkan *self-efficacy* menyusui dibandingkan edukasi standar dengan nilai $p = 0.000$.

Hypnobreastfeeding adalah bentuk sugesti yang unik dimana saran lisan mampu menimbulkan perubahan psikologis. Sugesti dalam hipnotis telah digunakan sebagai metode terapeutik untuk memberikan sugesti di alam bawah sadar klien. Sugesti tersebut dapat memengaruhi psikologis klien termasuk *self-efficacy* klien. Tenaga kesehatan dapat memodifikasi dan menjadikan *self-efficacy* menyusui sebagai program untuk meningkatkan tingkat keberhasilan menyusui. (Riyana, 2022). *Hypnobreastfeeding* dapat memperbaiki skor kecemasan dan memodifikasi

kesadaran ibu sehingga ibu merasa yakin akan kemampuannya dalam menyusui dan berusaha menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang dihadapi. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori dan hasil penelitian-penelitian sebelumnya dimana *hypnobreastfeeding* dapat menimbulkan perubahan psikologis klien termasuk *self-efficacy* klien. *Hypnobreastfeeding* menghilangkan kecemasan serta ketakutan sehingga ibu dapat memfokuskan pikiran kepada hal-hal yang positif dan meningkatkan kepercayaan diri ibu.

Hypnobreastfeeding dilakukan melalui teknik relaksasi untuk menetralkan pikiran-pikiran negatif yang terlanjur terekam di alam bawah sadar seseorang. Prinsip kerja *hypnobreastfeeding* difokuskan pada sugesti-sugesti positif dalam menyusui yang mengarah pada keyakinan ibu dalam proses menyusui, berbagi kasih sayang kepada bayi dengan memberikan ASI dengan lancar, aman, nyaman, dan tenang. (Nuratri, 2015). *Hypnobreastfeeding* juga memasukkan sugesti positif kepada ibu bahwa ibu meminta maaf bila pernah terkejut, mungkin pernah menolak atau hal lain yang tidak baik untuk bayi. Hal ini akan membuat ibu lega dan tenang. Upaya menciptakan sikap positif mengenai ASI dan menyusui dapat meningkatkan keberhasilan pemberian ASI secara eksklusif. (Riyana, 2018)

Hasil dari penelitian ini, diketahui pada kelompok kontrol yang diberikan edukasi posisi dan pelekatan menyusui terdapat perubahan *self efficacy* dimana didapatkan hasil dari 16 responden terdapat 11 responden yang mengalami peningkatan *Self Efficacy* menyusui secara statistik tidak signifikan, dimana hasil analisa nilai *pretest* dan *posttest* dengan *p value* 0,086. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Riyana Kelompok kontrol menunjukkan



pemberian edukasi standar meningkatkan skor *self-efficacy* menyusui namun secara statistik tidak signifikan dengan *p value* 0,755. (Riyana, 2018).

Pada penelitian ini, kelompok intervensi diberikan edukasi standar berupa ceramah, diskusi dan praktek singkat posisi pelekatan menyusui, setelah itu ditambahkan praktik *hypnobreastfeeding* pada hari pertama, dan dilanjutkan selama 7 hari. Jadi kelompok intervensi selain mendapatkan pengetahuan tentang menyusui juga mendapat sugesti-sugesti positif dalam menyusui sehingga memperoleh peningkatan skor *self-efficacy* yang signifikan

SIMPULAN DAN SARAN

Pada akhir penelitian (*post*) *Hypnobreastfeeding* memiliki pengaruh terhadap *self efficacy* menyusui pada ibu *postpartum* (*p value* 0,001), sehingga dapat meningkatkan angka keberhasilan menyusui. Diharapkan fasilitas kesehatan yang berhubungan langsung dalam memberikan bantuan pada ibu menyusui dapat memberikan pelayanan terapi *Hypnobreastfeeding*

FUNDING

Penelitian ini menggunakan dana pribadi peneliti.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ada potensi konflik kepentingan yang dilaporkan oleh penulis.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pihak-pihak yang telah membantu pelaksanaan kegiatan.

KEPUSTAKAAN

- Bandura, A. (1994). In V. S. Ramachaudran (Ed.). *Encyclopedia of Human Behavior*, 4(1994), 71–81.
- Chipojola, R., Dennis, C. L., & Kuo, S. Y. (2022). Psychometric Assessment of the Paternal Breastfeeding Self-Efficacy Scale-Short Form: A

Confirmatory Factor Analysis of Malawian Fathers. *Journal of Human Lactation*, 38(1), 28–36. <https://doi.org/10.1177/08903344211065036>

Ernawati, D. (2023). *Analisis Faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi Usia 0-6 Bulan*.

Fauziyah, A., Dewi Pertiwi, F., & Avianty, I. (2022). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Di Puskesmas Tegal Gundil Kota Bogor Tahun 2020. *Promotor*, 5(2), 115–125. <https://doi.org/10.32832/pro.v5i2.6146>

Lestari, R. R. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1), 130. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v2i1.17>

Mardiyarningsih, E., Purwaningsih, H., & Galih Widodo, G. (2021). Breastfeeding Self Efficacy Ibu Post Seksio Saesarea. *Journal of Holistic Nursing Science*, 8(1), 54–60. <https://doi.org/10.31603/nursing.v8i1.3509>

Nuratri. (2015). *The Effect Of Hypnobreastfeeding On The Success Of Exclussive Breastfeeding At Panti Rapih Hospital Of Yogyakarta*. 2–3.

Nurmiaty, D. (2023). The Effect of Lactation Education on Self-Efficacy of Breastfeeding Mothers. *Asian Journal of Healthy and Science*, 2(4), 168–175. <https://doi.org/10.58631/ajhs.v2i4.40>

Riyana, S. (2018). *Pengaruh Hypnobreastfeeding Terhadap Self Efficacy Menyusui*. 1–141.

Riyana, S. (2022). Variabel VARIABEL YANG MEMPENGARUHI SELF EFFICACY IBU MENYUSUI. *Jurnal Informasi Kesehatan & Administrasi Rumah Sakit (IKARS)*, 1(1), 14–18. <https://doi.org/10.55426/ikars.v1i1.173>

Sari, L., Salimo, H., & Budihastuti, U. R. (2019). *View of Hypnobreastfeeding Dapat Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Post Partum.pdf*.



- Sumsel, D. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan 2023* (Issue December, p. 2023).
- WHO. (2015). Postnatal Care for Mothers and Newborns: Highlights from the World Health Organization 2013 Guidelines. *World Health Organization, April*, 1–8. http://www.who.int/maternal_child_adolescent%5CnWHO
- Yulianti, M., & Ratnawati. (2021). Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Motivasi Ibu dalam Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi : Literature Review. *Seminar Nasional Kesehatan, 2021*.