Borneo Nursing Journal (BNJ)
Volume 8, Nomor 2, Tahun 2026, Halaman 10677-10682 P-ISSN: 2685-5054
https://bnj.akys.ac.id/BNJ E-ISSN: 2654-8453

Efektivitas Poster Terhadap Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Teknik Menyusui Yang Benar di Posyandu Desa Karang Asih Tahun 2026

Dini Tanti[1], Hajar Nur Fathur Rohmah[2], Prismalinda[3], Musmundiroh[4]
[1,2,3,4] Universitas Medika Suherman
Email: dinitanti45@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Teknik menyusui yang benar penting dalam mendukung keberhasilan pemberian ASI, namun masih ditemukan ibu menyusui yang memiliki keterbatasan pengetahuan dalam penerapannya. Studi pendahuluan di Posyandu Desa Karang Asih menunjukkan 11 dari 14 ibu belum mampu menerapkan teknik menyusui dengan benar, sehingga diperlukan edukasi melalui media poster untuk meningkatkan pengetahuan ibu. Tujuan: Mengetahui pengaruh pemberian edukasi melalui media poster terhadap pengetahuan ibu menyusui mengenai teknik menyusui yang benar di Posyandu Desa Karang Asih Tahun 2026. Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre-experimental dan rancangan one-group *pre-test post-test*. Sampel berjumlah 35 ibu menyusui yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Data pengetahuan dikumpulkan menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah pemberian edukasi melalui media poster. Analisis data menggunakan uji Shapiro-Wilk untuk uji normalitas dan uji Wilcoxon Signed Rank Test sebagai uji non-parametrik. Hasil: Rata-rata pengetahuan ibu menyusui meningkat dari 12,94 ± 2,588 sebelum edukasi menjadi 17,80 ± 2,040 setelah edukasi, dengan peningkatan sebesar 4,86 poin. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan Z = -5,105 dan *p-value* = 0,000 (p < 0,05). Kesimpulan: Pemberian edukasi melalui media poster berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu menyusui mengenai teknik menyusui yang benar di Posyandu Desa Karang Asih Tahun 2026.

Kata Kunci: ASI, Edukasi Kesehatan, Media Poster, Pengetahuan Ibu Menyusui, Teknik Menyusui

Abstract

Background: Proper breastfeeding techniques are important to support successful breastfeeding; however, some breastfeeding mothers still have limited knowledge in their application. A preliminary study at Karang Asih Village Posyandu showed that 11 out of 14 mothers were unable to properly apply breastfeeding techniques, indicating the need for education through poster media to improve maternal knowledge. Objective: To determine the effect of poster-based education on breastfeeding mothers' knowledge of proper breastfeeding techniques at Karang Asih Village Posyandu in 2026. Methods: This study employed a quantitative approach with a pre-experimental one-group pre-test post-test design. The sample consisted of 35 breastfeeding mothers selected using total sampling. Knowledge data were collected using a questionnaire before and after poster-based education. Data were analyzed using the Shapiro-Wilk test for normality and the Wilcoxon Signed Rank Test as a non-parametric test. Results: The mean knowledge score increased from 12.94 ± 2.588 before the intervention to 17.80 ± 2.040 after the intervention, with an increase of 4.86 points. The Wilcoxon Signed Rank Test showed Z = -5.105 and p-value = 0.000 (p < 0.05). Conclusion: Poster-based education had a significant effect on improving breastfeeding mothers' knowledge of proper breastfeeding techniques at Karang Asih Village Posyandu in 2026.

Keywords: Breastfeeding, Health Education, Poster Media, Breastfeeding Mothers' Knowledge, Breastfeeding Techniques

1. PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik dan paling sempurna bagi bayi karena mengandung zat gizi lengkap dan seimbang sesuai kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan bayi. ASI juga mengandung zat kekebalan yang berfungsi melindungi bayi dari berbagai penyakit infeksi, sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi. Pemberian ASI secara eksklusif dianjurkan selama 6 bulan pertama kehidupan bayi dan dilanjutkan hingga usia 2 tahun atau lebih dengan tetap memberikan makanan pendamping ASI. Pemberian ASI eksklusif memiliki banyak manfaat, baik bagi bayi maupun bagi ibu. Bagi bayi, ASI berfungsi sebagai sumber nutrisi yang ideal, melindungi dari penyakit menular, mengurangi risiko alergi,

serta mendukung perkembangan otak dan kecerdasan. Sedangkan bagi ibu, menyusui dapat mempercepat pemulihan kondisi rahim pascapersalinan, mengurangi risiko pendarahan, menurunkan risiko kanker payudara dan kanker indung telur, serta mempererat ikatan batin antara ibu dan bayi [1].

Keberhasilan pemberian ASI tidak hanya ditentukan oleh produksi ASI yang cukup, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh kemampuan ibu dalam menerapkan teknik menyusui yang benar. Teknik menyusui yang benar meliputi posisi menyusui yang nyaman bagi ibu dan bayi, perlekatan bayi pada payudara dengan sempurna, serta tanda-tanda bayi menyusu secara efektif. Posisi menyusui yang baik dan benar memungkinkan bayi mengambil ASI dengan mudah dan lancar. Perlekatan yang tepat yaitu sebagian besar areola masuk ke dalam mulut bayi, mulut bayi terbuka lebar, dagu bayi menempel pada payudara, dan bayi menyusu dengan tenang. Jika teknik menyusui tidak benar, maka akan timbul berbagai masalah seperti puting susu lecet, bengkak, nyeri pada payudara, bendungan ASI, hingga terjadinya peradangan payudara atau mastitis. Masalah-masalah tersebut seringkali menjadi alasan utama ibu berhenti menyusui sebelum waktunya [2].

Banyak ibu menyusui yang belum memahami sepenuhnya cara menyusui yang tepat, sehingga sering mengalami kesulitan dan kendala. Pengetahuan ibu merupakan faktor dasar yang sangat menentukan dalam menentukan sikap dan perilaku ibu dalam menyusui. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang teknik menyusui akan lebih mudah menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, sehingga pemberian ASI dapat berjalan lancar dan berkelanjutan. Sebaliknya, ibu yang kurang pengetahuannya cenderung melakukan kesalahan dalam menyusui dan mudah menyerah ketika menghadapi masalah laktasi [3]. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan ibu menyusui menjadi langkah awal yang sangat penting untuk mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu adalah melalui kegiatan edukasi kesehatan. Edukasi kesehatan merupakan proses pembelajaran yang bertujuan untuk membantu seseorang memperoleh pengetahuan, pemahaman, keterampilan, dan sikap yang positif terhadap kesehatan. Agar pesan kesehatan dapat diterima dan dipahami dengan baik oleh ibu, maka diperlukan media penyuluhan yang tepat, sederhana, menarik, dan mudah dimengerti. Poster merupakan salah satu media penyuluhan yang menyajikan pesan kesehatan dalam bentuk gabungan gambar dan tulisan yang sederhana dan mudah dipahami. Poster mudah dilihat, dibaca, dipahami, diingat, serta dapat dipajang di tempat yang mudah terlihat oleh ibu. Penggunaan poster juga lebih praktis, murah biayanya, dan dapat digunakan berulang kali dalam jangka waktu yang lama [4].

Beberapa penelitian terdahulu menyatakan bahwa pemberian edukasi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan ibu menyusui secara signifikan. Pendidikan kesehatan yang disampaikan melalui media yang tepat mampu memberikan pemahaman yang jelas dan mudah diingat oleh ibu. Selain itu, pemberian informasi mengenai teknik menyusui yang benar terbukti dapat mencegah terjadinya masalah pada payudara dan memperlancar pengeluaran ASI [5]. Media poster terbukti efektif digunakan sebagai sarana penyampaian pesan kesehatan karena unsur gambar yang menarik perhatian dapat memperkuat daya ingat ibu terhadap informasi yang disampaikan [6]. Penelitian lain juga menyebutkan bahwa penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan ibu dalam menyusui, sehingga tujuan pemberian ASI eksklusif dapat tercapai dengan baik [7].

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Posyandu Desa Karang Asih, diperoleh informasi bahwa sebagian besar ibu menyusui belum memahami dan belum mampu menerapkan teknik menyusui yang benar. Masih banyak ibu yang mengeluh mengalami keluhan nyeri dan lecet pada puting susu, merasa ASI yang keluar sedikit, serta bayi sering tidak tenang setelah menyusu. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu mengenai cara menyusui yang benar masih rendah. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk memberikan edukasi

kesehatan menggunakan media poster yang berisi informasi tentang cara menyusui dengan posisi dan perlekatan yang benar, agar ibu dapat memahami dan mempraktikkannya dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi kesehatan melalui media poster terhadap peningkatan pengetahuan ibu menyusui mengenai teknik menyusui yang benar di Posyandu Desa Karang Asih [8].

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre-eksperimental dan rancangan one-group *pre-test post-test*. Tingkat pengetahuan ibu menyusui tentang teknik menyusui yang benar diukur sebelum diberikan edukasi menggunakan media poster (*pre-test*) dan setelah edukasi diberikan (*post-test*). Penelitian dilaksanakan di Posyandu Desa Karang Asih pada periode Mei hingga Juni 2026.

Populasi penelitian mencakup seluruh ibu menyusui yang memiliki bayi usia 0–6 bulan dan berkunjung ke Posyandu Desa Karang Asih pada tahun 2026. Berdasarkan data posyandu, jumlah ibu menyusui yang memenuhi kriteria adalah 35 orang. Seluruh populasi dijadikan sampel menggunakan teknik total sampling. Kriteria inklusi meliputi ibu yang bersedia berpartisipasi, berdomisili di Desa Karang Asih, sedang menyusui bayi usia 0–6 bulan, dan mengikuti kegiatan posyandu. Kriteria eksklusi meliputi ibu yang tidak hadir selama pelaksanaan penelitian, mengalami kondisi kesehatan tertentu yang menghambat rangkaian penelitian, mengundurkan diri, atau pernah mendapatkan edukasi yang sama sebelumnya.

Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan mengenai teknik menyusui yang benar yang terdiri atas 20 pertanyaan pilihan ganda. Materi meliputi posisi menyusui, perlekatan, tanda bayi menyusu efektif, frekuensi menyusui, serta dampak teknik menyusui yang tidak benar. Media intervensi berupa poster yang memuat informasi mengenai posisi menyusui, perlekatan, dan tanda bayi menyusu efektif. Uji normalitas dilakukan menggunakan Shapiro-Wilk karena jumlah sampel kurang dari 50 responden. Data yang tidak berdistribusi normal dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test.

Pengumpulan data dilakukan melalui tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Setelah responden menyetujui *informed consent*, peneliti memberikan kuesioner *pre-test*, kemudian memberikan edukasi secara langsung dan interaktif menggunakan media poster. Setelah edukasi, responden mengisi kuesioner *post-test*. Data kemudian diedit, diberi kode, ditabulasi, diproses, dan dibersihkan sebelum dianalisis. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi pengetahuan, sedangkan analisis bivariat digunakan untuk membandingkan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Penelitian telah memperoleh Ethical Clearance Nomor 005677/UNIVERSITAS MEDIKA SUHERMAN/2026.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1) Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi usia ibu, pendidikan ibu, dan pengalaman menyusui. Hasil distribusi karakteristik responden disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	n	%
Usia ibu	<20 tahun	18	51,4
	20–35 tahun	8	22,9
	>35 tahun	9	25,7
Pendidikan ibu	Pendidikan dasar	6	17,1
	Pendidikan menengah	11	31,4
	Pendidikan lanjutan	18	51,4

Karakteristik	Kategori	n	%
Pengalaman menyusui	Tidak memiliki pengalaman	12	34,3
	Memiliki pengalaman	23	65,7
Total		**35**	**100**

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar responden berusia <20 tahun, yaitu 18 responden (51,4%). Berdasarkan pendidikan, sebagian besar memiliki pendidikan lanjutan sebanyak 18 responden (51,4%). Berdasarkan pengalaman menyusui, sebagian besar responden memiliki pengalaman menyusui, yaitu 23 responden (65,7%). Karakteristik tersebut dapat menjadi salah satu faktor yang berkaitan dengan kemampuan ibu dalam menerima, memahami, dan mengingat informasi kesehatan, meskipun bukan merupakan variabel utama dalam penelitian ini.

Karakteristik demografi ini menjadi konteks penting yang memengaruhi daya terima dan retensi informasi kesehatan. Usia muda dan pengalaman menyusui sebelumnya membentuk kesiapan mental serta persepsi ibu, sedangkan tingkat pendidikan tinggi mempermudah daya tangkap terhadap pesan-pesan edukatif yang disampaikan melalui media tertulis dan visual [11].

2) Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi

Tabel 2. Nilai Pengetahuan Ibu Menyusui Sebelum dan Sesudah Edukasi Melalui Media Poster

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pengetahuan sebelum	35	8	18	12,94	2,588
Pengetahuan setelah	35	14	20	17,80	2,040

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan Tabel 2, rata-rata skor pengetahuan ibu menyusui sebelum diberikan edukasi sebesar 12,94. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum pemahaman ibu mengenai teknik menyusui yang benar masih berada pada tingkat yang belum memadai. Sebagian besar ibu belum memahami dengan jelas mengenai berbagai posisi menyusui yang benar, tanda-tanda perlekatan yang baik, serta tanda bayi menyusu secara efektif. Banyak ibu menyusui yang hanya menyusui berdasarkan perasaan atau pengalaman turun-temurun tanpa mengetahui prinsip-prinsip ilmiah menyusui yang benar. Rendahnya pemahaman ini berisiko menimbulkan berbagai masalah pada payudara dan kesulitan pemberian ASI eksklusif [3].

Setelah diberikan edukasi kesehatan melalui media poster, rata-rata skor pengetahuan ibu meningkat menjadi 17,80 atau mengalami peningkatan sebesar 4,86 poin. Peningkatan skor pengetahuan ini menunjukkan bahwa materi yang disampaikan melalui poster dapat dipahami dan diterima dengan baik oleh ibu. Poster yang memadukan gambar ilustrasi dengan tulisan yang singkat, jelas, dan mudah dibaca sangat membantu ibu dalam memahami informasi. Gambar posisi menyusui dan perlekatan yang benar memudahkan ibu membayangkan dan mempraktikkannya secara langsung. Hal ini sejalan dengan pendapat yang menyatakan bahwa media yang memuat gabungan gambar dan tulisan lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dan daya ingat seseorang dibandingkan penyampaian informasi secara lisan saja [6].

Peningkatan pengetahuan ini juga disebabkan karena edukasi yang diberikan bersifat terstruktur, berulang, dan langsung berkaitan dengan masalah yang sedang dihadapi ibu sehari-hari. Ibu tidak hanya membaca informasi, tetapi juga mendapatkan penjelasan langsung dari peneliti sehingga keraguan yang dimiliki dapat terjawab saat itu juga. Pemahaman yang baik akan mendorong ibu untuk menerapkan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari, sehingga diharapkan masalah-masalah menyusui yang dialami dapat berkurang dan pemberian

ASI menjadi lebih lancar dan berkelanjutan [7].

3) Pengaruh Edukasi Melalui Media Poster

Uji statistik non-parametrik *Wilcoxon Signed Rank Test* digunakan untuk menganalisis pengaruh intervensi edukasi terhadap pengetahuan responden. Hasil analisis bivariat disajikan pada Tabel 3 dan Tabel 4.

Tabel 3. Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test

Post-test – Pre-test	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Negative Ranks	0	0,00	0,00
Positive Ranks	34	17,50	595,00
Ties	1	-	-
Total	**35**	**-**	**-**

Keterangan: Negative Ranks = *Post-test* < *Pre-test*; Positive Ranks = *Post-test* > *Pre-test*; Ties = *Post-test* = *Pre-test*. Sumber: Data Primer 2026.

Tabel 4. Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test

Statistik	Nilai
Z	-5,105
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,000

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan Tabel 3, hasil uji statistik menunjukkan nilai p = 0,000 yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian edukasi kesehatan melalui media poster terhadap peningkatan pengetahuan ibu menyusui. Tidak ada ibu yang mengalami penurunan skor pengetahuan, dan hampir seluruh ibu (34 dari 35 orang) mengalami peningkatan skor setelah diberikan edukasi. Hal ini membuktikan bahwa poster sebagai media edukasi sangat efektif digunakan untuk menyampaikan informasi kesehatan kepada ibu menyusui.

Keunggulan poster terletak pada kemampuannya menarik perhatian, mudah dipahami, dan mudah diingat. Pesan yang disampaikan melalui poster dapat dilihat berulang kali oleh ibu, sehingga informasi tersebut akan semakin melekat dalam ingatan. Ibu dapat membawa pulang poster tersebut dan mempelajarinya kembali di rumah apabila lupa, sehingga proses pembelajaran tidak berhenti saat kegiatan selesai. Hal ini berbeda dengan penyuluhan lisan saja yang mudah terlupa jika tidak segera dipraktikkan. Penelitian sebelumnya juga menyebutkan bahwa media visual seperti poster sangat membantu masyarakat dalam memahami pesan kesehatan karena unsur gambar memperjelas penjelasan yang tertulis [6].

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa pemberian edukasi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan ibu menyusui secara signifikan. Peningkatan pengetahuan merupakan langkah awal terbentuknya kesadaran dan perubahan perilaku. Apabila ibu sudah memahami cara menyusui yang benar, maka ibu akan termotivasi untuk menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, masalah-masalah yang timbul akibat kesalahan teknik menyusui dapat dicegah, dan pemberian ASI eksklusif dapat berjalan dengan lancar. Oleh karena itu, pemanfaatan poster sebagai media penyuluhan kesehatan sangat disarankan untuk dilaksanakan secara berkelanjutan di Posyandu Desa Karang Asih maupun di wilayah lain [8,9].

4. KESIMPULAN

Pengetahuan ibu menyusui sebelum diberikan edukasi melalui media poster memiliki nilai minimum 8, maksimum 18, *mean* 12,94, dan standar deviasi 2,588. Setelah diberikan edukasi, nilai minimum menjadi 14, maksimum 20, *mean* 17,80, dan standar deviasi 2,040,

dengan peningkatan rata-rata sebesar 4,86 poin. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan Z = -5,105 dan *p-value* = 0,000 (p < 0,05), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian, terdapat pengaruh yang signifikan pemberian edukasi melalui media poster terhadap pengetahuan ibu menyusui mengenai teknik menyusui yang benar di Posyandu Desa Karang Asih Tahun 2026.

Disarankan agar ibu menyusui menerapkan informasi yang telah diperoleh, Posyandu Desa Karang Asih memanfaatkan poster sebagai media edukasi berkelanjutan, tenaga kesehatan memberikan edukasi secara rutin, dan peneliti selanjutnya menggunakan jumlah responden lebih besar, metode yang lebih beragam, serta mempertimbangkan variabel lain yang dapat memengaruhi.

5. DAFTAR PUSTAKA

[1] R. R. Afrida and Y. Sulistyorini, "Hubungan pemberian ASI eksklusif terhadap perkembangan bayi: A systematic literature review," Holistik Jurnal Kesehatan, vol. 18, no. 6, pp. 795–803, 2024.

[2] H. A. Putri, R. Sri, M. L. Eko, and P. Setyo, "Optimalisasi tumbuh kembang bayi dan pemberian ASI eksklusif dengan pendekatan holistik," Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan, vol. 9, no. 2, pp. 102–109, 2023.

[3] S. Sukarni and D. N. Lestari, "Hubungan cara menghisap puting dan cara merawat payudara dengan kejadian puting lecet pada saat awal laktasi," Jurnal Maternitas Aisyah, vol. 6, no. 3, pp. 143–148, 2025.

[4] N. S. Yunita, D. A. K., and I. Tristanti, "Pengaruh edukasi teknik menyusui terhadap efektivitas menyusui pada ibu nifas," Indonesian Journal of Midwifery, vol. 8, no. 2, pp. 164–171, 2025.

[5] M. Pakpahan, D. Siregar, A. Susilawaty, T. Tasnim, R. Ramdany, E. I. Manurung, et al., Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Yayasan Kita Menulis, 2021.

[6] R. Munir and F. Lestari, "Edukasi teknik menyusui yang baik dan benar pada ibu menyusui," Jurnal Abdi Mahosada, vol. 1, no. 1, pp. 28–34, 2023.

[7] H. H. Maharudin and Iryanti, "Pengaruh edukasi media poster terhadap pengetahuan masyarakat usia 19–30 tahun tentang COVID-19," Jurnal Kesehatan Siliwangi, vol. 2, no. 1, pp. 251–257, 2021.

[8] S. Masruroh and Mukhoirotin, "Pendidikan kesehatan media audiovisual untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan psikomotor ibu tentang teknik menyusui," Midwiferia Jurnal Kebidanan, vol. 8, no. 1, pp. 9–21, 2022.

[9] D. Puspitasari and K. Candra, "Penerapan pendidikan kesehatan teknik menyusui yang benar untuk mencapai keberhasilan ASI eksklusif," Jurnal Kesehatan Siliwangi, vol. 2, no. 2, 2022.