



Pengaruh Metode *Emotional Demonstration* Terhadap Pengetahuan dan Efikasi Diri Ibu Hamil dalam Pemberian Asi Eksklusif di Kabupaten Minahasa Utara

Chrismyta Stevani Komaling¹, John Wantania², Novie Rampengan³

^{1,2,3} Universitas Sam Ratulangi Manado
komalingchrismyta@gmail.com

Abstrak

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi terbaik bagi bayi dan sangat berperan dalam tumbuh kembang serta kelangsungan hidup anak. Namun, cakupan pemberian ASI eksklusif di Kabupaten Minahasa Utara masih di bawah target nasional dan global. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh metode *Emotional Demonstration* (Emo-Demo) terhadap pengetahuan dan efikasi diri ibu hamil dalam pemberian ASI eksklusif. Desain penelitian ini adalah kuasi eksperimen dengan pendekatan *one group pre-test post-test*, melibatkan 40 ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Wori, Kabupaten Minahasa Utara. Intervensi diberikan dalam bentuk penyuluhan menggunakan metode Emo-Demo dan data dikumpulkan melalui kuesioner terstandar. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan pada rata-rata skor pengetahuan dan efikasi diri setelah intervensi. Skor pengetahuan meningkat dari 5,55 menjadi 7,90 dan efikasi diri dari 19,82 menjadi 24,10, dengan nilai signifikansi $< 0,05$. Temuan ini menunjukkan bahwa metode Emo-Demo efektif dalam meningkatkan kesiapan ibu hamil untuk menyusui secara eksklusif. Pendekatan edukatif berbasis emosional terbukti mampu menciptakan perubahan perilaku yang bermakna dan dapat menjadi strategi yang direkomendasikan dalam promosi kesehatan ibu dan anak.

Kata Kunci: ASI Eksklusif, Ibu Hamil, Efikasi Diri, Pengetahuan, Emo-Demo

Abstract

Breast milk is the best nutrition for infants and plays a vital role in their growth, development, and survival. However, the rate of exclusive breastfeeding in North Minahasa Regency remains below both national and global targets. This study aims to analyze the effect of the *Emotional Demonstration* (Emo-Demo) method on the knowledge and self-efficacy of pregnant women in providing exclusive breastfeeding. A quasi-experimental design with a *one-group pre-test post-test* approach was used, involving 40 pregnant women at the Wori Public Health Center. The intervention consisted of health education sessions using the Emo-Demo method, with data collected via standardized questionnaires. The results showed a significant increase in both knowledge and self-efficacy scores after the intervention. Knowledge scores increased from 5.55 to 7.90, and self-efficacy scores from 19.82 to 24.10 ($p < 0.05$). These findings suggest that the Emo-Demo method is effective in preparing pregnant women to provide exclusive breastfeeding. Emotion-based educational approaches can successfully promote meaningful behavioral changes and are recommended for maternal and child health promotion programs.

Keywords: Exclusive Breastfeeding, Pregnant Women, Self-Efficacy, Knowledge, Emo-Demo

PENDAHULUAN

Menyusui merupakan metode paling ideal untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi dan mendukung tumbuh kembangnya secara optimal. Air Susu Ibu (ASI) tidak hanya merupakan makanan alami bagi bayi, tetapi juga memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan, mencegah penyakit infeksi, dan meningkatkan daya tahan tubuh anak sejak dini (Ballard & Morrow, 2013; Infodatin, 2017). WHO dan UNICEF merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi dan dilanjutkan hingga usia dua tahun atau lebih (WHO, 2018; UNICEF, 2015). Namun, di berbagai wilayah Indonesia, termasuk Kabupaten Minahasa Utara, cakupan ASI eksklusif masih belum mencapai target yang ditetapkan secara nasional maupun internasional (BPS, 2022).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Minahasa Utara, pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0–6 bulan selama periode 2019–2021 berkisar antara 59% hingga 64%, di mana tahun 2019 tercatat 59,80%, tahun 2020 sebesar 59,00%, dan tahun 2021 meningkat menjadi 64,7%. Namun, capaian ini masih berada di bawah target nasional sebesar 80% dan target WHO sebesar 70% pada tahun 2025 (Dinkes Minahasa Utara, 2022; WHO, 2018). Salah satu wilayah dengan cakupan ASI eksklusif terendah adalah Puskesmas Wori, yang pada tahun 2021 hanya mencapai 49%, dan tahun 2019 bahkan hanya 33,72%.

Berbagai studi menyebutkan bahwa faktor-faktor seperti pengetahuan ibu, tingkat pendidikan, status psikologis, dukungan sosial, dan efikasi diri ibu sangat berpengaruh terhadap praktik menyusui eksklusif (Meedya et al., 2010; Mangrio et al., 2017; Prates et al., 2015). Di antara faktor-faktor tersebut, pengetahuan dan efikasi diri memiliki kontribusi besar dalam membentuk perilaku menyusui. Efikasi diri menyusui, yang merujuk pada keyakinan ibu terhadap kemampuan dirinya untuk menyusui secara berhasil, merupakan prediktor penting untuk keberhasilan praktik menyusui jangka panjang (Dennis et al., 2006; McQueen et al., 2011).

Untuk meningkatkan pengetahuan dan efikasi diri, dibutuhkan metode pendidikan yang tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga menyentuh aspek afektif dan emosional. Salah satu pendekatan yang dikembangkan untuk tujuan ini adalah metode *Emotional Demonstration* (Emo-Demo). Emo-Demo merupakan metode edukasi partisipatif yang dirancang berdasarkan teori *Behavior Centred Design* dan bertujuan menyampaikan pesan sederhana melalui cara yang menyenangkan dan menyentuh emosi, sehingga lebih mudah diingat dan dapat mengubah perilaku (Aunger & Curtis, 2016; Mamonto et al., 2019).

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa metode Emo-Demo efektif meningkatkan

pengetahuan dan sikap ibu terhadap ASI eksklusif karena mengandalkan keterlibatan aktif dan penggunaan media nyata dalam penyampaian (Nadia Vista, 2020; GAIN, 2022). Modul Emo-Demo tentang ASI eksklusif menekankan pentingnya ukuran perut bayi dan prinsip produksi ASI, serta didukung dengan permainan interaktif dan role play yang menggugah emosi ibu.

Berangkat dari permasalahan dan wawasan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh metode Emo-Demo terhadap peningkatan pengetahuan dan efikasi diri ibu hamil dalam pemberian ASI eksklusif di Kabupaten Minahasa Utara, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Wori. Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimen dengan pendekatan *one group pre-test post-test* untuk mengevaluasi perubahan yang terjadi sebelum dan sesudah intervensi edukatif.

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan cakupan ASI eksklusif melalui pendekatan edukasi yang lebih efektif dan partisipatif. Selain itu, temuan ini juga dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan bagi institusi kesehatan dan pengambil kebijakan untuk mengembangkan model edukasi yang relevan dan berbasis bukti ilmiah guna meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan ibu dan anak.

METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan kuasi eksperimen (*quasi experiment*) dengan desain *one group pre-test post-test*. Desain ini dipilih untuk mengevaluasi perubahan yang terjadi pada kelompok yang sama sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa metode *Emotional Demonstration* (Emo-Demo). Melalui desain ini, pengukuran dilakukan dua kali, yaitu sebelum dan setelah perlakuan diberikan, dengan harapan dapat diketahui sejauh mana pengaruh intervensi terhadap variabel pengetahuan dan efikasi diri ibu hamil.

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Wori, Kabupaten Minahasa Utara, selama periode Februari hingga Juni 2025. Pemilihan lokasi dilakukan secara purposif karena berdasarkan data yang tersedia, cakupan pemberian ASI eksklusif di wilayah ini merupakan yang terendah dibandingkan wilayah kerja puskesmas lainnya. Subjek penelitian adalah seluruh ibu hamil yang tercatat dalam data rekam medis Puskesmas Wori pada waktu penelitian berlangsung, dengan jumlah total sebanyak 40 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling*, di mana seluruh populasi yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan sebagai sampel penelitian. Kriteria inklusi mencakup ibu hamil yang bersedia menjadi responden, mampu membaca, menulis, dan

mendengar dengan baik. Sementara itu, ibu hamil yang menolak berpartisipasi dalam penelitian dikecualikan.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen berupa kuesioner terstruktur yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Kuesioner ini terdiri atas dua bagian utama, yakni pernyataan-pernyataan yang mengukur tingkat pengetahuan ibu hamil tentang ASI eksklusif, serta pernyataan-pernyataan untuk menilai efikasi diri ibu dalam menyusui. Uji validitas instrumen dilakukan menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment* dengan nilai *r*-tabel sebesar 0,444. Seluruh butir pada kuesioner pengetahuan dan efikasi diri menunjukkan nilai *r*-hitung lebih besar dari *r*-tabel, sehingga dinyatakan valid. Sedangkan reliabilitas instrumen diuji menggunakan *Cronbach's Alpha*, dengan hasil bahwa seluruh instrumen memiliki nilai > 0,6 dan dinyatakan reliabel.

Intervensi Emo-Demo diberikan kepada seluruh responden dalam bentuk penyuluhan interaktif yang dipandu oleh fasilitator terlatih. Penyuluhan menggunakan media peraga seperti gambar ilustrasi, kartu ukuran perut bayi, dan modul ASI eksklusif yang dikembangkan oleh Global Alliance for Improved Nutrition (GAIN). Selama sesi Emo-Demo, dilakukan juga role play yang dirancang untuk menyentuh aspek emosional ibu hamil, sehingga diharapkan dapat meningkatkan pemahaman sekaligus membentuk sikap dan kepercayaan diri dalam pemberian ASI eksklusif.

Setelah data dikumpulkan melalui kuesioner sebelum dan sesudah intervensi, pengolahan data dilakukan secara sistematis. Analisis data meliputi analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden, serta analisis bivariat menggunakan uji *paired sample t-test* untuk mengetahui perbedaan skor pengetahuan dan efikasi diri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Uji statistik dilakukan dengan tingkat signifikansi 5% ($p < 0,05$). Hasil analisis digunakan untuk menarik kesimpulan tentang pengaruh metode Emo-Demo terhadap peningkatan pengetahuan dan efikasi diri ibu hamil dalam pemberian ASI eksklusif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

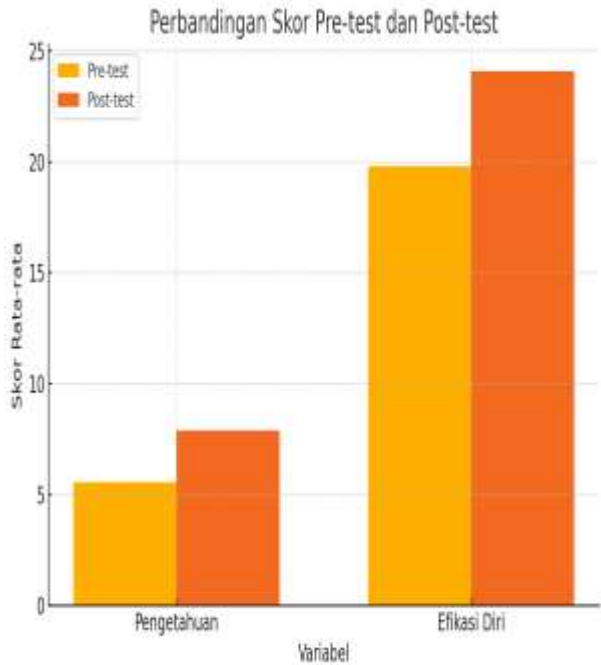
Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan dan efikasi diri ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan intervensi pendidikan kesehatan dengan metode *Emotional Demonstration* (Emo-Demo). Nilai rata-rata skor pengetahuan ibu meningkat dari sebelum intervensi sebesar 5,55 menjadi lebih tinggi setelah intervensi, dan skor efikasi diri meningkat dengan rata-rata 19,82. Hal ini menunjukkan bahwa metode Emo-Demo memiliki pengaruh yang bermakna terhadap peningkatan

pemahaman dan keyakinan diri ibu dalam memberikan ASI eksklusif.

Tabel 1. Rata-rata Nilai Pre-test dan Post-test Pengetahuan dan Efikasi Diri Ibu Hamil

Variabel	Pre-test (Mean)	Post-test (Mean)	Selisi h	Signifikansi (p-value)
Pengetahuan	5.55	7.90	2.35	< 0.05
Efikasi Diri	19.82	24.10	4.28	< 0.05

Peningkatan skor pengetahuan mengindikasikan bahwa metode Emo-Demo mampu menyampaikan informasi secara efektif dan diterima dengan baik oleh ibu hamil. Kegiatan interaktif dan penggunaan media yang menyentuh aspek emosional terbukti membantu peserta untuk lebih memahami pentingnya ASI eksklusif. Metode ini juga mampu mengatasi hambatan kognitif yang sering dijumpai dalam penyuluhan konvensional, karena pesan yang disampaikan menjadi lebih mudah diingat dan dipahami. Hal ini selaras dengan temuan sebelumnya yang menyatakan bahwa pendekatan emosional dan partisipatif dalam pendidikan kesehatan memiliki efektivitas yang lebih tinggi dibandingkan metode ceramah biasa (Mamonto dkk., 2019; GAIN, 2022).



Dalam hal efikasi diri, peningkatan skor menunjukkan bahwa metode Emo-Demo tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga membangun kepercayaan diri ibu dalam menjalani proses menyusui. Efikasi diri yang tinggi merupakan faktor penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif, karena keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri memengaruhi keputusan dan konsistensi ibu dalam menyusui (Dennis, 2003; McQueen et al., 2011). Hasil ini diperkuat oleh temuan Lutfiani dkk. (2020) yang menunjukkan bahwa edukasi berbasis emosional

efektif dalam meningkatkan efikasi diri ibu hamil terhadap praktik ASI eksklusif.

Secara teori, keberhasilan metode Emo-Demo dapat dijelaskan melalui *Behavior Centered Design* (BCD) yang menjadi dasar pengembangan pendekatan ini. Dalam BCD, perubahan perilaku dicapai melalui stimulasi emosi yang kuat, pengalaman yang menyenangkan, dan partisipasi aktif individu dalam proses belajar (Aunger & Curtis, 2016). Ketika ibu mengalami langsung simulasi dan diskusi yang relevan dengan kondisi mereka, mereka lebih terdorong untuk mengambil keputusan yang tepat dalam praktik menyusui.

Selain itu, hasil penelitian ini mendukung teori efikasi diri dari Bandura yang menyatakan bahwa pengalaman langsung, model peran, dan persuasi verbal adalah komponen utama dalam membangun efikasi diri (Bandura, 1997). Dalam metode Emo-Demo, ibu tidak hanya menerima informasi, tetapi juga berperan serta dalam simulasi, bermain peran, dan refleksi, sehingga semua komponen tersebut terpenuhi.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa metode Emo-Demo merupakan pendekatan edukatif yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan efikasi diri ibu hamil mengenai ASI eksklusif. Hasil ini menjawab pertanyaan penelitian dan mendukung hipotesis bahwa terdapat pengaruh positif metode ini terhadap kedua variabel tersebut. Temuan ini juga memperkuat hasil penelitian terdahulu dan memberi kontribusi dalam praktik promosi kesehatan di tingkat pelayanan primer.

Penelitian ini memiliki implikasi praktis, terutama bagi tenaga kesehatan di puskesmas dan kader kesehatan masyarakat. Mereka dapat memanfaatkan metode Emo-Demo dalam kegiatan penyuluhan, karena terbukti lebih mampu menciptakan perubahan perilaku yang positif dibanding metode edukasi konvensional. Ke depannya, perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk mengukur dampak jangka panjang dari metode ini terhadap praktik pemberian ASI eksklusif setelah bayi lahir, serta menilai efektivitasnya pada kelompok masyarakat dengan latar belakang sosial-ekonomi yang lebih beragam.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa metode *Emotional Demonstration* (Emo-Demo) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan efikasi diri ibu hamil dalam pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Wori, Kabupaten Minahasa Utara. Berdasarkan hasil analisis, terjadi peningkatan skor rata-rata pengetahuan dan efikasi diri secara bermakna setelah diberikan intervensi. Hal ini mencerminkan bahwa pendekatan edukasi yang bersifat partisipatif dan menyentuh aspek emosional lebih efektif dalam membentuk

pemahaman dan keyakinan ibu terhadap pentingnya pemberian ASI eksklusif.

Metode Emo-Demo terbukti mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, menyentuh emosi, dan mendorong keterlibatan aktif ibu hamil dalam proses edukasi. Temuan ini tidak hanya mendukung teori *Behavior Centered Design* yang menjadi dasar pendekatan Emo-Demo, tetapi juga menguatkan temuan penelitian sebelumnya bahwa pengetahuan dan efikasi diri merupakan dua faktor kunci dalam keberhasilan praktik menyusui.

Dengan demikian, simpulan utama dari penelitian ini adalah bahwa pendidikan kesehatan menggunakan metode Emo-Demo efektif dalam meningkatkan kesiapan ibu hamil dalam praktik pemberian ASI eksklusif, baik dari sisi kognitif maupun afektif. Temuan ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan strategi edukasi yang lebih berdampak dalam program kesehatan ibu dan anak, khususnya dalam upaya peningkatan cakupan ASI eksklusif di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Aunger, R., & Curtis, V. (2016). Behaviour Centred Design: Towards an applied science of behaviour change. *Health Psychology Review*, 10(4), 425–446.
- BPS. (2022). Statistik Kesehatan Kabupaten Minahasa Utara. Badan Pusat Statistik.
- Ballard, O., & Morrow, A. L. (2013). Human milk composition: Nutrients and bioactive factors. *Pediatric Clinics*, 60(1), 49–74.
- Dennis, C. L. (2003). The breastfeeding self-efficacy scale: Psychometric assessment of the short form. *Journal of Obstetric, Gynecologic, & Neonatal Nursing*, 32(6), 734–744.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Minahasa Utara. (2022). Profil Kesehatan Tahun 2021.
- GAIN. (2022). Modul Emo-Demo ASI Eksklusif. Global Alliance for Improved Nutrition.
- Lutfiani, N., Maulida, L., & Hidayat, A. (2020). Efektivitas metode Emo Demo terhadap efikasi diri ibu dalam pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Ners*, 15(2), 180–188.
- Mamonto, C. L., Pateda, V. M., & Saribulan, A. (2019). Penerapan metode Emo-Demo dalam promosi kesehatan reproduksi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 45–52.
- McQueen, K. A., Dennis, C. L., Stremler, R., & Norman, C. D. (2011). A pilot randomized controlled trial of a breastfeeding self-efficacy intervention with primiparous mothers. *Journal of Obstetric, Gynecologic, & Neonatal Nursing*, 40(1), 35–46.
- Meedya, S., Fahy, K., & Kable, A. (2010). Factors that positively influence breastfeeding duration to 6 months: A literature review. *Women and Birth*, 23(4), 135–145.
- Prates, L. A., Schmalfuss, J. M., Lipinski, J. M., & Coelho, T. C. (2015). Self-efficacy in

breastfeeding and the practice of exclusive
breastfeeding. *Revista Latino-Americana de
Enfermagem*, 23(4), 725–732.

UNICEF. (2015). Breastfeeding Advocacy
Initiative.

[https://www.unicef.org/nutrition/index_24824
.html](https://www.unicef.org/nutrition/index_24824.html)

WHO. (2018). Infant and young child feeding.
World Health Organization.

[https://www.who.int/news-room/fact-
sheets/detail/infant-and-young-child-feeding](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding)