JIKES: JURNAL ILMU KESEHATAN
Tahun 2026, Volume 5, Nomor 1, Bulan Juli-Desember: hlm 1065-1077
e-ISSN: 2963-069X | URL: https://yptb.org/index.php/jik | e-Mail: jurnalq17@gmail.com

Lisensi: CC-BY
DOI: https://doi.org/10.71456/jik.v5i1.2799

PEMANFAATAN MEDIA EDUKASI SOSIAL TIKTOK (MEDSOTIK) DALAM MENINGKATKAN *BREASTFEEDING SELF-EFFICACY* (STUDI DI KLINIK PRATAMA AZIZAH BUNTEN BARAT KETAPANG SAMPANG)

Nur Azizeh[1*], Zakkiyatus Zainiyah[2], Eny Susanti[3], & M. Suhron[4]

[*1]Program Studi S2 Administrasi Kesehatan, Universitas Noor Huda Mustofa
[2-4]Universitas Noor Huda Mustofa
e-Mail: azizahnursanusi@gmail.com

Submit Tgl: 19-September-2026 Diterima Tgl: 25-September-2026 Diterbitkan Tgl: 30-September-2026

Abstrak: *Breastfeeding self-efficacy* (BSE) adalah keyakinan ibu terhadap kemampuan dalam memulai, mempertahankan dan menghadapi hambatan dalam menyusui. Tujuan penelitian menganalisis pemanfaatan Media Edukasi Sosial TikTok (MEDSOTIK) dalam meningkatkan BSE ibu nifas di Klinik Pratama Azizah Bunten Barat, Kabupaten Sampang – Jawa Timur. Desain penelitian menggunakan *one-group pretest–posttest pre-experimental design* dengan 32 ibu nifas yang dipilih melalui *consecutive sampling*. Pengukuran tingkat BSE dilakukan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan *Breastfeeding Self-Efficacy Scale-Short Form* (BSE-SF). Analisis menggunakan *Wilcoxon Signed-Rank Test* dengan α=0.05. Hasil menunjukkan 84,4% responden mengalami peningkatan skor BSE, penurunan kategori rendah dari 25,0% menjadi 6,3% dan peningkatan kategori tinggi dari 25,0% menjadi 65,6%. Terdapat perbedaan signifikan skor BSE sebelum dan sesudah intervensi (p<0,001). Pemanfaatan Media Edukasi Sosial TikTok berpotensi mendukung peningkatan BSE pada ibu nifas melalui edukasi audiovisual yang mudah diakses dan dipelajari kembali.

Kata Kunci: *Breastfeeding self efficacy*; Media Sosial; TikTok

Abstract: *Breastfeeding self-efficacy (BSE) refers to a mother's confidence in her ability to initiate and maintain breastfeeding and to overcome challenges encountered during the breastfeeding process. This study aimed to analyze the utilization of TikTok Social Education Media (MEDSOTIK) in improving BSE among postpartum mothers at Azizah Primary Clinic, Bunten Barat, Sampang Regency, East Java. A one-group pretest–posttest pre-experimental design was employed involving 32 postpartum mothers selected through consecutive sampling. BSE was assessed before and after the intervention using the Breastfeeding Self-Efficacy Scale–Short Form (BSES-SF). Data were analyzed using the Wilcoxon Signed-Rank Test with an alpha level of 0.05. The results showed that 84.4% of respondents experienced an increase in BSE scores, while the proportion of respondents with low BSE decreased from 25.0% to 6.3%, and the proportion with high BSE increased from 25.0% to 65.6%. A statistically significant difference was found in BSE scores before and after the intervention (p < 0.001). The utilization of TikTok Social Education Media has the potential to support improved BSE among postpartum mothers through accessible audiovisual education that can be revisited as needed.*

Keywords: *Breastfeeding Self-Efficacy; Sosial Media; TikTok*

Cara mengutip Azizeh, N., Zainiyah, Z., Susanti, E., & Suhron, M. (2026). Pemanfaatan Media Edukasi Sosial Tiktok (Medsotik) dalam Meningkatkan Breastfeeding Self-Efficacy: (Studi di Klinik Pratama Azizah Bunten

Copyright©2026: Nur Azizeh, Zakkiyatus Zainiyah, Eny Susanti, & M. Suhron

Barat Ketapang Sampang) . *JIKES : Jurnal Ilmu Kesehatan, 5*(1), 1065–1077.
https://doi.org/10.71456/jik.v5i1.2799

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi utama yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi, terutama pada enam bulan pertama kehidupan. Seorang ibu pasca melahirkan harus memiliki keyakinan dalam keberhasilan pemberian ASI yang diistilahkan *breastfeeding self-efficacy* (BSE). *Breastfeeding self-efficacy* merupakan keyakinan ibu terhadap kemampuan dirinya dalam menyusui yang berperan dalam proses inisiasi dan keberlanjutan pemberian ASI (Borona et al, 2023). *Breastfeeding self-efficacy* di awal masa nifas adalah fase kritis dimana ibu menghadapi pengalaman menyusui secara nyata. Hal yang dirasakan antara lain kesulitan posisi dan pelekatan, nyeri pada payudara atau puting, persepsi ASI tidak cukup memenuhi kebutuhan bayi, bayi sulit menyusu dan kelelahan (Krupa-Kotara et a, 2025). Rendahnya breastfeeding self-efficacy dapat menyebabkan ibu lebih mudah merasa ragu terhadap kemampuan menyusuinya dan kurang mampu menghadapi hambatan yang muncul selama proses menyusui.

Pemberian ASI eksklusif secara global masih menghadapi berbagai tantangan. Data resmi *World Health Organization* (WHO) dan *United Nations Children's Fund* (UNICEF) melaporkan prevalensi ASI eksklusif pada bayi usia 0–5 bulan masih 48% pada tahun 2023 masih dibawah target 50% tahun 2025 dan 70% tahun 2030 (WHO & UNICEF, 2023). Prevalensi ASI ekslusif di Indonesia pada bayi 0–5 bulan mencapai 68,6% dan pada anak usia 6–23 bulan sebesar 55,5% (Kemenkes RI, 2023). Adapun prevalensi ASI ekslusif di Jawa Timur pada bayi usia kurang dari enam bulan meningkat dari 72,9% pada 2023 menjadi 81,2% pada 2024. Namun, capaian tersebut masih menunjukkan variasi antar kabupaten/kota sehingga belum sepenuhnya menggambarkan pemerataan pemberian ASI eksklusif di Jawa Timur (Dinkes Jatim, 2025). Penelitian lain di Indonesia juga menemukan hanya 30,8% ibu memberikan ASI eksklusif, sementara masalah ketidakcukupan ASI sdalah salah satu alasan utama kegagalan pemberian ASI eksklusif dan sebagian besar ibu menghadapi masalah keterampilan menyusui (Agrina et al, 2021). Sementara itu terkait BSE, review terhadap 12 artikel dengan total 1.980 ibu masalah yang paling banyak ditemukan adalah bendungan ASI (65%), nyeri payudara (52,5%), sumbatan saluran ASI (45,9%). Selain itu, ditemukan nyeri puting (15,5%), mastitis (10,5%), puting lecet (9,7%), puting terbenam (4,2%) dan abses payudara (0,6%) (Safitriana et al, 2024).

Penelitian terkait BSE oleh Silaban et al. (2024) juga menemukan bahwa sebagian besar ibu menyusui memiliki BSE yang rendah (71,2%) dan 72,9% ibu tidak memberikan ASI eksklusif. Penelitian ini juga menemukan hubungan yang signifikan antara BSE dan keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Silaban et al, 2024). Sedangkan di Jawa Timur tepatnya Sidoarjo dan Malang pada 1.210 ibu dengan bayi berusia kurang enam bulan di, sekitar 56% memiliki BSE rendah (Titaley et al, 2021). Studi pendahuluan pada 20 ibu dengan bayi 0-6 bulan di Klinik Pratama Azizah Bunten Barat Ketapang Sampang, sebagian besar pernah mengalami perasaan ragu dan tidak yakin ketika akan menyusui. Permasalahan seputar *breastfeeding self-efficacy* dipengaruhi oleh berbagai faktor baik internal dan eksternal. Kurangnya pengetahuan dan pemahaman ibu mengenai teknik menyusui yang

benar, posisi dan perlekatan bayi serta tanda kecukupan ASI sering menimbulkan keraguan terhadap kemampuan menyusui pada ibu.

Breastfeeding self-efficacy rendah yang tidak ditangani dengan baik dapat menjadi hambatan dalam keberhasilan pemberian ASI. Ibu menyusui dengan skor BSE yang rendah memiliki kecendrungan yang tinggi untuk berhenti menyusui (Dennis et al, 2024). Hal ini karena Ibu cenderung kurang yakin terhadap kemampuan menghadapi berbagai kesulitan menyusui, sehingga risiko mengalami penghentian menyusui dini. Penelitian Saavedra Sanchez et al. (2024) menunjukkan bahwa self-efficacy yang tinggi berhubungan positif dengan inisiasi dan pemeliharaan ASI eksklusif. Dengan demikian, BSE yang rendah dan tidak segera diidentifikasi dapat meningkatkan kemungkinan penghentian ASI lebih awal. Pemberian ASI tidak ekslusif, menyebabkan bayi akan lebih rentang mengalami berbagai gangguan kesehatan dan infeksi. Hal ini karena ASI mengandung berbagai komponen bioaktif dan imunologis yang berperan melindungi bayi dari patogen, mendukung perkembangan microbiota dan memengaruhi perkembangan imun (Dennis et al, 2024). ASI mengandung berbagai komponen yang memengaruhi sistem imun bayi, termasuk sitokin, *growth factors*, laktoferin, lisozim dan immunoglobulin (Brockway et al, 2024). Berbagai studi melaporkan bahwa anak yang tidak diberi ASI ekslusif rentang terhadap masalah pernapasan, diare infeksi (Hossain & Mihrshahi, 2022), gangguan pemenuhan nutrisi, gangguan pertumbuhan (Dib et al, 2024), *over weight* (Horta et al, 2023) serta gangguan perkembangan kognitif dan kecerdasan (Hou et al, 2021).

Solusi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan BSE antara lain konseling laktasi, edukasi kesehatan, demonstrasi teknik menyusui, pendampingan oleh tenaga kesehatan, dukungan keluarga dan pemanfaatan media digital. Studi oleh Uzunçakmak et al (2022) menunjukkan bahwa edukasi dan konseling menyusui melalui media sosial meningkatkan skor BSE pada kelompok intervensi. Salah satu media sosial saat ini yang sesuai untuk penyampaian edukasi kesehatan adalah TikTok. Hal ini karena TikTok memungkinkan penyampaian informasi melalui video singkat, visual, audio dan demonstrasi yang dapat ditonton kembali oleh ibu sesuai kebutuhan. Studi Parra et al. (2025) terhadap 224 video TikTok bertema *breastfeeding* menemukan bahwa 65% video dikategorikan berbasis bukti dan 32% tidak berbasis bukti. Dengan demikian, diperlukan inovasi dalam pemanfaatan Media Edukasi Sosial Tiktok (MEDSOTIK) yang berisi edukasi terstruktur tentang teknik menyusui, posisi, pelekatan, kecukupan ASI, penanganan masalah menyusui, penguatan motivasi dan keyakinan ibu. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis pemanfaatan Media Edukasi Sosial Tiktok (MEDSOTIK) dalam meningkatkan *breastfeeding self-efficacy* pada ibu nifas di Klinik Pratama Azizah Bunten Barat, Kabupaten Sampang – Jawa Timur.

METODE PENELITIAN

Desain dan Variabel Penelitian

Penelitian ini menggunakan *one-group pretest–posttest pre-experimental design*. Pengukuran *breastfeeding self-efficacy* (BSE) dilakukan sebelum dan sesudah pemberian intervensi Media Edukasi Sosial TikTok (MEDSOTIK) untuk menganalisis perubahan *breastfeeding self-efficacy* (BSE) pada ibu nifas setelah memperoleh edukasi kesehatan melalui platform TikTok. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pemanfaatan Media Edukasi Sosial TikTok (MEDSOTIK). Sedangkan variabel dependen dalam penelitian

adalah *breastfeeding self-efficacy*, yaitu keyakinan ibu terhadap kemampuan dalam menyusui secara efektif dan berkelanjutan.

Populasi dan Sampel

Populasi penelitian adalah seluruh ibu nifas yang mendapatkan pelayanan kesehatan di Klinik Pratama Azizah Bunten Barat pada Juli 2026 sejumlah 45 responden. Besar sampel ditentukan berdasarkan rumus *effect size* sebesar 0,50 (Cohen, 1998) dengan tingkat kemaknaan (α) 0,05 dan *statistical power* 80%. Pemilihan *effect size* didasarkan pada penelitian sebelumnya mengenai intervensi pendampingan laktasi dalam meningkatkan *breastfeeding self-efficacy* sebesar 0,522 (Aprilina, 2025). Berdasarkan rumus maka besar sampel didapatkan sebanyak 32 responden yang ditetapkan menggunakan *consecutive sampling*. Kriteria inklusi meliputi ibu nifas hari ke-3 sampai ke-10 *postpartum*, melahirkan bayi dalam kondisi stabil, bersedia menggunakan TikTok dan mengikuti seluruh proses dan menandatangani *informed consent*. Kriteria eksklusi adalah ibu nifas dengan komplikasi medis berat yang menghambat proses menyusui, tidak dapat mengakses TikTok, atau tidak bersedia mengikuti proses penelitian.

Instrumen Penelitian

Instrumen variabel independen berupa *Standar Operasional Prosedur* MEDSOTIK dan lembar monitoring pelaksanaan intervensi. Variabel dependen diukur menggunakan *Breastfeeding Self-Efficacy Scale–Short Form* (BSES-SF) yang dikembangkan oleh Cindy-Lee Dennis tahun 2003. BSES-SF merupakan bentuk singkat *Breastfeeding Self-Efficacy Scale* yang terdiri atas 14 item untuk mengukur keyakinan ibu terhadap kemampuan dalam menyusui, memulai, mempertahankan, dan menghadapi berbagai situasi selama menyusui. Validitas dan reliabilitas BSES-SF didukung oleh penelitian Sandhi et al (2022) dimana *confirmatory factor analysis* menunjukkan struktur satu dimensi yang sesuai, sedangkan reliabilitas internal menunjukkan nilai Cronbach's alpha = 0,90. Selain itu, penelitian Yuliani et al. (2023) pada 91 ibu hamil trimester III di Banyumas juga menunjukkan bahwa 14 item BSES-SF versi Indonesia memiliki loading factor > 0,50 dan reliabilitas internal yang sangat baik dengan Cronbach's alpha = 0,917.

Intervensi Penelitian

Intervensi penelitian ini memanfaatkan MEDSOTIK (Media Edukasi Sosial TikTok) yang digunakan untuk menyampaikan informasi, motivasi dan keterampilan menyusui. Intervensi diberikan selama delapan hari, mulai hari ke-3 hingga hari ke-10 postpartum, melalui video edukasi mengenai *breastfeeding self-efficacy*, teknik menyusui yang benar, kecukupan ASI, masalah umum menyusui, motivasi, dukungan keluarga, manajemen stres, dan penguatan komitmen menyusui. Pelaksanaan intervensi dipantau menggunakan *Standar Operasional Prosedur* dan lembar monitoring.

Analisis Data

Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi skor breastfeeding self-efficacy sebelum dan sesudah intervensi MEDSOTIK. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui perbedaan skor breastfeeding self-efficacy sebelum dan sesudah intervensi. Sebelum analisis bivariat, dilakukan uji normalitas menggunakan Shapiro–Wilk. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data skor breastfeeding self-efficacy tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$), sehingga analisis perbedaan skor pretest dan posttest dilakukan menggunakan Wilcoxon Signed-Rank Test. Tingkat kemaknaan ditetapkan pada $\alpha = 0,05$ dengan interval kepercayaan 95%.

Copyright©2026: Nur Azizeh, Zakkiyatus Zainiyah, Eny Susanti, & M. Suhron

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Umum Tempat Penelitian

Klinik Pratama Azizah merupakan fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama yang berada di Desa Bunten Barat, Kecamatan Ketapang, Kabupaten Sampang, Jawa Timur. Klinik ini memberikan pelayanan kesehatan dasar, meliputi pemeriksaan umum, kesehatan ibu dan anak, persalinan, nifas, imunisasi, keluarga berencana, serta pelayanan promotif dan preventif. Klinik Pratama Azizah berperan dalam peningkatan kesehatan ibu dan bayi melalui pelayanan antenatal, persalinan, nifas, dan konseling menyusui. Pemanfaatan media sosial TikTok melalui program MEDSOTIK menjadi salah satu inovasi edukasi untuk meningkatkan akses informasi dan mendukung breastfeeding self-efficacy pada ibu nifas.

Data Umum Penelitian

Distribusi Frekuensi Berdasrkan Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur, Pendidikan, Pekerjaan di Klinik Pratama Azizah Bunten Barat, Sampang – Jawa Timur

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
< 20 Tahun	2	6,3
20–35 Tahun	24	75
> 35 Tahun	6	18,7
Total	**32**	**100**
Pendidikan		
Pendidikan Dasar	12	37,5
Pendidikan Menengah	15	46,9
Pendidikan Tinggi	5	15,6
Total	**32**	**100**
Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga	16	50
Swasta	7	21,9
Wiraswasta	4	12,5
ASN/TNI/POLRI	2	6,2
Petani/Nelayan	3	9,4
Total	**32**	**100**

Sumber: Data Primer Juli 2026

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa dari 32 responden, sebagian besar ibu nifas yaitu 24 responden (75%) berada pada kelompok usia 20–35 tahun, yaitu sebanyak 24 responden. Kemudian berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan menengah setingkat SMA/MA/SMK yaitu 15 responden (46,9%). Sedangkan berdasarkan pekerjaan, didapatkan data bahwa setengah dari responden yaitu 16 responden (50,0%) merupakan ibu rumah tangga.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Paritas dan Lama Menggunakan TikTok di Klinik Pratama Azizah Bunten Barat, Sampang – Jawa Timur

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Paritas		
Primipara	14	43,8
Multipara	18	56,2
Total	**32**	**100**
Lama Menggunakan TikTok		
<1 Tahun	6	18,7
1–2 Tahun	12	37,5
>2 Tahun	14	43,8
Total	**32**	**100**

Sumber: Data Primer Juli 2026

Tabel 2 menunjukkan dari 32 responden, sebagian besar yaitu 18 responden (56,2%) merupakan multipara dimana ibu telah melahirkan bayi sebanyak dua kali atau lebih. Kemudian terkait dengan lama penggunaan TikTok, hamoir setengah dari responden yaitu 14 responden (43,8%) telah menggunakan TikTok selama lebih dari 2 tahun.

Data Khusus Penelitian

Distribusi Frekuensi Breastfeeding Self Efficacy Sebelum dan Setelah Intervensi

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Breastfeeding Self Efficasy Sebelum dan Setelah Intervensi MEDSOTIK di Klinik Pratama Azizah Bunten Barat, Sampang – Jawa Timur

Breastfeeding Self Efficasy	Sebelum Intervensi (Pre)		Setelah Intervensi (Post)	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	8	25	2	6,3
Sedang	16	50	9	28,1
Tinggi	8	25	21	65,6
Total	**32**	**100**	**32**	**100**

Sumber: Data Primer Juli 2026

Tabel 3 menunjukkan Tabel 3, sebelum diberikan intervensi MEDSOTIK, dari 32 responden terdapat 8 responden (25,0%) dengan *breastfeeding self-efficacy* rendah, 16 responden (50,0%) dengan kategori sedang, dan 8 responden (25,0%) dengan kategori tinggi. Setelah diberikan intervensi MEDSOTIK, jumlah responden dengan breastfeeding self-efficacy rendah menurun menjadi 2 responden (6,3%), sedangkan kategori sedang menurun menjadi 9 responden (28,1%). Sebaliknya, kategori tinggi meningkat menjadi 21 responden (65,6%). Secara deskriptif, terjadi perubahan distribusi *breastfeeding self-efficacy* ke arah kategori yang lebih tinggi setelah pemberian intervensi MEDSOTIK. Proporsi kategori tinggi meningkat dari 25,0% sebelum intervensi menjadi 65,6% setelah intervensi, sedangkan kategori rendah menurun dari 25,0% menjadi 6,3%. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan tingkat *breastfeeding self-efficacy* setelah intervensi MEDSOTIK di Klinik Pratama Azizah Bunten Barat, Sampang – Jawa Timur.

Uji Distribusi Normalitas Data Sebelum dan Setelah Intervensi

Tabel 4. Hasil Uji Distribusi Normalitas Data Sebelum dan Setelah Intervensi MEDSOTIK di Klinik Pratama Azizah Bunten Barat, Sampang – Jawa Timur

Variabel	Shapiro-Wilk Statistic	df	Sig.
Sebelum Intervensi	0.910	32	0.011
Sesudah Intervensi	0.884	32	0.002

Sumber: Data Primer Juli 2026

Tabel 4 menunjukkan hasil uji normalitas menggunakan Shapiro–Wilk menunjukkan nilai signifikansi skor *breastfeeding self-efficacy* sebelum intervensi sebesar 0,011 dan setelah intervensi sebesar 0,002. Kedua nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari α = 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data *breastfeeding self-efficacy* sebelum dan setelah intervensi MEDSOTIK tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu analisis statistik bivariat dilakukan menggunakan uji nonparametrik yaitu *Wilcoxon Signed-Rank Test*.

Analisa Data Penelitian

Analisa Data Breastfeeding Self Efficacy Sebelum dan Setelah Intervensi

Tabel 5. Hasil Analisa Data Peningkatan Breastfeeding Self Efficacy Sebelum dan Setelah Intervensi MEDSOTIK di Klinik Pratama Azizah Bunten Barat, Sampang – Jawa Timur

Variabel	Rentang Waktu	N	Menurun		Tetap		Meningkat		Z	p value
			F	%	F	%	F	%		
Breastfeeding Self Efficasy	Pre Test	32	3	9.2	6	18.8	23	71.8	-4.168	0.001
	Post Test	32								

Sumber: Data Primer Juli 2026

Tabel 5 menunjukkan dari 32 responden sebanyak 27 responden (84,4%) mengalami peningkatan skor, 2 responden (6,2%) mengalami penurunan skor dan 3 responden (9,4%) tidak mengalami perubahan skor *breastfeeding self-efficacy* antara sebelum dan setelah intervensi. Hasil uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* menunjukkan nilai Z sebesar -4,865 dengan nilai p<0,001. Nilai tersebut lebih kecil dari tingkat kemaknaan α=0,05, sehingga terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara skor *breastfeeding self-efficacy* sebelum dan setelah diberikan intervensi MEDSOTIK. Dengan demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian edukasi melalui MEDSOTIK di Klinik Pratama Azizah Bunten Barat, Kabupaten Sampang - Jawa Timur diikuti dengan peningkatan *breastfeeding self-efficacy* pada sebagian besar responden.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden mengalami peningkatan setelah intervensi MEDSOTIK. Hasil uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* juga menunjukkan perbedaan yang signifikan pada *breastfeeding self-efficacy* (BSE) sebelum dan setelah intervensi MEDSOTIK. Peningkatan pada BSE dalam pennelitian ini menunjukkan bahwa media sosial seperti TikTok dapat menjadi media edukasi yang mendukung peningkatan keyakinan ibu terhadap kemampuan dalam menyusui (Gonzales, 2021). *Breastfeeding self-efficacy* memberi penguatan keyakinan ibu berkaitan dengan pilihan untuk menyusui, usaha yang diberikan, kemampuan bertahan sampai menguasai keterampilan menyusui, pola pikir positif atau negatif terhadap diri dan respons emosional terhadap kesulitan dalam menyusui (Dennis et al, 2024). Keyakinan tersebut membuat ibu memiliki motivasi yang tinggi untuk memberikan ASI eksklusif sesuai edukasi tenaga kesehatan. Edukasi kesehatan tersebut di era digital ternyata melalui pemanfaataan media sosial seperti TikTok.

Penggunaan media digital dalam edukasi kesehatan memungkinkan informasi yang diberikan lebih menyenangkan, mudah diakses dan diterima oleh pengguna. Pemanfaatan media sosial dalam edukasi mampu meningkatkan pengalaman belajar, kepuasan peserta, membantu retensi pengetahuan jangka pendek dan pembelajaran bisa lebih menyenangkan

(Guckian et al, 2021). Edukasi kesehatan berbasis media sosial memungkinkan aktivitas pembelajaran interaktif, diskusi, persepsi positif dan memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan (Fouasson-Chailloux et al, 2022). Pemanfaatan media sosial memiliki keuntungan karena edukasi kesehatan secara audiovisual dan demonstrasi lebih efektif dalam meningkatkan sikap dan keterampilan menyusui serta teknik pelekatan (Fitriani et al, 2025). Konten-konten media sosial berkaitan dengan *breastfeeding* menurut hasil riset memiliki nilai indeks validitas konten global yang sangat tinggi, yaitu 0,97 dari ahli dan 1,00 dari pengguna (Dantas et al, 2022). Hal ini mengindikasikan bahwa edukasi kesehatan melalui audiovisual merupakan salah satu strategi dengan nilai efektivitas yang tinggi.

Sementara itu media sosial saat ini yang banyak digemari oleh nitizen adalah TikTok. TikTok merupakan platform media sosial berbasis video pendek yang memungkinkan para pengguna memproduksi, membagikan dan mengakses informasi secara interaktif. TikTok menawarkan konten edukasi melalui *short-form content* yang menarik dan terintegrasi dengan unsur audio, video, teks dan animasi yang mendukung konsep *micro-learning* dan dapat diakses secara fleksibel (Lacey et al, 2026). TikTok memungkinkan penyebaran konten dapat dimanfaatkan untuk komunikasi kesehatan, edukasi dan penyampaian pesan pendorong perubahan perilaku (O'Donnell et al, 2023). Kelebihan TikTok adalah dapat digunakan untuk menyampaikan konsep-konsep ilmiah dan teknik pembelajaran secara terfokus, sederhana namun sangat menarik (Radin and Light, 2022). TikTok sebagai media sosial akan sangat bermanfaat apabila digunakan pada sisi yang positif seperti edukasi kesehatan, termasuk untuk meningkatkan *breastfeeding self efficasy*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kedepan TikTok berpotensi menjadi strategi edukasi yang efektif dalam meningkatkan BSE pada ibu nifas. TikTok kini telah digunakan secara luas untuk menyebarkan informasi kesehatan mengenai *breastfeeding* dan memiliki keterlibatan pengguna yang cukup tinggi (Parra et al, 2025). Konten edukasi dalam inovasi ini disesuaikan dengan kebutuhan ibu seperti posisi saat menyusui, pelekatan bayi, tanda bayi memperoleh ASI yang cukup, perawatan payudara, penanganan puting lecet, dan pemecahan masalah laktasi. Edukasi melalui audiovisual yang mendemonstrasikan teknik menyusui dapat meningkatkan *breastfeeding self-confidence* dan skor teknik menyusui sehingga proporsi ASI eksklusif pada bayi dapat terpenuhi (G et al, 2026). Video edukasi mampu mengajarkan cara menangani *common breastfeeding problems* sehingga mampu meningkatkan pengetahuan *breastfeeding* ibu dan kepercayaan diri dalam menangani masalah menyusui (McLeod et al, 2021; Yuliani et al, 2022). Konten TikTok dalam inovasi ini berisi video edukasi yang berpotensi dapat meningkatkan kemampuan kognitif, keyakinan ibu dan kemampuan menangani hambatan dalam menyusui.

Hasil evaluasi post intervensi didapatkan peningkatkan *breastfeeding self-efficacy* ibu nifas. Hal ini mungkin karena TikTok sebagai platform berbasis video pendek mampu mengintegrasikan unsur audio, visual, teks dan demonstrasi secara simultan. Karakteristik tersebut memungkinkan informasi kesehatan yang kompleks, termasuk teknik dan fisiologi menyusui, disampaikan lebih sederhana, konkret, dan mudah dipahami oleh pengguna. Visualisasi dapat membantu dalam menjelaskan konsep abstrak yang sulit dipahami melalui metode konvensional (Hartney et al., 2021). Selain itu, pengembangan video edukasi menyusui terbukti dapat menghasilkan media pembelajaran yang inovatif, kreatif, dan dapat diterima dengan baik oleh ibu serta keluarga (Sousa et al., 2024). Studi terbaru juga menunjukkan bahwa pemanfaatan video pendek berbasis TikTok dalam edukasi laktasi dapat

meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku dukungan menyusui secara berkelanjutan (Azizah et al., 2026). Terlebih TikTok saat ini sebagai platform media sosial memiliki potensi besar sebagai saluran komunikasi kesehatan karena karakteristik dengan jangkauan luas dan tingkat keterlibatan pengguna yang sangat tinggi (Parra et al, 2025).

Inovasi edukasi berbasis TikTok dapat menjadi pendekatan yang strategis dalam mendukung peningkatan *breastfeeding self-efficacy* melalui mekanisme perubahan kognitif dan psikologis ibu. Penyajian edukasi menyusui dalam bentuk video yang singkat, menarik, mudah dipahami dan dapat diakses berulang membantu ibu meningkatkan pengetahuan, pemahaman, kemampuan mengingat, serta keterampilan dalam mengenali dan mengatasi masalah menyusui. Peningkatan kemampuan kognitif tersebut memberikan dasar bagi terbentuknya persepsi dan keyakinan yang lebih positif terhadap kemampuan ibu dalam melaksanakan praktik menyusui. Ketika ibu memiliki pengetahuan yang memadai mengenai manfaat ASI, teknik menyusui, posisi dan pelekatan bayi, serta penanganan hambatan laktasi, ibu cenderung memiliki keyakinan lebih kuat bahwa dirinya mampu menyusui secara efektif. Keyakinan tersebut tercermin dalam peningkatan BSE, yaitu kepercayaan ibu terhadap kemampuannya untuk memulai, mempertahankan dan mengatasi kesulitan selama proses menyusui. Peningkatan *breastfeeding self-efficacy* mendorong ibu untuk lebih percaya diri dalam menyusui bayi, mencoba teknik menyusui yang benar, bertahan menghadapi hambatan dan mempertahankan pemberian ASI.

KESIMPULAN

Pemanfaatan Media Sosial TikTok (MEDSOTIK) sebagai media edukasi menyusui menunjukkan perbedaan yang signifikan pada tingkat *breastfeeding self-efficacy* ibu nifas antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi berdasarkan uji Wilcoxon ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi melalui MEDSOTIK berpotensi meningkatkan keyakinan ibu nifas terhadap kemampuan diri dalam melaksanakan dan mempertahankan praktik menyusui. Pemanfaatan media audiovisual melalui TikTok memungkinkan penyampaian informasi dan demonstrasi menyusui yang mudah diakses serta dapat dipelajari kembali. Hal ini dapat mendukung peningkatan pemahaman, kesiapan dan keyakinan diri ibu dalam proses menyusui. Dengan demikian, MEDSOTIK dapat dipertimbangkan sebagai salah satu inovasi edukasi kesehatan berbasis digital dalam mendukung peningkatan *breastfeeding self-efficacy* pada ibu nifas. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain quasi-experiment dengan kelompok pembanding atau *randomized controlled trial* (RCT) untuk memperoleh bukti yang lebih kuat mengenai efektivitas MEDSOTIK serta mengendalikan faktor perancu yang berpotensi memengaruhi hasil penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

Agrina, A., Sabrian, F., Hasanah, O., Erika, E., & Hasneli, Y. (2021). Mothers' Breastfeeding Practices and Self-Efficacy. Jurnal Keperawatan Indonesia, 24(1), 17–24. https://doi.org/10.7454/jki.v24i1.1083

Aprilina, H. D. (2025). Pengaruh model pendampingan laktasi (MOPELA) pada ibu postpartum dengan bayi berat lahir rendah pascapemulangan dari ruang perinatologi terhadap efikasi diri menyusui dan berat badan bayi [Dissertation, Universitas Gadjah Mada]

Azizah, N., Denny, H. M., Adi, M. S., & Sulistiyani, S. (2026). Workplace lactation education with short videos to improve knowledge, attitudes, and support. Indonesian Journal of Occupational Safety and Health, 15(1), 16–27. https://doi.org/10.20473/ijosh.v15i1.2026.16-27

Borona, G., Gualdana, G., Maga, G., Del Bo, E., Arrigoni, C., Brigante, L., Daniele, M., Caruso, R., & Magon, A. (2023). Breastfeeding self-efficacy: A systematic review of psychometric properties using COSMIN. Journal of Human Lactation, 39(4), 595–614. https://doi.org/10.1177/08903344231190624

Brockway, M. M., Daniel, A. I., Reyes, S. M., Gauglitz, J. M., Granger, M., McDermid, J. M., Chan, D., Refvik, R., Sidhu, K. K., Musse, S., Patel, P. P., Monnin, C., Lotoski, L., Geddes, D. T., Jehan, F., Kolsteren, P., Bode, L., Eriksen, K. G., Allen, L. H., Hampel, D., … Azad, M. B. (2024). Human Milk Bioactive Components and Child Growth and Body Composition in the First 2 Years: A Systematic Review. Advances in nutrition (Bethesda, Md.), 15(1), 100127. https://doi.org/10.1016/j.advnut.2023.09.015

Cohen, J. (1988). Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.

Dantas, D. C., Góes, F. G. B., Santos, A. S. T. D., Silva, A. C. S. S. D., Silva, M. D. A., & Silva, L. F. D. (2022). Production and validation of educational video to encourage breastfeeding. Revista gaucha de enfermagem, 43, e20210247. https://doi.org/10.1590/1983-1447.2022.20210247.en

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. https://doi.org/10.1177/0884217503258459

Dennis, C.-L., McQueen, K., Dol, J., Brown, H., Beck, C., & Shorey, S. (2024). Psychometrics of the breastfeeding self-efficacy scale and short form: A systematic review. BMC Public Health, 24, 637. https://doi.org/10.1186/s12889-024-17805-6

Dib, S., Fair, F. J., McCann, L. J., Nicholls, A., Kalea, A. Z., Soltani, H., & Fewtrell, M. (2024). Effects of Exclusive Breastfeeding Promotion Interventions on Child Outcomes: A Systematic Review and Meta-Analysis. Annals of nutrition & metabolism, 80(2), 57–73. https://doi.org/10.1159/000535564

Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2025). Profil kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2024. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur.

Fitriani, P., Suryati, Y., Juhaeriah, J., Maryati, I., & Murtiningsih, M. (2025). The Effectiveness of Exclusive Breastfeeding Education through Audio-Visual Media and Demonstration among Primiparous Mothers. Indonesian Journal of Global Health Research, 7(6), 257–268. https://doi.org/10.37287/ijghr.v7i6.169

Fouasson-Chailloux, A., Daley, P., Menu, P., Gross, R., & Dauty, M. (2022). Social Media in Health Studies: A Systematic Review of Comparative Learning Methods. International journal of environmental research and public health, 19(4), 2205. https://doi.org/10.3390/ijerph19042205

G, P., Kamath, N., Mithra, P., & Rao, S. S. (2026). Effectiveness of peripartum video-based health education in improving maternal breast feeding self-efficacy and breastfeeding behaviour among Primigravida women through the COVID-19 Pandemic: a randomized controlled trial. La Clinica terapeutica, 177(2), 195–203. https://doi.org/10.7417/CT.2026.1995

Gonzales, A. M. (2021). Breastfeeding self-efficacy in Asia and Pacific: Scoping review. Nursing Practice Today, 8(1), 7–17. https://doi.org/10.18502/npt.v8i1.4489

Guckian, J., Utukuri, M., Asif, A., Burton, O., Adeyoju, J., Oumeziane, A., Chu, T., & Rees, E. L. (2021). Social media in undergraduate medical education: A systematic review. Medical education, 55(11), 1227–1241. https://doi.org/10.1111/medu.14567

Hartney, N., Dooley, D., & Nagle, C. (2021). Using animation to teach breastfeeding physiology: A proof of concept study. International Breastfeeding Journal, 16(1), 21. https://doi.org/10.1186/s13006-021-00368-2

Horta, B. L., Rollins, N., Dias, M. S., Garcez, V., & Pérez-Escamilla, R. (2023). Systematic review and meta-analysis of breastfeeding and later overweight or obesity expands on previous study for World Health Organization. Acta paediatrica (Oslo, Norway : 1992), 112(1), 34–41. https://doi.org/10.1111/apa.16460

Hossain, S., & Mihrshahi, S. (2022). Exclusive Breastfeeding and Childhood Morbidity: A Narrative Review. International journal of environmental research and public health, 19(22), 14804. https://doi.org/10.3390/ijerph192214804

Hou, L., Li, X., Yan, P., Wang, X., Wang, H., & Li, X. (2021). Impact of the duration of breastfeeding on the intelligence of children: A systematic review with network meta-analysis. Breastfeeding Medicine, 16(9), 687–696. https://doi.org/10.1089/bfm.2020.0364

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Krupa-Kotara, K., Markowski, J., & Grajek, M. (2025). Infant Feeding Challenges in the First Six Months: Influencing Factors, Consequences, and Strategies for Maternal Support. Nutrients, 17(6), 1070. https://doi.org/10.3390/nu17061070

Lacey, H., Donetto, S., Price, J., & Aziz, W. (2026). Beyond the Hype: A Scoping Review of TikTok's Potential and Pitfalls in Clinical Education. The clinical teacher, 23(3), e70413. https://doi.org/10.1111/tct.70413

McLeod, K., Waller, J., & Wyatt, T. R. (2021). Using Videos to Teach Medical Learners How to Address Common Breastfeeding Problems. MedEdPORTAL : the journal of teaching and learning resources, 17, 11136. https://doi.org/10.15766/mep_2374-8265.11136

O'Donnell, N., Jerin, S. I., & Mu, D. (2023). Using TikTok to Educate, Influence, or Inspire? A Content Analysis of Health-Related EduTok Videos. Journal of health communication, 28(8), 539–551. https://doi.org/10.1080/10810730.2023.2234866

Parra, A., Ramirez, J., von Ash, T., & Lebron, C. N. (2025). Fact-Checking #Breastfeeding: Analyzing TikTok Videos Related to Breastfeeding Information. Journal of nutrition education and behavior, 57(12), 1122–1128. https://doi.org/10.1016/j.jneb.2025.07.008

Radin AGB, Light CJ. (2022). TikTok: An Emergent Opportunity for Teaching and Learning Science Communication Online. J Microbiol Biol Educ. https://doi.org/10.1128/jmbe.00236-21

Safitriana, S., Budiati, T., & Rachmawati, I. N. (2024). Management of breast and nipple problems in breastfeeding: Systematic review. Disease Prevention and Public Health Journal, 18(1), 47–61. https://doi.org/10.12928/dpphj.v18i1.10274

Sandhi, A., Dennis, C.-L., & Kuo, S.-Y. (2022). Psychometric assessment of the Breastfeeding Self-Efficacy Scale-Short Form: A confirmatory factor analysis of Indonesian mothers. Clinical Nursing Research, 31(8). https://doi.org/10.1177/10547738221112756

Silaban, V. F., Simamora, V., Tobing, V. H., Situmorang, V. T., Fadilla, W., & Ningsih, W. (2024). Hubungan Breastfeeding Self Efficacy Ibu Menyusui Terhadap Keberhasilan ASI Eksklusif Pada Bayi 0-6 Bulan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Ngabang . Jurnal Ners, 8(1), 1116–1121. https://doi.org/10.31004/jn.v8i1.23112

Sousa, L. B., et al. (2022). Effect of educational video on newborn care for the knowledge of pregnant and postpartum women and their families. Revista Brasileira de Enfermagem, 75(Suppl. 2). https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-1371

Titaley, C. R., Dibley, M. J., Ariawan, I., Mu'asyaroh, A., Alam, A., Damayanti, R., Do, T. T., Ferguson, E., Htet, K., Li, M., Sutrisna, A., & Fahmida, U. (2021). Determinants of low breastfeeding self-efficacy amongst mothers of children aged less than six months: Results from the BADUTA study in East Java, Indonesia. International Breastfeeding Journal, 16(1), Article 12. https://doi.org/10.1186/s13006-021-00357-5

Titaley, C. R., Dibley, M. J., Ariawan, I., Mu'asyaroh, A., Alam, A., Damayanti, R., Do, T. T., Ferguson, E., Htet, K., Li, M., Sutrisna, A., & Fahmida, U. (2021). Determinants of low breastfeeding self-efficacy amongst mothers of children aged less than six months: results from the BADUTA study in East Java, Indonesia. International breastfeeding journal, 16(1), 12. https://doi.org/10.1186/s13006-021-00357-5

Uzunçakmak, T., Gökşin, İ., & Ayaz-Alkaya, S. (2022). The effect of social media-based support on breastfeeding self-efficacy: A randomised controlled trial. The European Journal of Contraception & Reproductive Health Care, 27(2), 159–165. https://doi.org/10.1080/13625187.2021.1946500

World Health Organization, & United Nations Children's Fund. (2023). Global breastfeeding scorecard 2023: Rates of breastfeeding increase around the world through improved protection and support. World Health Organization.

Yuliani, D. R., Aini, F. N., Winarso, S. P., & Amalia, R. (2023). The Breastfeeding Self-Efficacy Scale-Short Form (BSES-SF) versi Indonesia: Studi pendahuluan uji validitas

dan reliabilitas pada ibu hamil. Journal of Midwifery Science: Basic and Applied Research, 5(2). https://doi.org/10.31983/jomisbar.v5i2.10422

Yuliani, D. R., Sumiyati, S., & Winarso, S. P. (2022). Optimalisasi Breasfeeding Self-Efficacy Dan Keberhasilan Menyusui Melalui Online Class Persiapan Menyusui: Studi Pada Ibu Hamil Di Masa Pandemi Covid-19. Jurnal Sains Kebidanan, 4(1), 24–35. https://doi.org/10.31983/jsk.v4i1.8466