

Rancang Bangun, Validasi, dan Kelayakan Modul Hypnobreastfeeding untuk Mendukung Keberhasilan ASI Eksklusif

Andi Wilda Arianggara¹, Subriah²

^{1,2} Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Makassar

Email: ¹ andiwildaarianggara@poltekkes-mks.ac.id, ² subriah@poltekkes-mks.ac.id

Email Penulis Korespondensi: andiwildaarianggara@poltekkes-mks.ac.id

Article History:

Received Jan 7th, 2026

Accepted Jan 21th, 2026

Publish Jan 26th, 2026

Abstrak

Keadaan psikologis ibu merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi keberhasilan menyusui. Kecemasan dan stres dapat menghambat refleksi pengeluaran air susu ibu (ASI), sehingga diperlukan intervensi yang mendukung kondisi psikologis ibu menyusui. Hypnobreastfeeding merupakan metode berbasis afirmasi positif yang bertujuan membantu relaksasi ibu dan merangsang produksi ASI. Penelitian ini bertujuan untuk merancang, memvalidasi, dan menguji kelayakan modul Hypnobreastfeeding sebagai media edukasi bagi tenaga kesehatan. Metode penelitian menggunakan pendekatan *Research and Development (RnD)* dengan mengadopsi model pengembangan Borg dan Gall. Penilaian modul dilakukan melalui validasi ahli materi dan ahli media, serta uji kelayakan oleh pengguna melalui uji kelompok kecil dan kelompok besar. Aspek penilaian mengacu pada kriteria kelayakan Badan Standar Nasional Pendidikan. Sampel penelitian berjumlah 40 bidan yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Hasil validasi menunjukkan nilai rata-rata kelayakan oleh ahli media sebesar 95,7% dan oleh ahli materi sebesar 89,4%. Uji kelayakan pengguna pada kelompok kecil memperoleh nilai 83,4%, sedangkan pada kelompok besar sebesar 89,2%. Temuan ini menunjukkan bahwa modul Hypnobreastfeeding sangat layak digunakan sebagai media edukasi untuk mendukung keberhasilan menyusui.

Kata Kunci : *Hypnobreastfeeding*; Modul; Rancang Bangun, Validasi, Kelayakan

Abstract

Maternal psychological well-being is a key determinant of successful breastfeeding. Psychological distress, including anxiety and stress, may inhibit the milk ejection reflex and reduce breast milk production. Hypnobreastfeeding is a relaxation-based method that uses positive affirmations to support maternal mental comfort and stimulate lactation. This study aimed to design, validate, and evaluate the feasibility of a Hypnobreastfeeding module as an educational resource for healthcare providers. The study employed a *Research and Development* approach by adopting the Borg and Gall development model. Module evaluation was conducted in two stages: expert validation by two content experts and two media experts, followed by user feasibility testing through small- and large-group trials. The assessment criteria were adapted from the feasibility standards issued by the National Education Standards Board. A total of 40 midwives were recruited using purposive sampling. The results showed that the average validation score from media experts was 95.7%, while content experts rated the module at 89.4%. User feasibility testing demonstrated an average score of 83.4% in the small-group trial and 89.2% in the large-group trial. These findings indicate that the Hypnobreastfeeding module is highly feasible for use as an educational tool to support breastfeeding practices.

Keywords: *Hypnobreastfeeding*, Module, Design, Validation, Feasibility

1. PENDAHULUAN

Penerapan upaya gizi seimbang berdasarkan Permenkes Nomor 23 Tahun 2014 adalah setiap keluarga harus mampu mengenal, mencegah dan mengatasi masalah gizi setiap anggota keluarganya. Salah satu upaya yang dilakukan dengan pemberian ASI kepada bayi baru lahir sampai usia 6 bulan tanpa makanan atau minuman tambahan[1].

Berdasarkan hasil pemantauan status gizi tahun 2017, persentase bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif di Indonesia sebesar 35,73%. Untuk Provinsi Sulawesi Selatan sebesar 42,13%, sedangkan untuk kota Makassar sebesar 45,8%[2], [3]

Penyebab utama ibu tidak bisa memberikan ASI karena faktor emosional dan sikap ibu akan mempengaruhi kualitas jumlah ASI yang dihasilkan dan kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin dapat menyebabkan penurunan produksi dan pengeluaran ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan. Hormon ini sangat berperan dalam kelancaran produksi dan pengeluaran ASI. Masa post partum merupakan masa kritis baik bagi ibu maupun bayinya karena pada masa ini ibu mengalami kelelahan setelah melahirkan sehingga dapat mengurangi produksi ASI [4], [5].

Proses menyusui adalah proses yang alami dimana para ibu harus mempersiapkan diri dengan sebaik-baiknya secara menyeluruh (*body, mind, and soul*) untuk dapat menyusui bayinya dengan nyaman. Persiapan dari segi fisik (*body*) meliputi asupan makanan yang bergizi seimbang dan mempelajari manajemen menyusui. Persiapan dari segi pikiran (*mind*) meliputi ketenangan pikiran, sehingga ibu percaya diri bahwa dirinya mampu menyusui dan menghasilkan ASI yang berkualitas dan berkuantitas untuk memenuhi tumbuh kembang bayi. Persiapan dari segi jiwa (*soul*) meliputi niat yang tulus, ikhlas untuk memberikan yang terbaik bagi bayi. Ketiga hal tersebut harus dipersiapkan sejak dini dalam masa kehamilan, persalinan, dan setelahnya untuk mendapatkan hasil yang positif dan lebih bermanfaat [6].

Teknik *hypnobreastfeeding* telah disarankan sebagai salah satu cara untuk membantu mengatasi hambatan tersebut dan memberikan kenyamanan sehingga proses menyusui dapat berjalan dengan lancar. *Hypnobreastfeeding* adalah salah satu metode yang dapat meningkatkan produksi ASI dan menurunkan kecemasan pada ibu menyusui dengan cara menyampaikan kalimat-kalimat afirmasi positif yang membantu dalam proses pengeluaran ASI. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Reena Oza (2015) yang menyatakan bahwa ibu yang didampingi oleh konselor ASI yang memberikan afirmasi positif, menunjukkan keberhasilan dalam pemberian ASI. Semakin ibu tenang dan percaya diri, maka hormon prolaktin dan hormon oksitosin semakin banyak diproduksi. Ibu menyusui dapat memberdayakan dirinya dengan melakukan relaksasi otot, nafas dan pikiran serta melalui sugesti positif guna mendapatkan kenyamanan, ketenangan dan kelancaran selama dan dalam proses menyusui. Prosedur *hypnobreastfeeding* dapat dilakukan oleh praktisi atau diri sendiri untuk merubah sensasi, persepsi, pikiran, atau perilaku klien, pasien atau subjek[7].

Penyebab masih rendahnya pemberian ASI adalah faktor predisposisi, kurangnya pengetahuan ibu, petugas kesehatan yang belum paham tentang pentingnya memberikan penyuluhan tentang pemberian ASI eksklusif serta banyaknya promosi tentang susu formula dan dukungan dari masyarakat yang masih kurang. Salah satu faktor yang menghambat terjadinya pengeluaran ASI salah satunya adalah faktor psikologis munculnya stressor pada ibu menyusui yang meningkat, apabila pemberian ASI eksklusif tidak ditingkatkan akan berdampak terhadap proses tumbuh kembang anak dan kualitas sumber daya manusia. Berbagai cara dilakukan oleh ibu agar proses menyusui dapat berjalan dengan lancar serta dan mencukupi dalam pemberian nutrisi bayi[8].

Hypnobreastfeeding membantu ibu untuk memastikan agar ibu yang menyusui bisa terus memberikan ASI, minimal secara eksklusif selama enam bulan pertama. Hypnobreastfeeding adalah upaya alami menggunakan energi bawah sadar agar proses menyusui berjalan dengan nyaman lancar, serta ibu dapat menghasilkan ASI yang mencukupi kebutuhan bayi. Prinsip hypnobreastfeeding dengan memasukkan kalimat-kalimat afirmasi positif untuk proses menyusui disaat ibu dalam keadaan sangat rileks atau sangat berkonsentrasi. Hypnobreastfeeding telah terbukti dapat menurunkan kecemasan ibu dan waktu pengeluaran ASI serta meningkatkan sikap ibu hamil dalam pemberian ASI eksklusif. Teknik ini, perubahan yang diinginkan adalah segala hal yang mempermudah dan memperlancar proses menyusui [9], [10], [11]

Pemberian *hypnobreastfeeding* dapat memberikan banyak manfaat yang didukung oleh beberapa penelitian Parida Hanum, dkk (2021), Ni Nyoman Deni Witari, dkk (2021), Suci Mardania Halimah (2022), menyatakan bahwa *hypnobreastfeeding* berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI eksklusif dengan nilai p-value sebesar 0,0001[7], [12], [13]

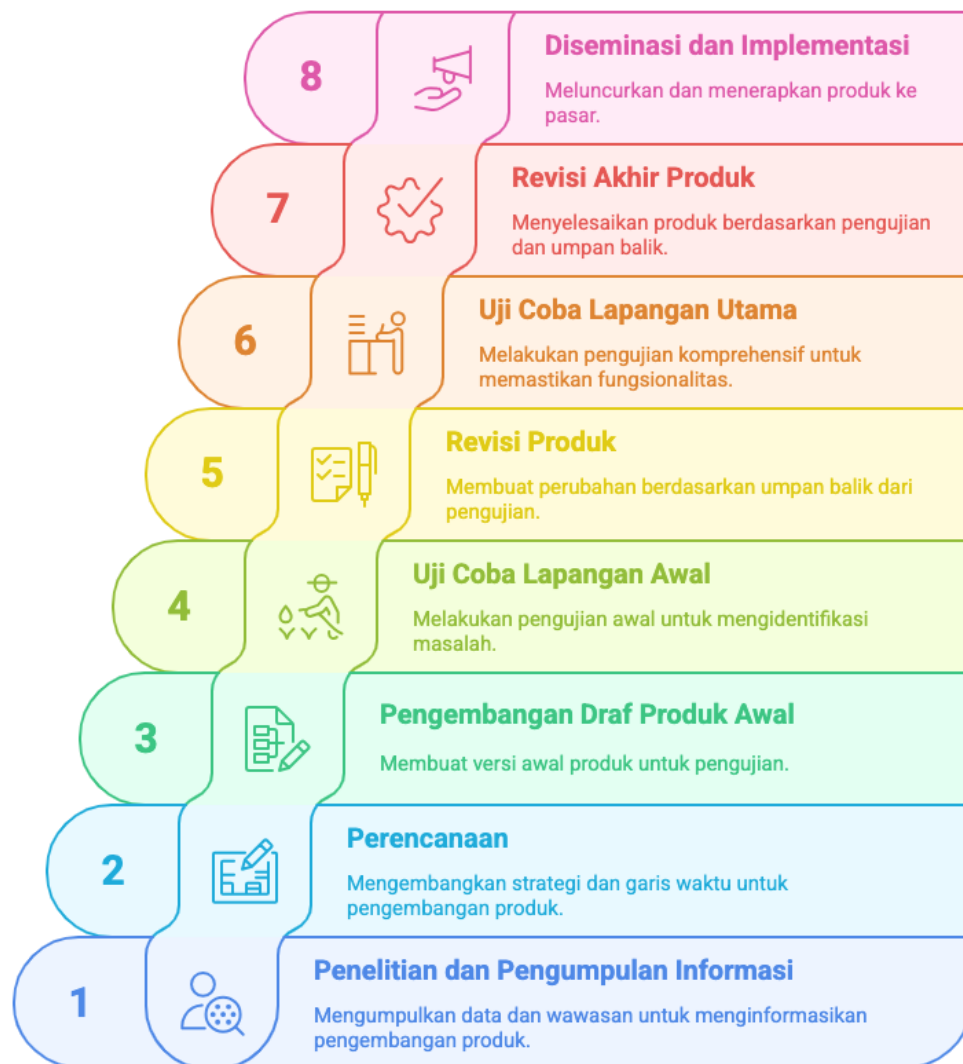
Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa *hypnobreastfeeding* adalah alternatif non farmakologi yang dapat diterapkan dalam membantu keberhasilan ibu dalam menyusui. Studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Kassi-Kassi, hasil wawancara dengan bidan didapatkan bahwa bidan belum pernah mengaplikasikan pijat endorfin untuk membantu ibu nifas dalam proses menyusui di Puskesmas. Pemilihan Puskesmas Kassi-Kasi sebagai lokasi penelitian didasarkan pada lokasinya yang termasuk dalam lokasi binaan Poltekkes Kemenkes Makassar, dan Puskesmas Kassi-Kassi termasuk dari 5 lokus Puskesmas dengan jumlah Stunting tertinggi. Salah satu penyebab tertinggi kejadian stunting adalah cakupan angka ASI Eksklusif yang rendah [14], [15], [16], [17]. *Hypnobreastfeeding* adalah alternatif non farmakologi yang dapat diterapkan dalam membantu keberhasilan ibu dalam menyusui. Modul merupakan salah satu hal yang dapat menunjang hal tersebut. Modul merupakan media pembelajaran yang dapat memungkinkan penerima informasi belajar secara mandiri dengan hanya sedikit bantuan dari penyuluh[18], [19], [20], [21].

Berdasarkan urain diatas peneliti bermaksud melakukan penelitian dengan dengan tujuan: (a) mengembangkan modul *Hypnobreastfeeding*, (b) uji validitas konten modul *Hypnobreastfeeding* yang dikembangkan, dan (c) menguji kelayakan modul *Hypnobreastfeeding* yang dikembangkan dan divalidasi berdasarkan komponen penilaian kelayakan oleh Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP) Urgensi penelitian ini adalah mengembangkan keilmuan khususnya dalam pengembangan media pembelajaran dan inovasi baru dalam pengobatan non farmakologi dalam dunia kebidanan.

2. METODOLOGI PENELITIAN

2.1 Tahapan Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain *Research and Development* (R&D) dengan mengadopsi model pengembangan *Borg and Gall* dengan tahapan sebagai berikut :



Gambar 1. Tahapan Pengembangan *Borg and Gall*

2.2 Lokasi, Populasi, dan Sampel Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di Puskesmas Kassi-Kassi, dengan populasi petugas kesehatan yang bekerja di Puskesmas Kassi-Kassi. Sampel dalam penelitian ini adalah bidan yang bekerja di KIA di Puskesmas Kassi-Kassi yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*.

2.3 Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket yang berfungsi untuk mengumpulkan data penelitian melalui penyajian pertanyaan tertulis yang dijawab oleh responden[22]. Angket tersebut digunakan sebagai media penilaian kualitas dan efektivitas produk media pembelajaran yang terdiri dari :

- Angket Validasi Ahli Media
- Angket Validasi Ahli Materi
- Angket Validasi Bidan

2.4 Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi data primer dan data sekunder. Pengolahan dan analisis data diperoleh dari instrumen penelitian yang menghasilkan data kuantitatif dan kualitatif. Data kuantitatif diperoleh dari hasil pengolahan angket validasi ahli media dan ahli materi, uji kelompok kecil dan kelompok besar. Sementara itu, data kualitatif diperoleh dari saran dan masukan yang diberikan oleh ahli media dan ahli materi setelah melakukan penilaian terhadap modul *hypnobreastfeeding*.

2.5 Metode Analisis Data

Data dianalisis dengan menggunakan skoring angket uji produk, kemudian hasil dari uji validasi akan dibandingkan dibandingkan dengan rentang nilai kelayakan untuk menentukan nilai kelayakan produk (modul)[23]. Penilaian dalam penelitian pengembangan ini ditentukan dengan skoring angket uji produk, yaitu:

Tabel 1. Ketentuan Skoring Angket Validasi

JAWABAN	SKOR
Sangat Setuju (SS)	5
Setuju (S)	4
Biasa Saja (BS)	3
Tidak Setuju (TS)	2
Sangat Tidak Setuju (STJ)	1

Sumber: Novaeni et al. 2018

Hasil dari uji validasi kemudian akan dibandingkan dibandingkan dengan rentang nilai kelayakan aplikasi. Dan untuk menentukan nilai kelayakan produk, digunakan rumus berikut ini:

$$\text{Presentase Kelayakan (\%)} = \frac{\text{Total skor yang diperoleh}}{\text{Skor maksimum}} \times 100$$

Tabel 2. Kategori Kelayakan

KATEGORI	PRESENTASE
Sangat Layak	85% - 100%
Layak	69% - 84%
Cukup Layak	53% - 68%
Kurang Layak	37% - 52%
Tidak Layak	20% - 36%
Sangat Tidak Layak	0% - 19%

Sumber: Novaeni et al. 2018

2.6 Persetujuan Etik Penelitian

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kota Makassar, berdasarkan sertifikat etika 1256/M/KEPK-PTKMS/V/2024. Selama penelitian, peneliti memperhatikan prinsip-prinsip etika informasi untuk persetujuan, penghormatan terhadap hak asasi manusia, kebaikan dan non-kejahatan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Penelitian ini menggunakan pengembangan *Borg and Gall* yakni tahap awal penelitian dimulai dengan analisis kebutuhan yang dilakukan dengan kajian literatur dan studi pendahuluan di Puskesmas Kassi-Kassi Adapun hasilnya sebagai berikut:

3.1 Penelitian dan pengumpulan Informasi (*Research and Information Collection*)

Tahap awal ini melibatkan identifikasi masalah atau kebutuhan yang mendesak. Peneliti melakukan studi literatur, observasi lapangan, dan wawancara dengan para ahli atau pengguna potensial untuk mengumpulkan informasi yang relevan. Tujuan utama dari tahap ini adalah untuk memahami konteks masalah secara mendalam dan mengidentifikasi solusi yang mungkin.

a. Kajian Literatur

Peneliti telah mengkaji berbagai literature terkait manfaat *Hypnobreastfeeding*, adapun hasil pengkajiannya sebagai berikut:

Teknik *hypnobreastfeeding* telah disarankan sebagai salah satu cara untuk membantu mengatasi hambatan tersebut dan memberikan kenyamanan sehingga proses menyusui dapat berjalan dengan lancar. *Hypnobreastfeeding* adalah salah satu metode yang dapat meningkatkan produksi ASI dan menurunkan kecemasan pada ibu menyusui dengan cara menyampaikan kalimat-kalimat afirmasi positif yang membantu dalam proses pengeluaran ASI. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Reena Oza (2015) yang menyatakan bahwa ibu yang didampingi oleh konselor ASI yang memberikan afirmasi positif, menunjukkan keberhasilan dalam pemberian ASI. Semakin ibu tenang dan percaya diri, maka hormon prolaktin dan hormon oksitosin semakin banyak diproduksi. Ibu menyusui dapat memberdayakan dirinya dengan melakukan relaksasi otot, nafas dan pikiran serta melalui sugesti positif guna mendapatkan kenyamanan, ketenangan dan kelancaran selama dan dalam proses menyusui. Prosedur *hypnobreastfeeding* dapat dilakukan oleh praktisi atau diri sendiri untuk merubah sensasi, persepsi, pikiran, atau perilaku klien, pasang atau subjek [7], [12].

Pemberian *hypnobreastfeeding* dapat memberikan banyak manfaat yang didukung oleh beberapa penelitian Parida Hanum, dkk (2021), Ni Nyoman Deni Witari, dkk (2021), Suci Mardania Halimah (2022), menyatakan bahwa *hypnobreastfeeding* berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI eksklusif dengan nilai p-value sebesar 0,0001 [7], [12], [13]

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa *Hypnobreastfeeding* adalah alternatif non farmakologi yang dapat diterapkan dalam membantu keberhasilan ibu dalam menyusui.

Kesimpulan: berdasarkan hasil pengkajian diatas, dapat disimpulkan bahwa *Hypnobreastfeeding* adalah alternatif non farmakologi yang dapat diterapkan dalam membantu keberhasilan ibu dalam menyusui. Langkah awal yang bisa ditempuh dengan memberikan pengetahuan dan keterampilan pada pemberi asuhan yakni Bidan untuk bisa mengaplikasikan *Hypnobreastfeeding*.

b. Studi Lapangan

Studi lapangan yang dilakukan di Puskesmas Kassi-Kassi, hasil wawancara dengan bidan didapatkan bahwa bidan belum pernah mengaplikasikan pijat endorfin untuk membantu ibu nifas dalam proses menyusui di Puskesmas. Modul merupakan salah satu hal yang dapat menunjang hal tersebut. Modul merupakan media pembelajaran yang dapat memungkinkan penerima informasi belajar secara mandiri dengan hanya sedikit bantuan dari penyuluh [18], [19], [20], [21].

Kesimpulan: diperlukannya media untuk menunjang proses pembelajaran bidan untuk dapat mengaplikasikan *Hypnobreastfeeding* dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu Nifas.

3.2 Perencanaan (*Planning*)

Setelah informasi terkumpul, peneliti mulai merencanakan pengembangan produk. Tahap ini modul *Hypnobreastfeeding* di desain dengan beberapa bagian yakni:

a. BAB I

Pada bagian pendahuluan terdiri atas latar belakang pembuatan modul, deskripsi singkat tentang *Hypnobreastfeeding*.

b. BAB II

Bagian ini terdiri atas peran edukasi Bidan, fungsi, dan kompetensi yang harapkan setelah penerapan modul.

c. BAB III

Pada Bab ini diuraikan ujian edukasi, yang terdiri dari tujuan umum dan khusus.

d. BAB IV

Pada Bab ini berisi sasaran modul, pelakasaana edukasi, tahap pelaksanaan dan uraian kegiatan.

e. BAB V

Pada Bab ini terdiri atas langkah-langkah kegiatan edukasi yang terdiri atas 4 langkah.

f. BAB VI

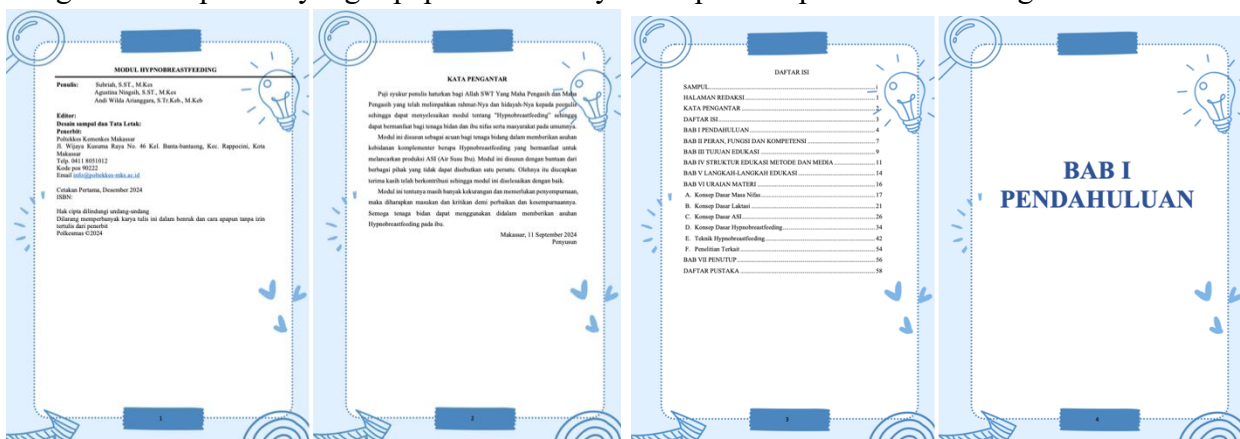
Bab ini berisi uraian materi yang terdiri atas konsep dasar masa nifas, konsep dasar laktasi, konsep dasar ASI, dan konsep dasar serta teknik *Hypnobreastfeeding*.

g. BAB VII

Bab ini merupakan bab penutup yang berisikan intisari modul.

3.3 Pengembangan Produk Awal (*Develop Preliminary Form of Product*)

Pada tahap ini, peneliti mulai mengembangkan draf produk awal berdasarkan rencana yang telah disusun. Draft produk ini masih bersifat prototipe dan belum sempurna. Tujuan utama dari tahap ini adalah untuk menguji konsep dan desain produk. Produk awal yang dikembangkan sesuai dengan desain produk yang dipapar sebelumnya. Adapun tampilan modul sebagai berikut:



Gambar 2. Pengembangan Produk Awal Modul

3.4 Uji Coba Lapangan Awal (*Preliminary Field Testing*)

Draf produk awal divalidasi oleh Ahli dan diuji coba pada kelompok kecil pengguna potensial. Uji coba ini bertujuan untuk mengidentifikasi kelemahan dan kekurangan produk, serta mendapatkan

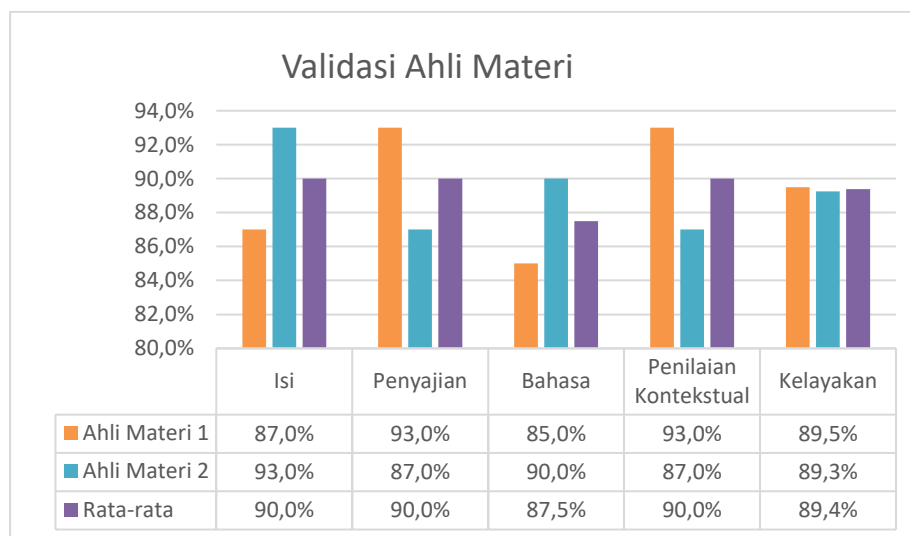
masukan untuk perbaikan. Uji validitas ahli dilakukan pada tanggal 29 Juni - 8 Agustus 2024. Berikut ini adalah data hasil validasi dan uji coba modul *Hypnobreastfeeding*:

a. Validasi Ahli Materi

Validasi materi dilakukan oleh dua orang ahli materi yakni Dr. Jumrah SST., M.Keb (Dosen Kebidanan Universitas Hasanuddin) dan Andi Wilda Arianggara, S.Tr.Keb., M.Keb (Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Bangsa Majene). Data hasil validasi ahli materi berupa data kuantitatif dan kualitatif yang disajikan sebagai berikut:

1) Data Kuantitatif

Hasil penilaian kelayakan materi dalam *Modul Hypnobreastfeeding* disajikan dalam bentuk grafik dibawah ini:



Grafik 1. Hasil Validasi Ahli Materi

Berdasarkan grafik 1 kelayakan modul *Hypnobreastfeeding* ditinjau dari aspek isi adalah 90,0%, dari aspek penyajian 90,0%, dari aspek bahasa 87,5%, dan dari aspek kontekstual sebesar 90,0%. Rata-rata keseluruhan aspek adalah 89,4%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa modul *Hypnobreastfeeding* berada dikategori sangat layak untuk digunakan dari segi materi ditinjau dari aspek isi, penyajian, Bahasa, dan aspek kontekstual.

2) Data Kualitatif

Saran dan masukan dari ahli materi disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 3. Saran Ahli Materi

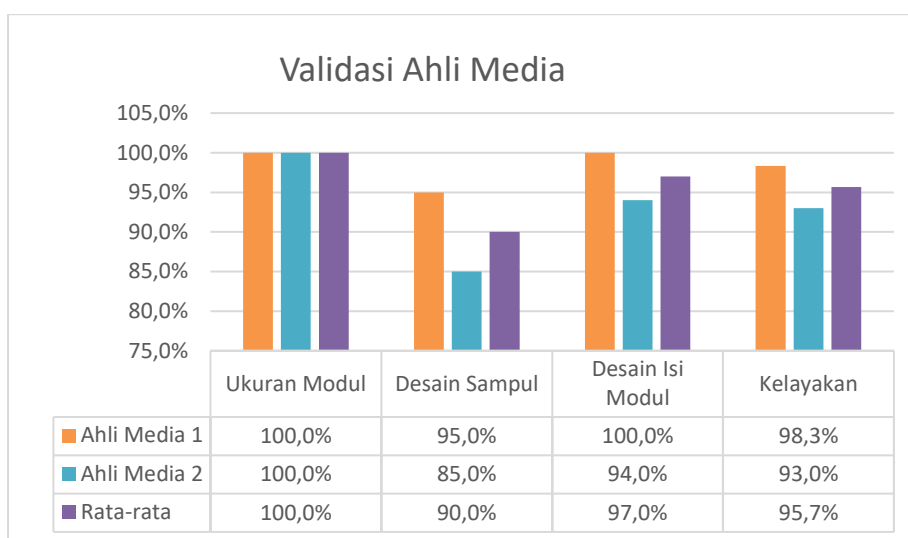
No	Saran atau Masukan	Keterangan
1	Perlunya penambahan referensi international	Sudah direvisi
2	<i>Redesign background</i>	Sudah direvisi
3	Tambahkan langkah kerja <i>Hypnobreastfeeding</i>	Sudah direvisi
4	Rangkaian kegiatan harus diuraikan dengan jelas	Sudah direvisi
5	Tambahkan gambaran besar modul	Sudah direvisi
6	Tambahkan kualifikasi Bidan	Sudah direvisi

b. Validasi Ahli Media

Validasi media dilakukan oleh dua orang ahli media yakni yaitu Hamsar Hasfat, S.Pd (Pengembang Teknologi Pembelajaran Poltekkes Kemenkes Makassar) dan Perie Bagoes Handoko, S.Kom., MT (Ahli Media). Data hasil validasi ahli media berupa data kuantitatif dan kualitatif yang disajikan sebagai berikut:

1) Data Kuantitatif

Hasil penilaian kelayakan media *Modul Hypnobreastfeeding* disajikan dalam bentuk grafik dibawah ini:



Grafik 2. Hasil Validasi Ahli Media

Berdasarkan grafik 2 kelayakan media modul *Hypnobreastfeeding* ditinjau dari aspek ukuran modul adalah 100,0%, dari aspek desain sampul 90,0%, dan aspek desain isi modul 97,0%. Rata-rata keseluruhan aspek adalah 95,7%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa modul *Hypnobreastfeeding* berada dikategori sangat layak untuk digunakan.

2) Data Kualitatif

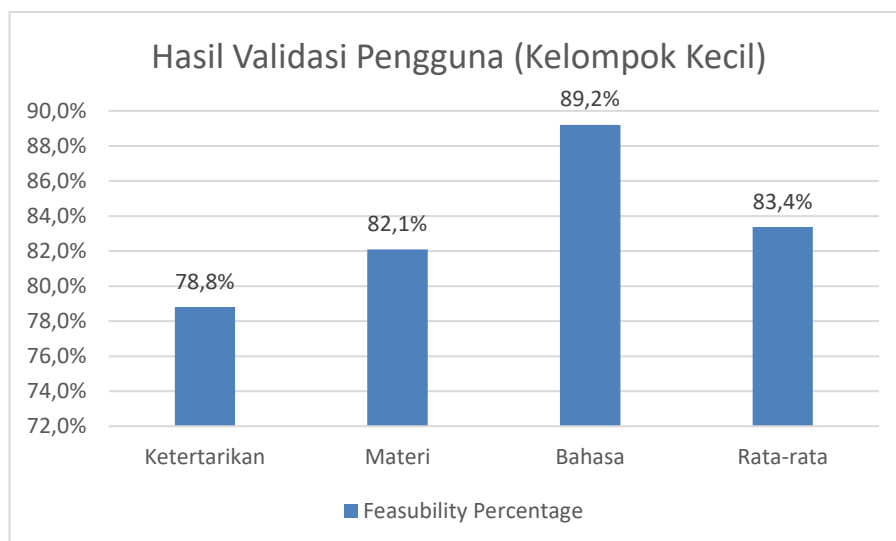
Saran dan masukan dari ahli materi disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 4. Saran Ahli Media

No	Saran atau Masukan	Keterangan
1	Tambahkan portofolio singkat penyusun	Sudah direvisi

c. Uji Coba Pengguna Skala Kecil

Uji coba skala kecil dilakukan pada 10 orang Bidan, Hasil uji coba skala kecil diuraikan dalam bentuk grafik sebagai berikut:

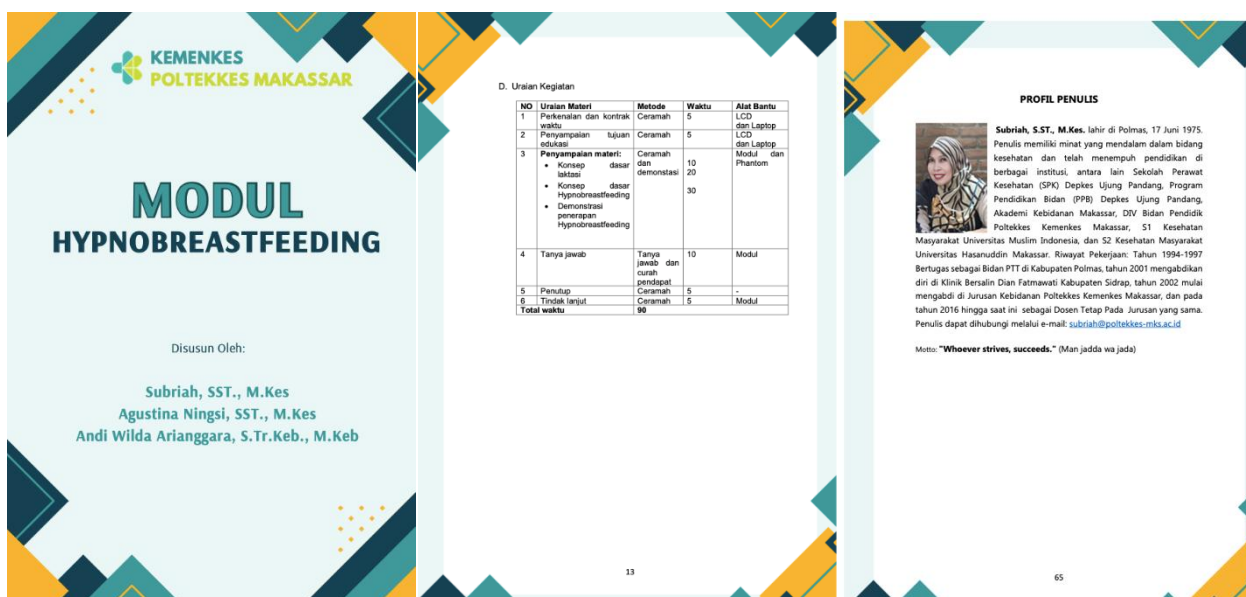


Grafik 3. Hasil Uji Coba Skala Kecil

Berdasarkan Grafik 3 persentase kelayakan modul *Hypnobreastfeeding* ditinjau dari 3 (Tiga) aspek yaitu ketertarikan sebesar 78,8%, materi sebesar 82,1 0%, dan bahasa sebesar 89,2%. Persentase rata-rata ketiga aspek adalah 83,4%, sehingga dapat disimpulkan bahwa modul *Hypnobreastfeeding* sebagai media pembelajaran, layak digunakan.

3.5 Revisi Produk (Main Product Revision)

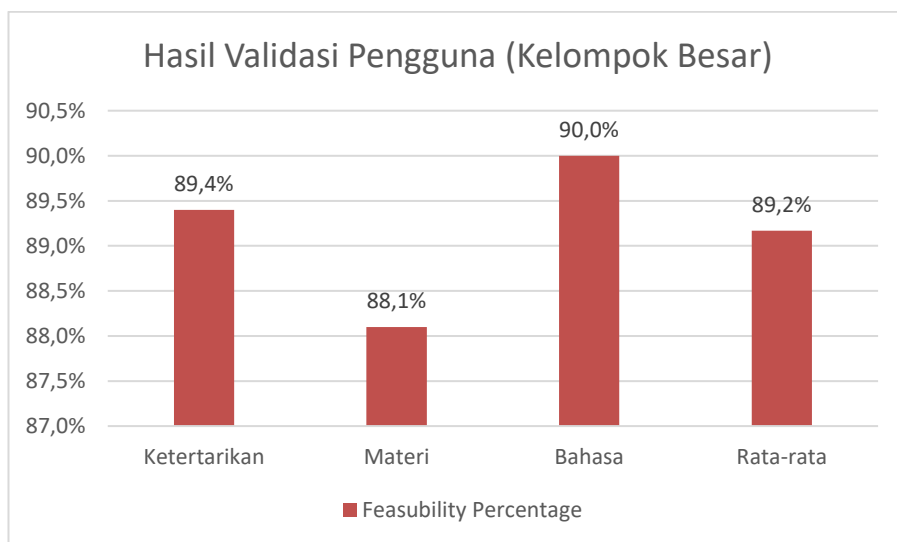
Berdasarkan hasil uji coba lapangan awal, peneliti melakukan revisi terhadap produk. Revisi mencakup perubahan desain, penambahan fitur, atau perbaikan konten/isi. Proses revisi ini bersifat iteratif, peneliti melakukan beberapa putaran revisi berdasarkan umpan balik yang diterima pada tahap sebelumnya. Berikut hasil revisi modul *Hypnobreastfeeding*:



Gambar 3. Hasil Revisi Modul

3.6 Uji Coba Lapangan Utama (Main Field Testing)

Produk yang telah direvisi diuji coba pada kelompok pengguna yang lebih besar. Uji coba ini bertujuan untuk menguji efektivitas produk dalam kondisi yang lebih realistis. Uji coba skala besar dilakukan pada 30 orang Bidan, yang tersebar ditiga Puskesmas yakni, Puskesmas Kassi-Kassi, Hasil uji coba skala besar diuraikan dalam bentuk grafik sebagai berikut:



Grafik 4. Uji Coba Skala Besar

Berdasarkan grafik 4 persentase kelayakan modul *Hypnobreastfeeding* ditinjau dari 3 (Tiga) aspek yaitu ketertarikan sebesar 89,4%, materi sebesar 88,1%, dan bahasa sebesar 90,0%. Persentase rata-rata ketiga aspek adalah 93,4%, sehingga dapat disimpulkan bahwa modul *Hypnobreastfeeding* sebagai media pembelajaran, sangat layak digunakan.

3.7 Produk Akhir (Final Product Revision)

Produk akhir dalam penelitian ini merupakan hasil akhir dari seluruh tahap desain penelitian R&D.

3.8 Diseminasi dan Implementasi (Dissemination and Implementation)

Produk yang telah selesai dikembangkan disebarluaskan kepada pengguna potensial. Diseminasi penulis lakukan melalui publikasi ilmiah dan pelatihan. Implementasinya melibatkan penerapan produk dalam konteks yang sebenarnya dan memantau dampaknya

PEMBAHASAN

Keberhasilan pemberian ASI eksklusif masih menjadi tantangan global, khususnya di Indonesia, meskipun manfaatnya telah terbukti dalam berbagai aspek kesehatan ibu dan bayi. Salah satu pendekatan inovatif untuk meningkatkan keberhasilan menyusui adalah penggunaan metode *hypnobreastfeeding*, yang mengintegrasikan teknik relaksasi dan afirmasi positif. Pendekatan ini diyakini mampu membantu ibu menyusui mengatasi hambatan psikologis dan emosional yang sering menjadi faktor kegagalan dalam menyusui secara eksklusif [24], [25].

Modul *hypnobreastfeeding* yang dirancang dalam penelitian ini tidak hanya menjadi media edukatif, tetapi juga alat terapi psiko-edukatif yang menguatkan kesiapan mental ibu sejak masa kehamilan. Modul ini dibangun berdasarkan prinsip keterlibatan emosional, sugesti positif, dan

visualisasi, yang terbukti meningkatkan produksi ASI melalui efek neurohormonal, terutama pelepasan oksitosin [26]. Validasi ahli dalam penelitian ini menunjukkan bahwa isi dan struktur modul dinilai sangat relevan dengan kebutuhan psikososial ibu menyusui. Hal ini sejalan dengan temuan sebelumnya bahwa pendekatan hipnosis mampu memperkuat kepercayaan diri ibu dalam menyusui [24], [27], [28], [29].

Kelayakan penggunaan modul juga mendapatkan penilaian yang tinggi dari responden, baik dari aspek kemudahan penggunaan, daya tarik visual, maupun keterpahaman isi. Aspek ini penting, karena efektivitas sebuah intervensi edukatif tidak hanya terletak pada substansi ilmiahnya, tetapi juga pada seberapa mudah pesan tersebut diserap oleh pengguna [27], [28], [29], [30], [31]. Oleh karena itu, desain modul disesuaikan dengan konteks budaya lokal dan literasi kesehatan ibu di wilayah penelitian, untuk memastikan keberterimaan dan kebermanfaatan maksimal.

Temuan penelitian ini memperkuat argumen bahwa intervensi nonfarmakologis seperti *hypnobreastfeeding* dapat menjadi strategi pendamping dalam promosi ASI eksklusif. Studi serupa di beberapa negara Asia menunjukkan bahwa pemberian edukasi berbasis hipnosis selama antenatal care mampu meningkatkan durasi menyusui hingga 6 bulan pertama pascapersalinan [24], [31], [32]. Hal ini membuka peluang besar bagi bidan dan tenaga kesehatan lainnya untuk mengintegrasikan modul *hypnobreastfeeding* ke dalam praktik klinis maupun edukasi komunitas.

Namun demikian, perlu dicatat bahwa efektivitas jangka panjang dari penggunaan modul ini masih memerlukan pengujian lebih lanjut melalui desain uji coba acak terkontrol. Selain itu, dukungan dari keluarga dan lingkungan sosial tetap menjadi faktor penentu keberhasilan menyusui yang tak kalah pentingnya. Oleh karena itu, modul ini juga dapat dikembangkan menjadi alat advokasi lintas sektor, termasuk melibatkan suami, tenaga kerja, dan komunitas dalam menciptakan ekosistem pendukung ibu menyusui.

Dengan demikian, rancang bangun, validasi, dan uji kelayakan modul *hypnobreastfeeding* ini menunjukkan hasil yang menjanjikan sebagai media inovatif dalam mendukung pencapaian target ASI eksklusif nasional. Modul ini tidak hanya berfungsi sebagai alat bantu edukasi, tetapi juga sebagai wahana pemberdayaan psikologis ibu, yang pada akhirnya berdampak pada kesehatan anak dalam jangka panjang.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa modul *hypnobreastfeeding* yang dirancang secara sistematis dengan pendekatan psikoedukatif mampu menjawab kebutuhan pengguna secara efektif. Hasil validasi yang dilakukan oleh ahli dan pengguna menunjukkan bahwa modul ini memiliki tingkat kelayakan, relevansi, dan keterpahaman yang tinggi, sehingga dapat diterima dan direkomendasikan untuk digunakan sebagai media edukasi dalam mendukung keberhasilan menyusui. Melalui integrasi teknik relaksasi, afirmasi positif, dan visualisasi, modul ini berpotensi meningkatkan kepercayaan diri serta kesiapan psikologis ibu, yang merupakan faktor penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Temuan penelitian ini turut memperkaya bukti ilmiah terkait efektivitas intervensi nonfarmakologis dalam promosi kesehatan ibu dan anak. Modul *hypnobreastfeeding* dapat dimanfaatkan sebagai strategi pendukung dalam pelayanan antenatal, praktik kebidanan klinis, serta program edukasi kesehatan berbasis komunitas. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain uji acak terkontrol (*randomized controlled trial*) untuk mengevaluasi efektivitas jangka panjang modul ini, serta mengkaji peran dukungan keluarga dan sosial dalam mengoptimalkan keberhasilan menyusui.

UCAPAN TERIMA KASIH

Para penulis menyampaikan apresiasi dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Makassar atas dukungan institusional serta fasilitasi dalam pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada para ahli, responden, dan tenaga kesehatan yang telah berkontribusi dalam proses pengembangan, validasi, dan uji kelayakan modul *hypnobreastfeeding*.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Kemenkes, “Profil Kesehatan Indonesia 2022,” Jakarta, 2023. Accessed: Jan. 02, 2026. [Online]. Available: <https://kemkes.go.id/id/profil-kesehatan-indonesia-2022>
- [2] Kemenkes, *Buku Saku Pemantauan Gizi Tahun 2017*. Jakarta: Kemenkes, 2017. Accessed: Jan. 02, 2026. [Online]. Available: <https://perpustakaan.unilam.ac.id/index.php?p=fstream&fid=1040&bid=3704>
- [3] Dinkes Kota Makassar, “Profil Dinas Kesehatan Kota Makassar,” Makassar, 2022. Accessed: Jan. 02, 2026. [Online]. Available: <https://id.scribd.com/document/778654979/Profil-Dinas-Kesehatan-Tahun-2022>
- [4] N. W. Armini, “Hypnobreastfeeding Awali Suksesnya ASI Eksklusif,” *Skala Husada*, vol. 3, no. 1, pp. 9–21, 2016, Accessed: Jan. 02, 2026. [Online]. Available: <https://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JSH/article/view/10>
- [5] R. K. Wardhani, V. B. Dinastiti, and N. Fauziyah, “Pendidikan Kesehatan untuk Meningkatkan Asi Eksklusif,” *Journal of Community Engagement in Health*, vol. 4, no. 1, pp. 149–154, 2021, [Online]. Available: <http://jceh.orghttps://doi.org/10.30994/jceh.v4i1.129>
- [6] E. S. Ellyzabeth Sukmawati, N. D. N. I. Norif Didik Nur Imanah, and P. Suwariyah, “PENGARUH PENDAMPINGAN KADER KESEHATAN TERHADAP KEBERHASILAN MENYUSUI UNTUK MEMBERIKAN ASI EKSKLUSIF,” *Jurnal Kebidanan Indonesia*, vol. 12, no. 2, Jul. 2021, doi: 10.36419/jki.v12i2.500.
- [7] P. Hanum, A. R. Ritonga, D. P. Pratiwi, L. Wati, R. W. Ningsih, and Serianti, “Pengaruh Teknik Hypnobreastfeeding terhadap Pengeluaran Asi pada Ibu Nifas,” Online, 2021. Accessed: Jan. 02, 2026. [Online]. Available: <http://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/JURNALKEBIDANANp36Journalhomepage:http://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/JURNALKEBIDANAN>
- [8] S. Patel and S. Patel, “The Effectiveness of Lactation Consultants and Lactation Counselors on Breastfeeding Outcomes,” *Journal of Human Lactation*, vol. 32, no. 3, pp. 530–541, Aug. 2016, doi: 10.1177/0890334415618668.
- [9] I. Purnamasari, “Pengaruh Hypno-Breastfeeding terhadap Kelancaran Asi pada Ibu Post Partum (Nifas) di Wilayah Puskesmas Ibrahim Adjie Bandung,” 2019.
- [10] S. A. Retnawati and E. Khoiriyah, “Pengaruh Hypnobreastfeeding terhadap Produksi ASI,” 2022. Accessed: Jan. 02, 2026. [Online]. Available: <https://ejurnal.anugerahbintan.ac.id/index.php/ck/article/view/262/177>
- [11] Y. Suryatim Pratiwi, S. Handayani, and L. Mariawan Alfarizi, “Pengaruh Hypnobreastfeeding Terhadap Produksi ASI,” 2018. Accessed: Jan. 02, 2026. [Online]. Available: <https://journal.uniqhba.ac.id/index.php/kesehatan/article/view/45>

- [12] N. Nyoman Deni Witari, N. Made Ari Febriyanti, J. Kebidanan, P. Kesehatan Kartini Bali, and D. Selatan, "Hypnobreastfeeding Sebagai Upaya Meningkatkan Produksi ASI Ibu Nifas Pada Masa Covid-19 Hypnobreastfeeding as an Effort to Increase Breast Milk Production for Postpartum Mothers During Covid-19," *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 7, no. 2, pp. 267–275.
- [13] S. M. Halimah and P. Pawestri, "Pijat Endorphin dan Sugesti Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Post Sectio Caesaria," *Ners Muda*, vol. 3, no. 1, Apr. 2022, doi: 10.26714/nm.v3i1.9088.
- [14] Komalasari, E. Supriati, R. Sanjaya, and H. Ifayanti, "Faktor-Faktor Penyebab Kejadian Stunting Pada Balita," *Majalah Kesehatan Indonesia*, vol. 1, no. 2, pp. 51–56, 2020, Accessed: Jan. 02, 2026. [Online]. Available: <https://ukinstitute.org/journals/1/makein/article/view/1210>
- [15] A. Kurniati, S. Lebuan, M. Syafar, and N. Hartati, "Hubungan Pola Pemberian Makan Pada Balita Stunting di Puskesmas di Flores Timur", doi: 10.56314/inhealth.v2i12.
- [16] J. Aurima, S. Susaldi, N. Agustina, A. Masturoh, R. Rahmawati, and M. Tresiana Monika Madhe, "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita di Indonesia," *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, vol. 1, no. 2, pp. 43–48, Nov. 2021, doi: 10.53801/oajjhs.v1i3.23.
- [17] I. Kuswanti and S. Khairani Azzahra, "Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Pemenuhan Gizi Seimbang dengan Perilaku Pencegahan Stunting Pada Balita," *Jurnal Kebidanan Indonesia*, vol. 13, no. 1, Jan. 2022, doi: 10.36419/jki.v13i1.560.
- [18] E. Mesra, T. Resnawati, and Ermawati, "Pendampingan Ibu Nifas Mempengaruhi Keberhasilan Praktik Pemberian Asi di Tangerang," *Jurnal Medikes*, vol. 4, no. 2, 2017, Accessed: Jan. 02, 2026. [Online]. Available: https://www.researchgate.net/publication/344978306_PENDAMPINGAN_IBU_NIFAS_MEMPENGARUHI_KEBERHASILAN_PRAKTIK_PEMBERIAN_ASI_DI_TANGERAN
- [19] J. Volume, I. Print, J. K. Prima, and I. Online, "TEKNIK MENINGKATKAN DAN MEMPERLANCAR PRODUKSI ASI PADA IBU POST SECTIO CAESARIA Mas'adah, Rusmini," vol. I, no. 2, pp. 1495–1505, 2015, Accessed: Jan. 02, 2026. [Online]. Available: <https://jkip.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/home/article/view/71/67>
- [20] U. E. Nasla, U. F. Julianti, F. Arofiani, K. Karina, and S. N. Jannah, "Optimalisasi Pengetahuan Ibu Hamil tentang ASI Eksklusif dengan Pendampingan Kelas Ibu Persiapan Mengasahi di Kota Singkawang," *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, vol. 4, no. 3, pp. 811–820, Sep. 2023, doi: 10.33860/pjpm.v4i3.2731.
- [21] Retno Setyo Iswati, A. Hubaedah, A. Latifah, and N. P. Ningrum, "Peningkatan Cakupan Asi Eksklusif Melalui Pelatihan Kader Kesehatan Dengan Metode Emo Demo Siap Bepergian di Kelurahan Siwalankerto Kecamatan Wonocolo Kota Surabaya," *Abdimas Toddopuli: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, vol. 1, no. 1, pp. 41–48, Nov. 2019, doi: 10.30605/atjpm.v1i1.106.
- [22] Sugiyono, "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D," 22nd ed., Bandung: Alfabeta, 2016, ch. 16, pp. 297–317.
- [23] N. Novaeni, Dharminto, A. Farid, and M. Atik, "Development of an Android-based Adolescent Reproductive Health Education Application for Biology Learning at Pius High School Purworejo Regency in 2017," *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 6, no. 1, pp. 138–147, Jan. 2018, doi: <https://doi.org/10.14710/jkm.v6i1.19851>.

- [24] S. Hadijah and L. Nulhakim, "Improving Breastfeeding Self-Efficacy in Postpartum Mothers Through Hypnobreastfeeding," *INTERNATIONAL JOURNAL OF NURSING AND MIDWIFERY SCIENCE (IJNMS)*, vol. 7, no. 2A, pp. 41–47, Nov. 2023, doi: 10.29082/IJNMS/2023/Vol7/Iss2A/497.
- [25] D. Briawan, E. Alfiah, and P. A. Putri, "Nutrimenu: nutrition education program to increase knowledge, attitude, and practices on the indonesian balanced nutrition," *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, vol. 12, no. 2, p. 59, Mar. 2024, doi: 10.21927/ijnd.2024.12(2).59-79.
- [26] N. Nuraini, "Oxytocin Stimulation using Audio Visual on Breast Milk Excretion in Lactating Mothers during Covid-19 Pandemic," in *Developing a Global Pandemic Exit Strategy and Framework for Global Health Security*, Masters Program in Public Health, Universitas Sebelas Maret, 2021, pp. 835–844. doi: 10.26911/ICPHmaternal.FP.08.2021.23.
- [27] A. Sinha, S. Kumari, and M. Ganguly, "Development, validation, and feasibility of a school-based short duration integrated classroom yoga module: A pilot study design," *J Educ Health Promot*, vol. 10, no. 1, Jan. 2021, doi: 10.4103/jehp.jehp_674_20.
- [28] M. Jha *et al.*, "Yoga Module for Somatoform Pain Disorders," *Int J Yoga*, vol. 14, no. 3, pp. 206–212, Sep. 2021, doi: 10.4103/ijoy.ijoy_125_20.
- [29] N. Patil, R. Nagarathna, P. Tekur, D. Patil, H. Nagendra, and P. Subramanya, "Designing, validation, and feasibility of integrated yoga therapy module for chronic low back pain," *Int J Yoga*, vol. 8, no. 2, p. 103, 2015, doi: 10.4103/0973-6131.158470.
- [30] S. Rathi, N. Raghuram, P. Tekur, R. Joshi, and N. Ramarao, "Development and validation of integrated yoga module for obesity in adolescents," *Int J Yoga*, vol. 11, no. 3, p. 231, 2018, doi: 10.4103/ijoy.ijoy_38_17.
- [31] S. Gökçeoğlu, İ. Koruk, and E. Beyaz, "The Effects of Antenatal Education on Level of Exclusive Breastfeeding in the First Two Months," *Clinical and Experimental Health Sciences*, vol. 14, no. 1, pp. 146–153, Mar. 2024, doi: 10.33808/clinexphealthsci.1065762.
- [32] Anggita Anggita, Marisca Agustina, and Elvie Tresya, "Pengaruh Hypnobreastfeeding Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Menyusui Pada Ibu Post Partum Sectio Caesarrea Dalam Meningkatkan Produksi ASI Di RS. Simpangan Depok," *JURNAL RISET RUMPUN ILMU KEDOKTERAN*, vol. 3, no. 1, pp. 110–121, Mar. 2024, doi: 10.55606/jurrike.v3i1.2773.