

**SKRIPSI**

**PENGARUH PENYULUHAN MENGGUNAKAN MEDIA  
*FLASHCARD* TENTANG ASI EKSKLUSIF TERHADAP  
PENGETAHUAN DAN SIKAP PADA IBUMENYUSUI  
DI DESA SEKIP KECAMATAN LUBUK PAKAM**



**NADIA NASYRA HASIBUAN**

**P01031222095**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN  
JURUSAN GIZI  
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA**

**2026**

**PENGARUH PENYULUHAN MENGGUNAKAN MEDIA  
*FLASHCARD* TENTANG ASI EKSKLUSIF TERHADAP  
PENGETAHUAN DAN SIKAP PADA IBU MENYUSUI  
DI DESA SEKIP KECAMATAN LUBUK PAKAM**

**Skripsi**

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar  
Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika pada Program Studi D-IV Jurusan Gizi  
Politeknik Kesehatan Medan



**NADIA NASYRA HASIBUAN  
P01031222095**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN  
JURUSAN GIZI  
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA  
2026**

## **HALAMAN PERSETUJUAN**

### **PENGARUH PENYULUHAN MENGGUNAKAN MEDIA FLASHCARD TENTANG ASI EKSKLUSIF TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP PADA IBUMENYUSUI DI DESA SEKIP KECAMATAN LUBUK PAKAM**

**Diusulkan Oleh**

**Nadia Nasyra Hasibuan**

**P01031222095**

Telah disetujui di Lubuk Pakam

Pada tanggal 12 Agustus 2026

**Pembimbing Utama**



**Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes**

**NIP. 196209141987032001**

**Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika**



**Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes**

**NIP. 197610232000032002**

## HALAMAN PENGESAHAN

### **PENGARUH PENYULUHAN MENGGUNAKAN MEDIA FLASHCARD TENTANG ASI EKSKLUSIF TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP PADA IBUMENYUSUI DI DESA SEKIP KECAMATAN LUBUK PAKAM**

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

**Nadia Nasyra Hasibuan**

**P01031222095**

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal 29 Januari 2026

Tim Penguji:

Tanda tangan

1. Ketua : Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes
2. Anggota 1 : Dr. Herta Masthalina, SKM, M.PH
3. Anggota 2 : Dini Lestrina, DCN, M.Kes, RD

.....  
.....  
.....

Lubuk Pakam, 08 September 2026

Mengetahui

Ketua Prodi



**Dr. Rina Dorian Pasaribu, SKM, M.Kes**

**NIR 197610232000032002**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Nadia Nasyra Hasibuan  
NIM : P01031222095  
Program Studi : Diploma IV  
Jurusan : Gizi dan Dietetika  
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul:

Pengaruh Penyuluhan Menggunakan Media *Flashcard* Tentang ASI Eksklusif  
Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pada Ibu Menyusui Di Desa Sekip  
Kecamatan Lubuk Pakam

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Lubuk Pakam, 08 September 2026

Penulis,



Nadia Nasyra Hasibuan

P01031222095



### **BIODATA PENULIS**

Nama : Nadia Nasyra Hasibuan  
Tempat/Tgl Lahir : Medan, 04 April 2025  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Alamat Rumah : Jl. Letda Sujono Gg. Keluarga No. 12, Kel. Bandar  
Selamat, Kec. Medan Tembung, Kota Medan, Sumatera  
Utara  
No HP : 085283093834

### **RIWAYAT PENDIDIKAN**

1. SD : SDN 064976 Medan  
2. SMP : SMP Muhammadiyah 01 Medan  
3. SMA : MAN 2 Model Medan

## ABSTRAK

### **PENGARUH PENYULUHAN MENGGUNAKAN MEDIA *FLASHCARD* TENTANG ASI EKSKLUSIF TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP PADA IBU MENYUSUI DI DESA SEKIP KECAMATAN LUBUK PAKAM**

Nadia Nasyra Hasibuan, Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes  
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan  
Email: nadianasyra5@gmail.com

ASI eksklusif merupakan pemberian ASI saja kepada bayi sejak lahir sampai usia 6 bulan tanpa tambahan makanan atau minuman lain. Kurangnya pengetahuan dan sikap ibu mengenai ASI eksklusif dapat mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu menyusui adalah melalui penyuluhan menggunakan media *flashcard*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan menggunakan media *flashcard* tentang ASI eksklusif terhadap pengetahuan dan sikap ibu menyusui di Desa Sekip Kecamatan Lubuk Pakam.

Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimen dengan rancangan one group pretest-posttest design. Sampel penelitian berjumlah 36 ibu menyusui yang memiliki bayi usia 0–6 bulan dan dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah penyuluhan, kemudian dianalisis menggunakan uji paired t-test.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rata-rata pengetahuan dari 76,30 menjadi 87,04 dengan nilai  $p=0,001$  ( $p<0,05$ ). Rata-rata sikap juga mengalami peningkatan dari 84,63 menjadi 91,11 dengan nilai  $p=0,001$  ( $p<0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa penyuluhan menggunakan media *flashcard* berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan penguatan sikap ibu menyusui tentang ASI eksklusif.

Penyuluhan menggunakan media *flashcard* efektif digunakan sebagai media edukasi dalam meningkatkan pengetahuan dan memperkuat sikap ibu menyusui tentang ASI eksklusif. Disarankan kepada tenaga kesehatan untuk menggunakan media *flashcard* sebagai media penyuluhan kesehatan pada ibu menyusui.

**Kata kunci:** ASI eksklusif, *flashcard*, pengetahuan, sikap, penyuluhan

## ABSTRACT

### THE INFLUENCE OF NUTRITION COUNSELING UTILIZING FLASHCARD MEDIA REGARDING EXCLUSIVE BREASTFEEDING ON THE KNOWLEDGE AND ATTITUDES OF BREASTFEEDING MOTHERS IN SEKIP VILLAGE LUBUK PAKAM DISTRICT

Nadia Nasyra Hasibuan, Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes  
Health Polytechnic of the Ministry of Health Medan  
Email: nadianasyra5@gmail.com

Exclusive breastfeeding refers to providing only breast milk to infants from birth until 6 months of age without any additional foods or liquids. A lack of maternal knowledge and poor attitudes regarding exclusive breastfeeding can hinder its successful implementation. One approach to enhance the knowledge and attitudes of breastfeeding mothers is through counseling utilizing flashcard media. This study aims to determine the influence of counseling utilizing flashcard media regarding exclusive breastfeeding on the knowledge and attitudes of breastfeeding mothers in Sekip Village, Lubuk Pakam District.

This study employed a quasi-experimental approach with a one-group pretest-posttest design. The research sample consisted of 36 breastfeeding mothers with infants aged 0–6 months, selected via purposive sampling. Data were collected using knowledge and attitude questionnaires administered before and after the counseling intervention, and analyzed using the paired t-test.

The findings demonstrated an increase in the mean knowledge score from 71.30 to 87.04, with a p-value of  $p = 0.0001$  ( $p < 0.05$ ). The mean attitude score also increased from 84.63 to 91.11, with a p-value of  $p = 0.0001$  ( $p < 0.05$ ). These results indicate that counseling utilizing flashcard media exerts a significant influence on enhancing the knowledge and reinforcing the attitudes of breastfeeding mothers regarding exclusive breastfeeding.

Counseling utilizing flashcard media is effective as an educational tool to improve knowledge and reinforce the attitudes of breastfeeding mothers regarding exclusive breastfeeding. Healthcare professionals are advised to use flashcards as a health-counseling tool for breastfeeding mothers.

**Keywords:** Attitudes, Exclusive breastfeeding, Flashcards, Knowledge, Nutrition counseling.



## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa / Allah SWT atas Kuasa-nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan skripsi yang berjudul Pengaruh Penyuluhan Menggunakan Media *Flashcard* Tentang ASI Eksklusif Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pada Ibu Menyusui Di Desa Sekip Kecamatan Lubuk Pakam dapat terselesaikan.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes selaku pempimbing utama yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Dengan terselesainya skripsi ini, perkenankan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, SsiT, M.Keb, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Medan
2. Ibu Dr. Herta Masthalina, SKM, M.PH, selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Ibu Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes, selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Ibu Dr. Novriani Tarigan, DCN, M.Kes, selaku Pembimbing Akademik
5. Ibu Dr. Herta Masthalina, SKM, M.PH dan Ibu Dini Lestrina, DCN, M.Kes, RD, atas kesediaannya untuk menguji skripsi ini.
6. Kepala Desa Sekip beserta perangkat desa yang telah memberikan izin dan membantu kelancaran pelaksanaan penelitian ini, serta seluruh ibu menyusui yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
7. Orang tua tercinta Ayah Ir. Daksur Poso Alisabhana Hasibuan, S.T., M.M. dan Mamak Zulaikha Lubis, S.E., M.M., serta ketiga saudara saya, Nanda Warokhma Hasibuan, S.Kom., Dzaki Ahmad Poso Hasibuan, dan Fathurrahman Alisabhana Hasibuan yang selalu menjadi rumah terhangat dalam setiap langkah hidup penulis. Terimakasih yang tak terhingga atas cinta tanpa syarat dan doa yang tak pernah putus. Dan terimakasih sudah memberikan segalanya dan tak pernah harap kembali.
8. Kepada sahabat-sahabat saya yang tak kalah penting kehadirannya dan telah menemani penulis sejak semester satu hingga sekarang, yaitu Alya Salsabila, Mardiana Maniur Siahaan, Maya Novita Sapitri Parinduri, Nabila Sapitri Barus, Rut Cahyana, Riyanta Natalia Silalahi, Wiwin Kartika Sari. Terima kasih atas segala canda, tawa, suka, duka, serta diskusi larut malam yang menjadi bagian dari perjuangan sehingga terasa tidak dijalani sendiri. Bersama kalian, hari-hari di kampus berubah menjadi cerita yang layak dikenang. Penulis merasa sangat bersyukur dipertemukan dengan orang-orang yang tulus, setia, dan ceria seperti kalian. Terima kasih telah bertahan

di sisi penulis di tengah berbagai masalah yang dihadapi bersama. Kalian bukan sekadar sahabat, tetapi juga bagian dari perjalanan hidup yang akan selalu hidup dalam ingatan penulis

9. Cut Naifah Azura yang telah memilih untuk terus bersama ditengah suka, duka dan pasang surut kehidupan. Dibalik kata-kata pedas yang selalu dilontarkan satu sama lain, ada hati baik yang selalu siap menyediakan bahu untuk bersandar, dan hadir tanpa syarat di kehidupan penulis.
10. Seluruh Dosen, Instruktur dan Staf Jurusan Gizi, serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.
11. *Last but not least, I wanna thank me. I wanna thank me for believing in me. I wanna thank me for doing all this hard work. I wanna thank me for having no days off. I wanna thank me for never quitting.*

Penulis telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun Skripsi ini. Penulis tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan Skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

**Nadia Nasyra Hasibuan**

## DAFTAR ISI

|                                          |      |
|------------------------------------------|------|
| HALAMAN PERSETUJUAN.....                 | i    |
| HALAMAN PENGESAHAN.....                  | ii   |
| PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....     | iii  |
| BIODATA PENULIS .....                    | iv   |
| ABSTRAK.....                             | v    |
| ABSTRACT.....                            | vi   |
| KATA PENGANTAR .....                     | vii  |
| DAFTAR ISI.....                          | ix   |
| DAFTAR TABEL.....                        | xiii |
| DAFTAR GAMBAR .....                      | xiv  |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                     | xv   |
| BAB I PENDAHULUAN .....                  | 1    |
| A. Latar Belakang.....                   | 1    |
| B. Rumusan Masalah.....                  | 3    |
| C. Tujuan .....                          | 3    |
| 1. Tujuan Umum.....                      | 3    |
| 2. Tujuan Khusus .....                   | 3    |
| D. Manfaat.....                          | 4    |
| 1. Bagi Pemerintah.....                  | 4    |
| 2. Bagi Institusi Pendidikan .....       | 4    |
| 3. Bagi Masyarakat .....                 | 4    |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....             | 5    |
| A. Ibu Menyusui.....                     | 5    |
| 1. Pengertian Ibu Menyusui .....         | 5    |
| B. ASI Eksklusif.....                    | 5    |
| 1. Pengertian ASI Eksklusif.....         | 5    |
| 2. Manfaat ASI Eksklusif bagi Bayi ..... | 6    |
| 3. Manfaat ASI Eksklusif bagi Ibu .....  | 7    |

|                                                      |    |
|------------------------------------------------------|----|
| 4. Faktor yang dapat Mempengaruhi ASI Eksklusif..... | 7  |
| 5. Kandungan ASI.....                                | 9  |
| C. Penyuluhan .....                                  | 11 |
| 1. Pengertian Penyuluhan .....                       | 11 |
| 2. Tujuan dan Manfaat Penyuluhan .....               | 11 |
| 3. Tempat dan Waktu Penyuluhan.....                  | 11 |
| D. Media .....                                       | 12 |
| 1. Media Cetak.....                                  | 12 |
| 2. Media Elektronik .....                            | 13 |
| E. <i>Flashcard</i> .....                            | 13 |
| 1. Pengertian <i>Flashcard</i> .....                 | 13 |
| 2. Keunggulan <i>Flashcard</i> .....                 | 13 |
| 3. Penggunaan <i>Flashcard</i> .....                 | 14 |
| 4. Pembuatan <i>Flashcard</i> .....                  | 14 |
| F. Pengetahuan .....                                 | 14 |
| 1. Pengertian Pengetahuan.....                       | 14 |
| 2. Tingkatan Pengetahuan.....                        | 15 |
| 3. Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan .....        | 16 |
| G. Sikap .....                                       | 17 |
| 1. Pengertian Sikap .....                            | 17 |
| 2. Tingkatan Sikap .....                             | 17 |
| 3. Faktor yang Mempengaruhi Sikap.....               | 18 |
| H. Penelitian Terdahulu.....                         | 19 |
| I. Kerangka Teori .....                              | 22 |
| K. Kerangka Konsep .....                             | 23 |
| L. Definisi Operasional .....                        | 24 |
| M. Hipotesis .....                                   | 24 |

|                                         |    |
|-----------------------------------------|----|
| BAB III METODE PENELITIAN.....          | 25 |
| A. Desain Penelitian .....              | 25 |
| B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....    | 25 |
| C. Populasi dan Sampel.....             | 25 |
| 1. Populasi.....                        | 25 |
| 2. Sampel .....                         | 26 |
| 3. Pelaksanaan Intervensi.....          | 27 |
| 4. Pelaksanaan Posttest .....           | 28 |
| 5. Analisis Data.....                   | 29 |
| E. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data..... | 29 |
| 1. Jenis Data.....                      | 29 |
| 2. Teknik Pengumpulan Data.....         | 30 |
| 3. Prosedur Pengumpulan Data.....       | 30 |
| F. Instrumen Penelitian.....            | 31 |
| 1. Pengetahuan .....                    | 31 |
| 2. Sikap .....                          | 32 |
| G. Analisis Data .....                  | 32 |
| 1. Analisis Univariat .....             | 32 |
| 2. Analisis Bivariat .....              | 33 |
| H. Etika Penelitian.....                | 33 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....       | 34 |
| A. Gambaran Umum Lokasi .....           | 34 |
| B. Karakteristik Sampel .....           | 35 |
| 1. Umur Ibu.....                        | 35 |
| 2. Pendidikan Terakhir.....             | 35 |
| 3. Pekerjaan Ibu .....                  | 36 |
| 4. Umur Bayi.....                       | 36 |

|                                                                                                                                 |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| C. Hasil Penelitian.....                                                                                                        | 37 |
| 1. Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Penyuluhan .....                                                                   | 37 |
| 2. Sikap Responden Sebelum dan Sesudah Penyuluhan.....                                                                          | 37 |
| 3. Pengaruh Pemberian Penyuluhan dengan Media <i>Flashcard</i> Tentang ASI<br>Eksklusif Terhadap Pengetahuan Ibu Menyusui ..... | 38 |
| 4. Pengaruh Pemberian Penyuluhan dengan Media <i>Flashcard</i> Tentang ASI<br>Eksklusif Terhadap Sikap Ibu Menyusui.....        | 38 |
| 5. Perbedaan Rata-rata Pengetahuan dan Sikap Responden Sebelum dan<br>Sesudah Penyuluhan .....                                  | 39 |
| D. Pembahasan .....                                                                                                             | 39 |
| 1. Umur Ibu.....                                                                                                                | 39 |
| 2. Pendidikan Terakhir.....                                                                                                     | 40 |
| 3. Pekerjaan Ibu .....                                                                                                          | 40 |
| 4. Umur Bayi.....                                                                                                               | 41 |
| 5. Pengaruh Penyuluhan Dengan Media <i>Flashcard</i> Tentang ASI Eksklusif<br>Terhadap Pengetahuan Ibu.....                     | 41 |
| 6. Pengaruh Penyuluhan Dengan Media <i>Flashcard</i> Tentang ASI Eksklusif<br>Terhadap Sikap Ibu .....                          | 43 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....                                                                                                 | 46 |
| A. Kesimpulan.....                                                                                                              | 46 |
| B. Saran .....                                                                                                                  | 46 |
| DAFTAR PUSTAKA .....                                                                                                            | 47 |
| LAMPIRAN.....                                                                                                                   | 50 |

## DAFTAR TABEL

|                                                                                                                           |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1 Penelitian Terdahulu .....                                                                                        | 19 |
| Tabel 2 Distribusi Sample Menurut Umur di Desa Sekip Kecamatan Lubuk Pakam Juli 2025 .....                                | 35 |
| Tabel 3 Distribusi Sampel menurut Pendidikan Terakhir di Desa Sekip Kecamatan Lubuk Pakam .....                           | 35 |
| Tabel 4 Distribusi Sampel menurut Pekerjaan Ibu di Desa Sekip Kecamatan Lubuk Pakam .....                                 | 36 |
| Tabel 5 Distribusi Sampel menurut Pekerjaan Ibu di Desa Sekip Kecamatan Lubuk Pakam .....                                 | 36 |
| Tabel 6 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Penyuluhan.....                                    | 37 |
| Tabel 7 Distribusi Frekuensi Sikap Responden Sebelum dan Sesudah Penyuluhan .....                                         | 37 |
| Tabel 8 Pengaruh Pemberian Penyuluhan dengan Media Flashcard Tentang ASI Eksklusif Terhadap Pengetahuan Ibu Menyusui..... | 38 |
| Tabel 9 Pengaruh Pemberian Penyuluhan dengan Media Flashcard Tentang ASI Eksklusif Terhadap Sikap Ibu Menyusui .....      | 38 |
| Tabel 10 Perbedaan Rata-rata Pengetahuan dan Sikap Responden Sebelum dan Sesudah Penyuluhan .....                         | 39 |

## DAFTAR GAMBAR

|                                                              |    |
|--------------------------------------------------------------|----|
| Gambar 1 Kerangka Teori Penelitian.....                      | 22 |
| Gambar 2 Kerangka Konsep Penelitian .....                    | 23 |
| Gambar 3 Desain One Group Pre Test and Post Test Design..... | 25 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                        |    |
|--------------------------------------------------------|----|
| Lampiran 1 Ethical Exemption .....                     | 50 |
| Lampiran 2 Surat Izin Dinas Kesehatan.....             | 51 |
| Lampiran 3 Surat Survei pendahuluan .....              | 52 |
| Lampiran 4 Surat Izin Penelitian.....                  | 53 |
| Lampiran 5 Surat Balasan Penelitian .....              | 54 |
| Lampiran 6 Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden..... | 55 |
| Lampiran 7 Satuan Acara Penyuluhan .....               | 56 |
| Lampiran 8 Materi Penyuluhan.....                      | 59 |
| Lampiran 9 Kuesioner Penyuluhan .....                  | 77 |
| Lampiran 10 Bukti Bimbingan.....                       | 83 |
| Lampiran 11 Master Tabel .....                         | 85 |
| Lampiran 12 Hasil Olah Data .....                      | 87 |
| Lampiran 13 Media <i>Flashcard</i> .....               | 90 |
| Lampiran 14 Dokumentasi Penelitian.....                | 91 |