
THE EFFECT OF VIDEO-BASED EDUCATION ON POSTPARTUM MOTHERS' KNOWLEDGE OF EXCLUSIVE BREASTFEEDING: A STUDY IN NGEMBAK VILLAGE*Sehmawati¹⁾; Wahyu Dewi Hapsari²⁾***ABSTRACT**

Background: The postpartum period is the phase following childbirth that lasts for approximately six weeks and coincides with the period of exclusive breastfeeding. The World Health Organization recommends that newborns receive exclusive breastfeeding for the first six months of life without any additional food or drink, as breast milk is the most natural and optimal source of nutrition for infants. Breastfeeding has also been proven to reduce the risk of breast cancer, ovarian cancer, and diabetes in mothers. According to the Grobogan Regency Health Profile in 2024, the coverage of exclusive breastfeeding reached 81.59%. Although exclusive breastfeeding coverage has met the national target in Indonesia, not all postpartum mothers practice exclusive breastfeeding due to various factors. Knowledge is one of the factors that influence exclusive breastfeeding, and educational interventions can improve postpartum mothers' knowledge through various methods. This study provides education to postpartum mothers about exclusive breastfeeding using video-based media. **Purpose ;** To analyze the effect of giving video education on postpartum mothers. **Methodology ;** This research is a quantitative research using a quasi-experimental design with a one group pretest posttest design. The sampling he population consisted of 33 postpartum mothers, all of whom were included as samples using total sampling. **Results ;** showed that before the intervention, the mean knowledge score was 32.03 with a median of 33, and most respondents had a moderate level of knowledge (54.5%). After receiving video-based education, the mean knowledge score increased to 36.24 with a median of 37, and the majority of respondents demonstrated good knowledge (75.8%). The Wilcoxon test indicated a significant effect of video-based education on postpartum mothers' knowledge of exclusive breastfeeding (p-value = 0.000). **Conclusion ;** Based on this research, there is an effect of giving ginger drink on breast milk production in postpartum mothers in Ngembak Village. Based on this research, there is an effect of giving ginger drink on breast milk production in postpartum mothers in Ngembak Village.

Keyword: Video-based education, exclusive breastfeeding

Latar Belakang: Masa postpartum adalah periode setelah persalinan yang berlangsung sekitar enam minggu, serta periode pemberian ASI eksklusif. WHO merekomendasikan agar bayi baru lahir menerima ASI eksklusif enam bulan pertama kehidupan tanpa tambahan makanan atau minuman apapun, karena ASI merupakan sumber nutrisi yang paling alami dan optimal bagi bayi. Menyusui juga terbukti dapat menurunkan risiko kanker payudara dan kanker ovarium serta diabetes pada ibu. Data Profil Kesehatan

Kabupaten Grobogan tahun 2024 melaporkan cakupan ASI eksklusif sebesar 81,59%. Data pemberian ASI eksklusif telah mencapai target di Indonesia, namun belum semua ibu postpartum memberikan ASI secara eksklusif yang disebabkan berbagai faktor. Pengetahuan adalah salah satu faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif, pemberian edukasi dapat meningkatkan pengetahuan ibu postpartum dengan berbagai metode. Penelitian ini memberikan edukasi ibu postpartum tentang ASI eksklusif dengan menggunakan video. **Tujuan** ; Untuk menganalisa pengaruh pemberian edukasi dengan video pada ibu postpartum tentang ASI eksklusif di desa Majenang. **Metodologi** ; Jenis penelitian quasi experiment, desain penelitian menggunakan one group pretest-posttest. Sampel penelitian sebanyak 33 responden. Teknik sampling menggunakan total sampling. Alat ukur dengan menggunakan kuesioner pengetahuan ibu nifas tentang ASI eksklusif, uji statistik menggunakan uji Wilcoxon. **Hasil**: Pengetahuan ibu nifas tentang ASI Eksklusif sebelum diberikan edukasi dengan media video nilai mean 32,03 dan nilai median 33. Pengetahuan ibu nifas tentang ASI Eksklusif sebelum diberikan edukasi dengan media video sebagian besar adalah pengetahuan cukup sebanyak 18 responden (54,5%). Pengetahuan ibu nifas tentang ASI Eksklusif sesudah diberikan edukasi dengan media video nilai mean 36,24 dan nilai median 37. Pengetahuan ibu nifas tentang ASI Eksklusif sesudah diberikan edukasi dengan media video sebagian besar adalah pengetahuan baik sebanyak 25 responden (75,8%). **Kesimpulan**: Ada pengaruh edukasi dengan media video terhadap pengetahuan ibu nifas tentang ASI Eksklusif (p-value 0,000).

Authors CorrespondenceUniversitas An Nuur, bidansehma@gmail.com,¹⁾ Universitas An Nuur, hapsari85ku@gmail.com²⁾

Published Online December 20, 2025

doi: -

PENDAHULUAN

ASI adalah nutrisi alamiah terbaik untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi dengan kandungan gizinya yang paling sesuai bagi bayi (Soetjiningsih, 2022). World Health Organization (WHO) merekomendasikan agar bayi lahir mendapat ASI Eksklusif tanpa tambahan makanan apapun selama enam bulan karena ASI adalah nutrisi alamiah terbaik bagi bayi (Kemenkes RI, 2014). Pemberian ASI sejak dini dan secara eksklusif amat penting bagi kelangsungan hidup seorang anak, dan untuk melindungi mereka dari berbagai penyakit yang dapat berakibat fatal (Kristiyansari, 2018).

World Health Organization (WHO) pada tahun 2021 melaporkan cakupan ASI eksklusif sebanyak 44%, tahun 2022 sebanyak 48% dan tahun 2023 mengalami penurunan menjadi 38%, target global peningkatan pemberian ASI eksklusif hingga 50% pada tahun 2025 (WHO, 2023). Dampak bayi tidak diberikan ASI sangat beresiko bagi kesehatan. Bayi yang tidak mendapatkan ASI sama sekali, akan 14 kali lebih mungkin meninggal dibanding bayi yang mendapatkan ASI (Suwanti & Cahyono, 2020). ASI eksklusif selama enam bulan memberikan perlindungan terhadap infeksi saluran cerna (Soetjiningsih, 2022).

Pemberian ASI adalah salah satu cara paling efektif untuk melindungi kesehatan anak dan ibu, sekaligus memberikan anak awal terbaik dalam kehidupan bayi (Purwanti, 2014). Pertumbuhan dan perkembangan anak khususnya bayi dapat dilihat dari kualitas ASI yang diberikan (Prasetyono, 2022).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa ibu yang menyusui memiliki risiko lebih rendah terhadap kanker payudara dan ovarium serta diabetes (Rn Wu, Q et al., 2022).

ASI Eksklusif memberikan bayi usia 0-6 bulan hanya cukup ASI tanpa perlu menambahkan makanan atau minuman apapun, sudah memenuhi kecukupan tumbuh, kembang serta nutrisi (Novianti, 2020).

Masih rendahnya cakupan ASI khususnya ASI Eksklusif disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya rendahnya pengetahuan para ibu mengenai manfaat ASI dan cara menyusui yang benar, kurangnya pelayanan konseling laktasi, kurangnya dukungan dari petugas tenaga kesehatan, persepsi sosial budaya yang menentang pemberian ASI, ibu bekerja dan pemasaran susu formula (Baskoro, 2018). Pendidikan kesehatan yang efektif didukung oleh penggunaan media yang menarik dan lebih mudah diterima oleh sasaran (Sukmadinata, 2021). Peningkatan

informasi ibu mengenai ASI eksklusif dapat diperoleh melalui sebuah media (Arsyad, 2020). Adapun berbagai macam media sebagai saran penyampaian informasi seperti media booklet, leaflet, rubik, video/CD, papan reklame, spanduk, banner, dan lain sebagainya (Mahmud et al., 2023).

Edukasi yang terjalin tanpa penggunaan media dan hanya mengandalkan verbal saja, menyebabkan daya ingat peserta dalam waktu 3 jam hanya 70%. Apabila menggunakan media visual tanpa komunikasi verbal daya ingat peserta meningkat menjadi 72%, sedangkan dengan media visual dan komunikasi verbal daya ingat peserta mampu mencapai 85% (Sudjana & Riva'i, 2022).

Video merupakan salah satu media edukasi yang dapat digunakan untuk memberikan edukasi (Darmin, 2021). Penggunaan media audio visual sangat membantu pasien dalam menerima informasi. Audio visual merupakan bentuk penyampaian informasi yang dapat menampilkan unsur suara dan gambar bergerak (Daryanto, 2020).

METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan Quasi eksperimen dengan pretest-posttest one grup. Subjek penelitian

yaitu sebanyak 33 ibu masa postpartum. Pengambilan sampel berdasarkan teknik total sampling.

Penelitian ini menggunakan kuesioner tingkat pengetahuan tentang ASI eksklusif pada ibu postpartum, dimana dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan sebelum diberikan video (Pretest) dan setelah diberikan video (Posttest). Pemberian video diberikan 48 jam ibu postpartum di desa Ngembak

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

1. Distribusi berdasarkan usia

Tabel 1. kategori usia responden

kategori usia		
	Frekuensi(N)	Persentase (%)
20-35 tahun	22	66,7%
>35 tahun	11	33,3%
Total	32	100.0%

Sumber : Olah Data, 2024

Berdasarkan tabel 1, didapatkan usia responden dengan usia 20-35 sebanyak 22 responden (66,7%), dan usia >35 tahun sebanyak 11 responden (33.3%).

Usia reproduksi sehat pada wanita adalah usia 20- 35 tahun, selain itu juga pada rentang usia ini seorang wanita sudah mencapai tingkat kematangan mental sehingga dapat menjalani proses reproduksi dengan baik. Ibu yang berumur

tua memiliki pengalaman yang lebih dari pada ibu yang berumur muda, hal ini membuat ibu yang berumur tua terus memberikan ASI kepada bayinya (Wirdaningsih, 2020).

2. Tabel 2. Distribusi Frekwensi Pengetahuan Ibu Postpartum Tentang ASI Eksklusif Sebelum Diberikan Edukasi Dengan Media Vidio

Sebelum diberikan video					
Frekuensi (N)	Persentase (%)	Mean	Median	SD	Min-Max
33	100%	32,03	33	± 4,84	24-39

Sumber : Olah Data 2024

Berdasarkan tabel 2, didapatkan 33 (100%) responden ibu postpartum didapatkan nilai rata-rata pengetahuan tentang ASI Eksklusif adalah sebelum diberikan edukasi dengan media video nilai mean 32,03 dan nilai median 33 dengan standard deviasi ± 4,844. Nilai terendah adalah 24 dan nilai tertinggi adalah 39. Dengan kategori pengetahuan baik 7 responden (21,2%), pengetahuan cukup 18 responden 54,5%), pengetahuan kurang 8 responden (24,2%).

Pengetahuan atau kognitif merupakan hal yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang, salah satunya kurang memadainya pengetahuan ibu mengenai pentingnya ASI yang menjadikan penyebab atau masalah dalam

peningkatan pemberian ASI (Maritalia, 2022). Ibu yang memiliki pengetahuan kurang tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif cenderung memiliki perilaku yang kurang baik dalam pemberian ASI eksklusif dan beranggapan makanan pengganti ASI (susu formula) dapat membantu ibu dan bayinya, sehingga ibu tidak memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya (Purwanti, 2019).

3. Tabel 3. Distribusi Frekwensi Pengetahuan Ibu Postpartum Tentang ASI Eksklusif Sesudah Diberikan Edukasi Dengan Media Vidio

Sebelum diberikan vidio					
Frekuensi (N)	Persentase (%)	Mean	Median	SD	Min-Max
33	100%	36,24	37	± 3,031	31-41

Sumber : Olah Data 2024

Berdasarkan tabel 3, ditemukan 33 (100%) ibu postpartum didapatkan nilai rata-rata pengetahuan tentang ASI Eksklusif sesudah diberikan edukasi dengan media video nilai mean 36,24 dan nilai median 37 dengan standard deviasi ± 3,031. Nilai terendah adalah 31 dan nilai tertinggi adalah 41. Dengan kategori pengetahuan baik 25 responden (75,8%), pengetahuan cukup 8 responden (24,2%), pengetahuan kurang 0 responden (0%).

Peningkatan pengetahuan responden mencerminkan peningkatan

pengetahuan dipengaruhi oleh adanya bantuan media yang lebih memudahkan responden dalam mengingat materi yang diberikan. Adanya informasi dengan model gerak dapat meningkatkan keinginan responden untuk memperhatikan informasi apa saja yang tersaji dalam tanyangan video tersebut. Informasi yang ada dalam video kemudian diperjelas dengan penjelasan peneliti sebagai pemberi ceramah, maka dapat meningkatkan pengetahuan responden. Media pendidikan kesehatan merupakan salah satu komponen dari proses pembelajaran yang akan mendukung komponen-komponen lain. Pendidikan kesehatan dengan menggunakan media video mulai sering digunakan karena dinilai efektif untuk penyampaian pesan kepada masyarakat (Safitri, 2022).

4. Tabel 3. Distribusi Frekwensi Pengetahuan Ibu Postpartum Tentang ASI Eksklusif sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Dengan Media Vidio

Kategori	Perlakuan	
	Pretest	Posttest
Mean	32,03	36,24
SD	± 4,844	± 3,031
Paired sampel t-Test p-value 0.000		

Sumber : Olah Data 2024

Berdasarkan tabel 4, pengetahuan postpartum tentang ASI Eksklusif sebelum

diberikan edukasi dengan media video nilai mean 32,03 dan nilai median 33 dengan standard deviasi $\pm 4,844$. Pengetahuan post partu tentang ASI Eksklusif sesudah diberikan edukasi dengan media video nilai mean 36,24 dan nilai median 37 dengan standard deviasi $\pm 3,031$. Uji statistik dengan menggunakan uji Wilcoxon didapatkan nilai Z sebesar -5,028, jika level signifikansi 0,05 dan menggunakan uji dua sisi. Nilai Z kritis antara -1.96 dan 1.96, yang berarti berada di daerah penerimaan H_a . Begitu juga dengan nilai signifikansi p-value sebesar 0,000 (< 0.05) H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi kesimpulannya bahwa ada pengaruh edukasi dengan media video pada ibu postpartum terhadap pengetahuan ibu tentang ASI Eksklusif di desa Ngembak.

Pengetahuan merupakan faktor penting yang mempengaruhi sikap dan perilaku seseorang. Kurangnya pengetahuan dapat berpengaruh pada tindakan yang dilakukan karena pengetahuan merupakan salah satu faktor predisposisi untuk terjadinya perilaku. Dengan diberikan pendidikan kesehatan diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan dari yang semula belum tahu menjadi tahu. Untuk dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif maka perlunya memberikan pendidikan kesehatan pada ibu. Pengetahuan

merupakan hasil dari yang terjadi melalui proses sensoris khususnya mata dan telinga terhadap objek tertentu. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku terbuka (overt behavior) (Notoatmodjo, 2022). Pendidikan kesehatan yang efektif didukung oleh penggunaan media yang menarik dan lebih mudah diterima oleh sasaran (Sukmadinata, 2021). Peningkatan informasi ibu mengenai ASI eksklusif dapat diperoleh melalui sebuah media (Arsyad, 2020).

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Kepala Desa Ngembak dan Bidan Desa Ngembak, yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian di Desa Ngembak. Peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada pihak yang terkait dalam proses penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsyad, A. (2020). *Media pembelajaran*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Baskoro. (2018). *ASI panduan praktis ibu menyusui*. Yogyakarta: Banyu Media.
- Darmin, S. (2021). *Media komunikasi pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- Daryanto. (2020). *Media pembelajaran: Peranannya sangat penting dalam mencapai tujuan pembelajaran*. Yogyakarta: Gava Media.
- <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/>

- [10.1111/2047-3095.12360](https://doi.org/10.1111/2047-3095.12360)
Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Pedoman gizi seimbang*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kristiyansari, A. (2018). Peran inisiasi menyusui dini dan ASI eksklusif dalam kesehatan anak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*.
- Mahmud, S., Isro'ani, F., Pebriana, P. H., Karim, A. R., & Noto, M. S. (2023). *Media pembelajaran*. Kota Cirebon: Lovrinz Publishing.
- Maritalia, D. (2022). *Asuhan kebidanan nifas dan menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Notoatmodjo, S. (2022). *Pengantar pendidikan kesehatan dan ilmu perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Novianti, R. (2020). *Menyusui itu indah: Cara dahsyat memberikan ASI untuk bayi sehat dan cerdas*. Yogyakarta: Oktopus. 116
- Prasetyono, D. S. (2022). *Buku pintar ASI eksklusif: Pengenalan, praktik dan kemanfaatan-kemanfaatannya*. Yogyakarta: Diva Press.
- RN Wu, Q., Wacharasin, C., (2022). Factors influencing exclusive breastfeeding for 6 months postpartum: A systematic review. *International Jurnal Nursing Knowledge*. Thailand.
- Safitri, N. (2022). *Edukasi kesehatan menggunakan media video terhadap pengetahuan dan sikap pemberian ASI Eksklusif pada ibu hamil Trimester III di Palangka Raya*. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 8(1), 54–64.
<https://doi.org/10.33084/jsm.v8i1.3423>.
- Soetjiningsih, C. H., & Gde Ranuh (Eds.) (2022). *Tumbuh Kembang Anak* (Edisi ke-2). Jakarta: EGC.
- Sudjana, N., & Riva'i, A. (2022). *Media pengajaran*. Bandung: Sinar Baru Algesindo.
- Sukmadinata, N. S. (2021). *Landasan psikologi proses pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Suwanti, I., & Cahyono, E. A. (2020). *Efektivitas teknik marmet terhadap keberhasilan pemberian ASI Eksklusif pada bayi*. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*.
- Wirdaningsih. (2020). *Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Menyusui Di Praktek Mandiri Bidan Wilayah Kerja Puskesmas Muara Badak*. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Audiovisual Terhadap Pengetahuan Sikap Dan Perilaku Ibu Nifas D RS Dr.R.Hardjanto Balikpapan Tahun 2020, 2–181
- World Health Organization. (2023). *World Health Organization (WHO): Jumlah Air Susu Ibu (ASI) eksklusif tahun 2023*. Amerika Serikat: WHO.