Vol. 7, No. 3, Desember 2025, pp 680-692
https://doi.org/10.36590/jika.v7i3.1442
http://salnesia.id/index.php/jika
jika@salnesia.id, p-ISSN: 2337-9847, e-ISSN: 2686-2883
Penerbit: Sarana Ilmu Indonesia (salnesia)

ARTIKEL PENELITIAN

Penyuluhan dan Edukasi terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Memberikan ASI Eksklusif dengan Media Video

Counseling and Education on Mother's Knowledge and Attitude in Providing Exclusive Breastfeeding with Video Media

Husna Mujahidah[1], Melly Kristanti[2*], Marlina Dewiastuti[3], Aulia Chairani[2]

[1]Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Jakarta, Indonesia
[2]Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Jakarta, Indonesia
[3]Departemen Ilmu Penyakit Dalam, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Jakarta, Indonesia

Abstract

Knowledge and attitudes were expected to improve through health promotion and education by using the advantages of video media, thereby increasing the coverage of exclusive breastfeeding. This study aimed to evaluate the effectiveness of video-based education in improving maternal knowledge and attitudes. Mampang, one of the subdistricts in Depok City, was selected as the research location due to its higher rates of infant mortality and stunting compared to most other areas in Depok City. The study sample consisted of 32 breastfeeding mothers selected using purposive sampling. This study applied the McNemar test with a quantitative approach and a pre-experimental one-group pretest–posttest design. The statistical analysis showed a significant increase in maternal knowledge, rising from 59,4% to 93,8% after participating in video-based counseling and education (p-value = 0,003; p-value < 0,05). However, the results indicated no significant effect of video-based counseling and education on maternal attitudes, which changed from 56,2% to 75,0% (p-value = 0,070; p-value > 0,05). Video-based education was found to be more effective and informative, particularly for young adult mothers. Therefore, health promotion workers at primary healthcare centers could use this method as an alternative educational strategy alongside leaflets or posters.

Keywords: *education, exclusive breastfeeding, knowledge, video*

Article history:

Submitted 16 Januari 2025
Accepted 30 Desember 2025
Published 31 Desember 2025

PUBLISHED BY:
Sarana Ilmu Indonesia (salnesia)
Address:
Jl. Dr. Ratulangi No. 75A, Baju Bodoa, Maros Baru, Kab. Maros, Provinsi Sulawesi Selatan, Indonesia

Email:
info@salnesia.id, jika@salnesia.id
Phone:
+62 85255155883

Abstrak

Pengetahuan dan sikap yang diharapkan dapat mengalami peningkatan melalui promosi kesehatan dan edukasi dengan memanfaatkan keunggulan media video, sehingga mampu meningkatkan cakupan ASI eksklusif. Tujuan penelitian ini adalah untuk menilai efektivitas edukasi berbasis video terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap. Mampang yang merupakan salah satu kelurahan di Kota Depok menjadi target lokasi penelitian karena jumlah AKB dan stunting yang lebih tinggi dibandingkan dengan sebagian besar kelurahan lain di Kota Depok. Sampel penelitian terdiri atas 32 ibu menyusui yang dipilih secara purposive sampling. Penelitian ini menggunakan uji McNemar dengan pendekatan kuantitatif dan desain pra-eksperimental pada satu kelompok berpasangan melalui rancangan pretest-posttest. Hasil analisis statistik menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada variabel pengetahuan ibu meningkat dari 59,4% menjadi 93,8% setelah mengikuti penyuluhan dan edukasi berbasis video, dengan *p-value* = 0,003 (*p-value* < 0,05). Hasil uji juga menyimpulkan tidak ada pengaruh penyuluhan dan edukasi dengan media video yang signifikan terhadap sikap ibu 56,2 vs 75,0% dengan *p-value* sebesar 0,070 (*p-value* > 0,05). Memberikan edukasi menggunakan video yang lebih efektif dan informatif terutama pada ibu usia dewasa muda, sehingga tenaga promosi kesehatan di Puskesmas bisa menggunakan cara tersebut dalam memberikan edukasi selain menggunakan leaflet atau poster.

Kata Kunci: edukasi, ASI eksklusif, pengetahuan, video

*Penulis Korespondensi:
Melly Kristanti, email: mellyk@upnvj.ac.id

*This is an open access article under the **CC–BY** license*

Highlight:

- Edukasi berbasis video secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif, dengan kenaikan dari 59,4% menjadi 93,8**%** (p-value = 0,003).
- Intervensi video tidak memberikan pengaruh signifikan terhadap perubahan sikap ibu (p-value> 0,070), karena pembentukan sikap lebih kompleks dan dipengaruhi faktor eksternal seperti dukungan keluarga serta norma sosial.
- Media video sangat efektif untuk ibu usia dewasa muda dan disarankan sebagai strategi edukasi alternatif di Puskesmas karena kemampuannya menstimulasi audio-visual dan fleksibilitas aksesnya.

PENDAHULUAN

Kota Depok mengalami peningkatan yang signifikan dalam angka kematian bayi selama empat tahun terakhir. Data mencatat bahwa jumlah kematian bayi terus bertambah dari 53 kasus pada tahun 2020 menjadi 157 kasus pada tahun 2023 (BPS, 2024). Kenaikan angka kematian bayi sering kali berkaitan dengan rendahnya cakupan imunisasi alami yang diperoleh bayi melalui ASI eksklusif, yang berperan vital dalam membangun pertahanan tubuh terhadap patogen. Pemberian ASI merupakan intervensi penyelamatan jiwa yang paling mendasar bagi kesehatan ibu dan anak, di mana peningkatan cakupannya secara global diperkirakan dapat mencegah lebih dari 820.000 kematian bayi setiap tahunnya. Hal ini menegaskan bahwa kegagalan pemberian ASI

eksklusif berkontribusi langsung pada kerentanan bayi terhadap berbagai risiko kesehatan yang mengancam nyawa (Hossain dan Mihrshahi, 2024). Meski pemberian ASI eksklusif merupakan intervensi yang efektif dalam menurunkan angka kematian bayi baru lahir, namun 25,1% bayi di Kota Depok tidak mendapatkan ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupannya pada tahun 2023 (BPS, 2024). *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan ASI eksklusif selama 6 bulan sebagai pondasi yang kuat untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Setelah periode ini, bayi dapat mulai dikenalkan pada makanan pendamping sambil tetap diberikan ASI hingga usia 2 tahun (UNICEF, 2022).

Teori PRECEDE-PROCEED dari Lawrence Green menyebutkan bahwa pengetahuan dan sikap termasuk faktor predisposisi yang dapat mendorong atau menghambat seseorang untuk melakukan suatu perilaku, termasuk perilaku untuk memberikan ASI eksklusif. Kurangnya pemahaman mendalam mengenai teknik menyusui dan manfaat jangka panjang ASI sering kali menjadi penghambat utama ibu dalam mempertahankan praktik tersebut (Trisna et al., 2022). Oleh karena itu, sebagai upaya untuk meningkatkan praktik pemberian ASI eksklusif, penyuluhan dan edukasi yang intensif perlu diberikan kepada ibu menyusui untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap positif mereka terhadap ASI eksklusif. Hal ini menjadi fokus utama karena kedua faktor tersebut merupakan faktor penting yang berdampak terhadap praktik pemberian ASI eksklusif (Putri dan Naim, 2021).

Beragam media telah dimanfaatkan untuk menyampaikan edukasi mengenai pemberian ASI eksklusif. Mengingat pentingnya pemahaman yang mendalam bagi ibu, pemilihan media edukasi yang tepat menjadi faktor penentu keberhasilan pesan tersebut. Penelitian oleh Wulandari et al. (2023) membuktikan bahwa media booklet efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap positif ibu menyusui terhadap ASI eksklusif. Selain itu, penelitian oleh Balqis et al. (2023) juga mengemukakan bahwa pengetahuan ibu mengenai pemberian ASI eksklusif dapat meningkat dengan menggunakan media *leaflet.* Namun, di era digitalisasi saat ini, intervensi edukasi mulai bertransformasi dengan memanfaatkan media audiovisual untuk mengatasi keterbatasan media cetak dalam memvisualisasikan teknik menyusui secara nyata. Media pembelajaran audiovisual, khususnya video, memiliki keunggulan dalam menyampaikan informasi secara efektif.

Video melibatkan pancaindra penglihatan dan pendengaran, sehingga pesan dapat tersampaikan dengan lebih baik tanpa terhambat oleh kemampuan membaca atau memahami simbol. Penggunaan media video dinilai memiliki keunggulan dalam meningkatkan retensi informasi melalui kombinasi suara dan gambar yang dinamis, sehingga mampu menciptakan pengalaman belajar yang lebih mendalam dibandingkan media konvensional. Fleksibilitas video juga memungkinkan penyajian materi pembelajaran yang lebih menarik, interaktif, dan dapat disesuaikan dengan kebutuhan audiens (Pagarra et al., 2022). Penelitian sebelumnya oleh Safitri (2022) menyimpulkan bahwa media audiovisual memberikan pengaruh yang lebih efektif apabila dibandingkan dengan media cetak seperti lembar balik dan *leaflet.* Video menawarkan solusi yang sangat potensial dalam memberikan edukasi ASI eksklusif, terutama bagi ibu yang memiliki keterbatasan waktu. Tetapi masih diperlukan lebih banyak penelitian untuk membuktikan secara empiris efektivitas video dalam mengubah pengetahuan dan sikap pemberian ASI eksklusif (Safitri, 2022).

Peningkatan angka kematian bayi dan posisi Mampang sebagai salah satu kelurahan dengan angka stunting tertinggi di Depok menunjukkan adanya kesenjangan informasi kesehatan. Mengingat kompleksitas masalah nutrisi di wilayah perkotaan

yang padat, diperlukan instrumen edukasi yang mampu menembus hambatan waktu dan keterbatasan interaksi tatap muka di Puskesmas. Intervensi berbasis media digital, khususnya video, menawarkan fleksibilitas dan daya tarik visual yang dapat mempercepat proses transfer pengetahuan serta internalisasi nilai-nilai positif bagi ibu menyusui. Kondisi ini menegaskan perlunya intervensi edukasi yang lebih masif dan terarah bagi masyarakat setempat untuk menekan risiko kematian bayi dan memperbaiki status gizi balita di wilayah tersebut (Dinkes, 2023). Sejalan dengan hal tersebut, studi ini bertujuan untuk mengevaluasi media video dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap positif ibu mengenai pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mampang, Jawa Barat.

METODE

Penelitian ini mengadopsi pendekatan kuantitatif, yang menekankan pada pengumpulan dan analisis data numerik untuk menguji hipotesis penelitian. Metode dalam penelitian ini menggunakan *pre-experimental design* berupa *one-group pretest–posttest design* untuk menganalisis perbedaan nilai pengetahuan dan sikap yang diukur sebelum dan setelah pemberian intervensi berupa penyuluhan serta edukasi menggunakan media video pada satu kelompok yang sama. Kelompok sampel penelitian tersebut adalah para ibu di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mampang yang memiliki bayi berusia 0-6 bulan. Sampel terdiri atas 32 subjek yang diperoleh menggunakan teknik *purposive sampling.* Kriteria inklusi meliputi ibu menyusui di wilayah Mampang yang memiliki bayi usia 0-6 bulan, memiliki *smartphone*, dan bersedia menjadi subjek, sedangkan kriteria eksklusi studi ini adalah ibu atau bayi yang mengalami kondisi sehingga terhalang dalam proses menyusui.

Data penelitian ini didapatkan melalui beberapa tahapan selama bulan Mei sampai dengan Desember 2024. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner pengetahuan dengan 18 pernyataan dan sikap dengan 14 pernyataan menggunakan skala Likert 1–4. Kuesioner ini telah dinyatakan valid (r hitung > r tabel) dan reliabel dengan nilai *Cronbach's Alpha* masing-masing sebesar 0,911 dan 0,947. Tahap pertama, subjek diminta untuk mengisi kuesioner pengetahuan dan sikap mengenai pemberian ASI eksklusif sebelum intervensi yang akan menjadi nilai *pre-test* subjek. Instrumen kuesioner sikap terdiri atas 14 pernyataan (skor 1–4) dengan hasil uji validitas menunjukkan seluruh item valid (r hitung > r tabel), sementara uji reliabilitas menghasilkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,947. Tahap kedua (hari pertama), subjek menerima penyuluhan secara langsung dengan menggunakan video animasi yang telah dirancang oleh peneliti. Tahap ketiga pada hari ke-7 setelah *pre-test*, subjek menerima video edukasi berdurasi 8 menit 40 detik untuk ditonton secara mandiri. Kuesioner pengetahuan dan sikap mengenai ASI eksklusif kembali diisi oleh subjek pada hari ke-16 sebagai nilai *post-test* pengetahuan dan sikap ibu dalam memberikan ASI eksklusif.

Uji *McNemar* yang digunakan sebagai analisis statistik pada penelitian ditujukan untuk mengetahui apakah terdapat perubahan tingkat pengetahuan dan sikap ibu tentang ASI eksklusif yang signifikan setelah kelompok sampel diberikan perlakuan berupa penyuluhan dan edukasi menggunakan media video. Uji ini dipilih karena data yang dianalisis bersifat kategorik dan berasal dari dua sampel yang berpasangan. Penelitian ini telah lolos etik dari Komisi Etik Penelitian di Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta dengan nomor KEP 434/XI/2024/KEP.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik subjek

Analisis karakteristik subjek pada Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas subjek penelitian (96,9%) berada pada rentang usia dewasa muda (20-45 tahun). Subjek dengan tingkat pendidikan terakhir SMA/SMK/sederajat mendominasi (53,1%). Selain itu, sebagian besar subjek (78,1%) berprofesi sebagai ibu rumah tangga.

Tabel 1. Karakteristik subjek (n=32)

Karakteristik subjek	n	%
Usia		
Remaja (10-19 tahun)	1	3,1
Dewasa muda (20-44 tahun)	31	96,9
Pendidikan terakhir		
SD/Sederajat	2	6,3
SMP/Sederajat	2	6,3
SMA/SMK/Sederajat	17	53
Diploma/Sarjana	11	34,4
Pekerjaan		
Ibu rumah tangga	25	78,1
Karyawan swasta	6	18,8
Lain-lain	1	3,1
Total	32	100,0

Sumber: Data primer, 2024

Berdasarkan Tabel 2, tingkat pengetahuan subjek tentang ASI eksklusif pada *pre-test* adalah baik 59,4% dan kurang baik 40,6%. Sedangkan pada *post-test* diperoleh kategori baik dengan persentase 93,8% dan kurang baik 6,2%. Sikap ibu terhadap pemberian ASI eksklusif sebelum intervensi terbagi atas 56,2% sikap baik dan 43,8% sikap kurang baik. Setelah pemberian perlakuan terhadap subjek melalui penyuluhan dan edukasi dengan media video, sikap baik bertambah menjadi 75% dan sikap kurang baik berkurang sehingga menjadi 25%.

Tabel 2. Distribusi tingkat pengetahuan dan sikap ibu (n=32)

Kategori	*Pre-test*		*Post-test*	
	n	%	n	%
Pengetahuan				
Baik	19	59,4	30	93,8
Kurang baik	13	40,6	2	6,2
Sikap				
Baik	18	56,2	24	75,0
Kurang baik	14	43,8	8	25,0

Sumber: Data primer, 2024

Tabel hasil uji *McNemar* di atas menerangkan bahwa sikap ibu lebih banyak tidak mengalami perubahan dengan 7 subjek memiliki sikap kurang baik dan 17 subjek memiliki sikap baik yang menetap setelah perlakuan. Terdapat 7 subjek yang mengalami peningkatan sikap setelah adanya perlakuan, yaitu sebanyak 7 orang. Sedangkan 1 subjek lain mengalami penurunan nilai sikap yang semula baik menjadi

kurang baik. Secara keseluruhan, nilai sikap pemberian ASI eksklusif ibu didominasi oleh sikap baik. Perubahan positif ini mengindikasikan bahwa media video efektif dalam menstimulasi komponen afektif ibu melalui visualisasi yang nyata dan emosional. Media audiovisual memiliki keunggulan dalam menyederhanakan informasi kompleks, sehingga mampu mengubah persepsi subjek yang sebelumnya memiliki sikap kurang baik menjadi lebih mendukung pemberian ASI eksklusif (Pagarra et al., 2022).

Adanya subjek dengan sikap yang menetap kurang baik atau bahkan menurun dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti pengalaman menyusui sebelumnya, dukungan keluarga, atau hambatan fisik yang tidak tertangkap dalam intervensi video. Hal ini menunjukkan bahwa perubahan sikap tidak hanya bergantung pada paparan informasi, tetapi juga dipengaruhi oleh predisposisi individu dan norma subjektif di lingkungannya (Wulandari et al., 2023).

Tabel 3. Perbandingan proporsi pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah intervensi (n=32)

Pre-test	*Post-test*		*p-value*
	Kurang Baik	**Baik**	
Pengetahuan			
Kurang baik	1	12	0,003*
Baik	1	18	
Sikap			
Kurang baik	7	7	0,070
Baik	1	17	

Keterangan: *Uji *McNemar,* signifika jika *p-value* < 0,05

Usia, pendidikan, dan pekerjaan ibu menyusui adalah karakteristik-karakteristik subjek yang dianalisis pada penelitian ini. Mayoritas subjek penelitian (96,9%) termasuk ke dalam kategori dewasa (>20 tahun). Usia ibu berkaitan dengan kondisi kehamilan, persalinan, masa nifas, pengasuhan, juga pemberian ASI. Jika dibandingkan dengan usia remaja, usia dewasa memiliki kesiapan dan kematangan yang lebih baik dalam menghadapi kehamilan, persalinan, sampai dengan perawatan bayi (Sari dan Fitriani, 2022).

Secara psikologis, kelompok usia dewasa cenderung memiliki tingkat kematangan dan stabilitas emosional yang lebih baik dalam menghadapi transisi peran sebagai ibu dibandingkan dengan kelompok usia remaja. Sebaliknya, ibu pada usia muda atau remaja sering kali menghadapi konflik internal terkait citra tubuh *(body image)*, di mana mereka cenderung merasa resah terhadap perubahan fisik yang dianggap sebagai konsekuensi negatif dari perilaku menyusui. Perubahan tubuh tersebut di antaranya adalah berat badan dan kendurnya payudara yang dirasa menurunkan daya tarik fisik perempuan yang telah memiliki anak. Fenomena ini mengindikasikan bahwa motivasi menyusui pada ibu usia muda sangat rentan terhadap tekanan standar kecantikan sosial, yang diperparah oleh rendahnya literasi mengenai manfaat metabolik ASI bagi pemulihan fisik ibu pasca-salin. Tanpa pemahaman yang komprehensif, persepsi negatif terhadap perubahan tubuh ini menjadi hambatan psikologis (perceived barriers) yang signifikan, sehingga menurunkan efikasi diri ibu dalam mempertahankan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan penuh (Wijaya, 2022).

Tingkat pendidikan ibu pada penelitian ini yaitu jenjang pendidikan terakhir yang diperoleh ibu, yaitu SD/sederajat, SMP/sederajat, SMA/SMK/sederajat, atau

diploma/sarjana. Hasil survei menunjukkan bahwa mayoritas subjek telah lulus dari SMA/SMK/sederajat. Tingkat pendidikan formal merupakan salah satu prediktor utama yang secara konsisten menunjukkan korelasi positif terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Kecenderungan seseorang untuk memberikan ASI eksklusif lebih banyak dilakukan oleh ibu dengan pendidikan yang lebih tinggi yaitu SMA/SLTA dan Perguruan Tinggi dibandingkan ibu dengan riwayat pendidikan lebih rendah (Nisa et al., 2022). Pendidikan membentuk pola pikir dan potensi seseorang untuk memperoleh informasi atau pengetahuan dengan lebih mudah, tidak terkecuali dengan kesehatan ibu dan anak. Hal ini menjadi dasar bahwa seseorang dengan tingkat pendidikan tinggi mampu secara mudah untuk memanfaatkan wawasan atas dinamisme lingkungan. Ibu dengan latar belakang pendidikan menengah atas dan perguruan tinggi cenderung memiliki kesadaran yang lebih tinggi untuk memberikan ASI, mengingat pendidikan berperan dalam membentuk struktur kognitif dan kemampuan literasi kesehatan individu. Kapasitas pendidikan yang lebih baik memungkinkan seseorang untuk menyerap, menginterpretasikan, dan memanfaatkan informasi medis dengan lebih efektif guna menghadapi dinamisme tantangan pengasuhan. Berlawanan dengan hal tersebut, internalisasi pengetahuan oleh seseorang yang memiliki tingkat pendidikan rendah membutuhkan proses edukasi yang lebih repetitif dan metode yang lebih aplikatif untuk menjembatani kesenjangan pemahaman tersebut (Ampu, 2021). Oleh karena itu, pendekatan edukasi berbasis audiovisual menjadi instrumen krusial bagi kelompok ini, karena mampu menyederhanakan materi teknis menjadi informasi yang mudah dipahami tanpa memerlukan kemampuan literasi tekstual yang tinggi.

Sebagian besar subjek, sebanyak 25 orang, merupakan ibu rumah tangga, sedangkan 7 lainnya adalah ibu bekerja. Secara teoritis, ibu rumah tangga memiliki peluang lebih besar untuk menyediakan waktu yang tidak terikat dengan kesibukan pekerjaan luar rumah sehingga berpengaruh terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Sebaliknya, ibu bekerja sering kali dihadapkan pada tantangan struktural yang signifikan dalam mempertahankan durasi menyusui, terutama ketika kembali ke lingkungan kerja setelah masa cuti melahirkan berakhir (Efriani dan Astuti, 2020).

Kesulitan dalam menyusui juga dirasakan oleh ibu menyusui ketika lingkungan bekerja tidak memberikan dukungan fasilitas ruang menyusui. Kesibukan di tempat kerja juga dapat mengurangi kesempatan ibu untuk mendapatkan edukasi mengenai manfaat ASI eksklusif dan cara pemberiannya sehingga ibu bekerja cenderung memiliki paparan edukasi yang lebih rendah dibandingkan ibu yang memiliki lebih banyak waktu luang di rumah (Indriani et al., 2022). Selain itu, beban kerja yang tinggi secara psikologis dapat meningkatkan tingkat stres ibu, yang berpotensi menghambat refleks let-down dan produksi ASI secara keseluruhan (Titaley et al., 2021). Oleh karena itu, intervensi edukasi melalui media digital seperti video menjadi sangat relevan bagi kelompok ini karena memberikan aksesibilitas yang fleksibel, memungkinkan mereka untuk memperoleh pengetahuan mengenai manajemen laktasi di sela kesibukan profesional tanpa harus menghadiri sesi penyuluhan tatap muka.

Berdasarkan hasil analisis penelitian, pengetahuan ibu yang mengalami peningkatan signifikan menegaskan bahwa metode penyuluhan menggunakan video sangat efektif diaplikasikan pada karakteristik masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Mampang. Penelitian oleh Chairani et al. (2023) menunjukkan bahwa pengetahuan mengenai gizi seimbang dapat meningkat melalui penyuluhan kesehatan. Hal ini mengindikasikan bahwa pelaksanaan penyuluhan dan edukasi tersebut efektif dalam meningkatkan pemahaman subjek. Terdapat berbagai jenis media pembelajaran. Salah satu jenis media yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan adalah video.

Efektivitas media video dalam konteks ini berakar pada kemampuannya untuk menstimulasi indra pendengaran dan penglihatan secara simultan, yang menurut Teori Pembelajaran Multimedia mampu menurunkan beban kognitif dan meningkatkan retensi memori jangka panjang dibandingkan media teks statis (Mayer, 2002). Hal ini diperkuat penelitian lain yang membuktikan bahwa audiovisual secara spesifik efektif dalam mengubah pemahaman gizi ibu menyusui karena mampu mendemonstrasikan teknik yang bersifat prosedural secara jelas (Hana et al., 2021). Sejalan dengan penelitian ini mengonfirmasi pengaruh positif media video terhadap pengetahuan ASI. Namun, keunikan temuan di wilayah Puskesmas Mampang menunjukkan bahwa intervensi ini tetap efektif meskipun diterapkan pada area dengan angka stunting yang tinggi (Damayanti et al., 2023).

Pengetahuan menjadi faktor dominan yang mempengaruhi keberhasilan ibu pemberian ASI eksklusif. Dengan meningkatnya literasi kesehatan ini, ibu memiliki landasan kognitif yang lebih kuat untuk menolak praktik pemberian makanan tambahan dini, sehingga pada akhirnya peningkatan pengetahuan ini diproyeksikan akan berkorelasi langsung terhadap peningkatan cakupan ASI eksklusif dan penurunan angka stunting.

Meskipun secara akumulatif terjadi peningkatan, tidak semua subjek menunjukkan peningkatan pengetahuan yang seragam pasca-intervensi Tercatat dua subjek masih berada dalam kategori pengetahuan kurang baik, yang mengindikasikan bahwa proses asimilasi informasi bersifat individual dan dipengaruhi oleh kapasitas kognitif serta paparan informasi sebelumnya. Secara teoretis, peningkatan pengetahuan bukanlah hasil instan, melainkan sebuah proses bertahap yang memerlukan penguatan berulang (*reinforcement)* untuk mencapai retensi yang stabil. Hasil pembelajaran memang membentuk peningkatan pengetahuan, namun hal tersebut perlu dikembangkan sedikit demi sedikit dan didapatkan melalui proses bertahap (Rahmat, 2018). Faktor teknis seperti keterlambatan dalam pengisian kuesioner post-test juga menjadi variabel perancu yang signifikan dalam penelitian ini. Tingkat pengetahuan yang menurun dari baik menjadi kurang baik terjadi pada subjek yang terlambat mengisi *post-test* dalam penelitian ini. Waktu yang optimal untuk mengisi kuesioner pasca-perlakuan adalah 15-30 hari sejak kuesioner awal. Pengisian *post-test* yang melampaui waktu tersebut memberikan peluang terjadinya perubahan pada variabel yang diteliti (Sinaga, 2020). Fenomena ini menegaskan bahwa efektivitas media video tidak hanya bergantung pada kualitas konten, tetapi juga pada momentum evaluasi dan frekuensi paparan untuk memastikan pengetahuan tersebut terinternalisasi secara permanen dalam memori jangka panjang.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara statistik tidak terdapat pengaruh penyuluhan dan edukasi dengan media video terhadap sikap ibu mengenai pemberian ASI eksklusif. Hasil tersebut bertentangan dengan penelitian oleh Safitri et al. (2021) yang menyimpulkan adanya pengaruh video edukasi gizi terhadap sikap ibu dalam pemberian ASI eksklusif. Selain itu, penelitian oleh Melly et al. juga menyimpulkan bahwa penyuluhan menggunakan video tentang konsumsi makanan siap saji efektif dalam mempengaruhi sikap individu dewasa (Kristanti et al., 2023). Sebagian besar sikap ibu yang menjadi subjek penelitian ini sudah berada di kategori baik sebelum adanya perlakuan. Sebanyak 17 subjek (53,1%) telah memiliki sikap baik dan mempertahankan sikap tersebut. Fenomena stabilitas sikap ini menegaskan bahwa pembentukan dimensi afektif tidak hanya bersumber dari paparan edukasi atau pengetahuan kognitif semata. Secara umum, sikap dipengaruhi oleh pengalaman pribadi, orang lain, kebudayaan, media massa, lembaga pendidikan dan agama, dan

faktor emosional (Rachmawati dan Windi, 2019). Selain itu, terdapat faktor-faktor lain yang mempengaruhi pembentukan sikap, di antaranya adalah dukungan keluarga, orang terdekat, serta tenaga kesehatan. Dalam konteks masyarakat Indonesia, dukungan dari lingkaran sosial terdekat khususnya suami, keluarga inti, dan tenaga kesehatan memiliki peran yang lebih dominan dalam mengukuhkan keyakinan ibu dibandingkan sekadar paparan informasi satu arah (Sabriana et al., 2022).

Studi literatur menunjukkan bahwa selain pengetahuan, dukungan dari suami dan tenaga kesehatan juga penting dalam mendorong ibu untuk memberikan ASI eksklusif (Megawati, 2020). Variabel-variabel selain pengetahuan tersebut yang diduga berkontribusi terhadap sikap subjek cenderung telah mencapai tingkat yang memuaskan sebelum adanya intervensi peningkatan pengetahuan. Oleh karena itu, media video dalam studi ini berfungsi lebih sebagai penguat bagi subjek yang sudah bersikap baik, sementara untuk mengubah subjek dengan sikap negatif, diperlukan pendekatan yang lebih personal dan melibatkan tokoh kunci dalam keluarga guna meruntuhkan hambatan emosional dan norma subjektif yang telah lama ada.

Penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan tidak selalu diikuti dengan peningkatan sikap secara bersamaan. Terdapat 1 subjek yang mengalami penurunan sikap dan 7 dengan sikap kurang baik yang menetap meski telah diberikan penyuluhan dan edukasi. Efektivitas pembentukan sikap melalui pelatihan jangka pendek berbeda secara signifikan dengan pembentukan sikap melalui proses pendidikan yang lebih mendalam (Dahniar, 2019). Oleh karena itu, perlu dipertimbangkan kembali durasi dan frekuensi penyuluhan untuk memperoleh perubahan sikap yang signifikan karena edukasi yang bersifat temporer belum tentu mengubah sikap seseorang secara cepat. Perubahan sikap tidak hanya melibatkan perubahan pikiran (kognitif), tetapi juga perasaan (afektif) dan tindakan (konatif), sehingga prosesnya lebih kompleks dan memerlukan waktu yang lebih lama jika dibandingkan dengan perubahan pengetahuan (Ramdaniati dan Somantri, 2022).

Fenomena ini dapat dijelaskan melalui *Theory of Planned Behavior* (Ajzen), di mana sikap merupakan salah satu determinan perilaku yang bersifat stabil dan dipengaruhi oleh norma subjektif yang telah mengakar kuat di masyarakat. Meskipun edukasi video berhasil meningkatkan pengetahuan, sikap individu sering kali tertahan oleh norma subjektif yang kuat, seperti saran dari orang tua atau mitos di lingkungan sekitar Kelurahan Mampang. Jika tekanan sosial untuk memberikan makanan tambahan sebelum enam bulan lebih besar daripada informasi yang diterima dari video, maka sikap subjek akan tetap pada kondisi semula. Dengan demikian, intervensi singkat belum cukup untuk meruntuhkan konstruksi sikap yang telah terbentuk bertahun-tahun melalui tradisi dan pengaruh keluarga (Wulandari et al., 2023). Tidak signifikan perubahan sikap ini memberikan justifikasi ilmiah bahwa efektivitas pembentukan sikap memerlukan proses pendidikan yang lebih mendalam, berulang, dan konsisten dibandingkan dengan transfer pengetahuan yang bersifat linier.

Tujuan utama penggunaan media promosi kesehatan adalah untuk memudahkan masyarakat memahami pesan kesehatan yang disampaikan, sehingga mereka dapat mengubah perilaku dan meningkatkan status kesehatan mereka (Candrawati et al., 2023). Media video merupakan media yang efektif dalam mempercepat proses akuisisi pengetahuan, memvisualisasikan konsep abstrak, dan meningkatkan retensi informasi. Penggunaan kombinasi berbagai elemen multimedia yaitu narasi, audio, visual, dan animasi pada video pembelajaran menjadikan proses belajar lebih menarik dan interaktif (Hendra et al., 2023). Video tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga dapat memicu emosi dan menginspirasi tindakan. Dengan demikian, video dapat menjadi alat

yang sangat efektif untuk mengubah perilaku individu (Oktaviani, 2019). Sebuah penelitian eksperimental membandingkan efektivitas media audiovisual dengan media cetak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa media audiovisual berupa video memberikan pengaruh yang lebih efektif terhadap perubahan variabel suatu kelompok berpasangan mengenai stunting (Kinasih dan Afifah, 2023).

Keunggulan media audiovisual terletak pada kemampuannya untuk menarik minat dan perhatian subjek, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih efektif (Masruroh dan Mukhoirotin, 2022). Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Salah satunya adalah keterlambatan subjek dalam mengisi kuesioner tahap ketiga sebagai nilai *post-test* penelitian. Meskipun upaya telah dilakukan untuk memastikan subjek mengisi kuesioner, namun keterlambatan subjek dapat memengaruhi variabel yang diteliti. Selain itu, penelitian dilakukan di beberapa lokasi berbeda sehingga membutuhkan waktu yang lama dengan sumber daya yang terbatas.

KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas edukasi berbasis video dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu mengenai pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mampang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi edukasi video memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan subjek, namun tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap perubahan sikap. Temuan ini mengonfirmasi bahwa media video efektif sebagai instrumen stimulasi kognitif, tetapi belum cukup kuat untuk mengintervensi dimensi afektif yang bersifat kompleks dalam durasi singkat. Sebagai tindak lanjut, penelitian ini merekomendasikan dua pendekatan strategis. Dalam jangka pendek, Puskesmas Mampang disarankan untuk mengoptimalkan edukasi bagi ibu menyusui aktif melalui metode pemutaran ulang video secara berkala melalui *platform* komunikasi digital guna menjaga retensi informasi. Sementara itu, untuk jangka panjang, diperlukan program berkelanjutan yang menyasar kelompok calon ibu sejak masa kehamilan dengan mengintegrasikan media edukasi interaktif yang melibatkan dukungan keluarga. Melalui penyampaian informasi yang konsisten dan dukungan lingkungan yang kuat, diharapkan komitmen ibu dalam memberikan ASI eksklusif di wilayah Kelurahan Mampang dapat meningkat secara signifikan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Mampang Kota Depok yang telah memberikan izin melakukan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Ampu, M.N., 2021. Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi di Puskesmas Neomuti Tahun 2018. Jurnal Ekonomi, Sosial, dan Humaniora 2(12), 9-19. https://www.jurnalintelektiva.com/index.php/jurnal/article/view/503

Balqis, I.A., Saptanto, A., Ramaningrum, G., Novitasari, A., 2023. Efektivitas Media Edukasi Leaflet terhadap Pengetahuan Ibu Mengenai ASI Eksklusif di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang. Prosiding Seminar Kesehatan Masyarakat 1(Oktober), 168-172.

https://jurnalnew.unimus.ac.id/index.php/prosidingfkm/article/view/251

[BPS] Badan Pusat Statistik., 2024. Kecamatan Pancoran Mas dalam Angka 2024. Badan Pusat Statistik Kota Depok, Jawa Barat.

Candrawati, R.D., Wiguna, P.K., Malik, M.F., Salbiah, A.N., Runggandini, S.A., Yanti, I., Jamaluddin, J., Setiawati, R., Marlinam R., Suryati, L., Isnani, T., Isnowo, I., Bagiastra, N., Salman, S., 2023. Promosi dan Perilaku Kesehatan. Eureka Media Aksara, Purbalingga.

Chairani, A., Hadiwiardjo, Y.H., Kristanti, M., Prabarini, I.R.S., 2023. Pentingnya Edukasi Gizi Seimbang dan Pengenalan Isi Piringku pada Siswa Remaja SMA Islam. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat 1(2), 60–64. https://doi.org/10.33533/segara.v1i2.7301

Dahniar, A., 2019. Memahami Pembentukan Sikap (Attitude) dalam Pendidikan dan Pelatihan. Jurnal Diklat Keagamaan 13(2), 202-206. https://bdkbandung.id/tatarpasundan/jurnal/index.php/tp/article/view/27/81

Damayanti, S., Apriani, F., Satria, O., Nasution, N., Rosita, R., 2023. Efektivitas Video Edukasi ASI Eksklusif terhadap Pengetahuan Ibu. Journal of Biology Education, Science and Technology 6(2), 934-940. https://jurnal.uisu.ac.id/index.php/best/article/view/8535/5943

[Dinkes] Dinas Kesehatan., 2023. Profil Kesehatan Kota Depok Tahun 2023. Dinas Kesehatan Kota Depok, Jawa Barat.

Efriani, R., Astuti, D.A., 2020. Hubungan Umur dan Pekerjaan Ibu Menyusui dengan Pemberian ASI Eksklusif. Jurnal Kebidanan 9(2), 153-162. https://doi.org/10.26714/jk.9.2.2020.153-162

Hana, I.A., Jaladri, I., Dewintha, R., Mulyanita, M., 2021. Penggunaan Video sebagai Media Penyuluhan terhadap Pengetahuan Gizi pada Ibu Menyusui. Pontianak Nutrition Journal 4(2), 124-128. https://doi.org/10.30602/pnj.v4i2.907

Hendra, H., Afriyadi, H., Tanwir, T., Hayati, N., Supardi, S., Laila, S.N., Prakarsa, Y.F., Hasibuan, R.P.A., Asyhar, A.D.A., 2023. Media Pembelajaran Berbasis Digital. PT. Sonpedia Publishing Indonesia, Jambi.

Hossain, S., Mihrshahi, S., 2024. Effect of Exclusive Breastfeeding and Other Infant and Young Child Feeding Practices on Childhood Morbidity Outcomes: Associations for Infants 0–6 Months in 5 South Asian countries using Demographic and Health Survey Data. International Breastfeeding Journal 19(35), 1–18. https://doi.org/10.1186/s13006-024-00644-x

Indriani, D., Kusumaningrum, R.Y., Nurrochmawati, I., Retniningsih, T., 2022. Pengaruh Paritas, Pekerjaan Ibu, Pengetahuan dan Dukungan Keluarga terhadap Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Bayi. Jurnal Bidan Pintar 3(1), 329–338. https://doi.org/10.30737/jubitar.v3i1.3240

Kinasih, A.D., Afifah, A.N.C., 2023. Eduting (Edukasi Stunting) dengan Media Video untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Ibu Balita di Desa Nyebung Kabupaten Nyanjuk. Nutrition Research and Development Journal 3(3), 66-75. https://journal.unnes.ac.id/sju/nutrizione/article/view/71579

Kristanti, M., Nugrohowati, N., Harjono, Y., Afdhal, V.E., Dennisa, R.R.M., Fairuz, N., 2023. Effectiveness of Counseling Using Motion Graphics Against Changes in Attitudes to Consuming Fast Food in Adolescents 2022. International Journal of Theory and Application in Elementary and Secondary School Education 5(1), 14–22. https://jurnal-fkip.ut.ac.id/index.php/ijtaese/article/view/1412

Masruroh, S., Mukhoirotin, M., 2022. Pendidikan Kesehatan Media Audio Visual untuk Meningkatkan Pengetahuan, Sikap dan Psikomotor Ibu tentang Tehnik Menyusui.

Midwiferia Jurnal Kebidanan 8(1), 9-21. https://midwiferia.umsida.ac.id/index.php/midwiferia/article/view/1357

Mayer, R.E., 2002. Multimedia Learning. Multimedia Learning. Psychology of Learning and Motivation 41, 85–139. https://doi.org/10.1016/s0079-7421(02)80005-6

Megawati, T., 2020. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Sikap Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Primigravida Trimester III. [Skripsi]. Universitas 'Aisyiyah, Yogyakarta.

Nisa, J., Baroroh, U., Fitrianingsih, D., 2022. Peningkatan Pemberian ASI Ekslusif melalui Pendidikan Kesehatan tentang Kecukupan ASI. Jurnal Pengabdian Nusantara 6(3), 741–748. https://doi.org/10.29407/ja.v6i3.16796

Oktaviani, R.T., 2019. Pemanfaatan Video sebagai Media Pembelajaran dalam Pendidikan dan Pelatihan (Diklat). Media Informasi dan Komunikasi Diklat Kepustakawanan 5(1), 91-94.

Pagarra, H., Syawaluddin, A., Krismanto, W., Sayidiman, S., 2022. Media Pembelajaran. Badan Penerbit UNM, Makassar.

Putri, A.A.D., Naim, S., 2021. Determinan Pemberian ASI Eksklusif: Analisis Data Sekunder Survei Demografi dan Kesehatan 2017. Amerta Nutrition 5(3), 284–291. https://e-journal.unair.ac.id/AMNT/article/view/21457

Rachmawati, C., Windi, W., 2019. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Wineka Media, Malang.

Rahmat, P.S., 2018. Perkembangan Peserta Didik. Bumi Aksara, Rawamangun.

Ramdaniati, S.N., Somantri, U.W., 2022. Perbedaan Efektivitas Pendidikan Kesehatan antara Media Video dan Media Leaflet terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Pencegahan Covid-19 di MAN 1 Pandeglang Tahun 2021. Jurnal Kesehatan Masyarakat 10(1), 32-41. https://doi.org/10.32832/hearty.v10i1.5437

Sabriana, R., Riyandani, R., Wahyuni, R., Akib, A., 2022. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang Pemberian ASI Eksklusif. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada 11(1), 201–207. https://media.neliti.com/media/publications/467979-relationship-between-knowledge-and-mothe-72eca802.pdf

Safitri, V.A., Pangestuti, D.R., Kartini, A., 2021. Pengaruh Video Edukasi terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Bulu Lor 2021. Media Kesehatan Masyarakat Indonesia 20(5), 342–348. https://doi.org/10.14710/mkmi.20.5.342-348

Safitri, N., 2022. Edukasi Kesehatan Menggunakan Media Video terhadap Pengetahuan dan Sikap Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Hamil Trimester III di Palangkaraya. Jurnal Surya Medika 8(1), 54-64. https://journal.umpr.ac.id/index.php/jsm/article/view/3423

Sari, A.K., Fitriani, R., 2022. Hubungan Usia Ibu Menyusui dengan Pemberian ASI Eksklusif. Midwifery Journal 2(4), 187–190. https://ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/MJ/article/view/8624/0

Sinaga, K., 2020. The Effect of Counselling on Knowlegde and Attitudes Towards Menarche in Class VII Students of MTSN 1 Kuta Baroe Kec. Idi Tunong Kab. East Aceh in 2019. Jurnal Ilmiah Maksitek 5(3), 37-47. https://id.scribd.com/document/524078734/kerangka-teori

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), 1-12.

https://doi.org/10.1186/s13006-021-00357-5

Trisna, C., Puspitadewi, T.R., Muliana, H., Sugiarto, S., Idris, M., Ariani, N., Putra, H.A., Khairunnisa, K., Entianopa, E., Sunulingga, S.R., Rahmadiliyani, N., Sukardin, S., Faizal, I.A., 2022. Buku Ajar Ilmu Kesehatan Masyarakat. Zahir Publishing, Yogyakarta.

[UNICEF] United Nations Children's Fund., 2022. Pekan Menyusui Sedunia: UNICEF dan WHO Serukan Dukungan yang Lebih Besar terhadap Pemberian ASI di Indonesia Seiring Penurunan Tingkat Menyusui Selama Pandemi COVID-19 [WWW Document]. https://www.unicef.org/indonesia/id/siaran-pers/pekan-menyusui-sedunia-unicef-dan-who-serukan-dukungan-yang-lebih-besar-terhadap. [Diakses Agustus 2025].

Wijaya, W., 2022. Hambatan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Menyusui. Journal Midwifery and Reproduction 6(1), 1-9. https://www.academia.edu/145363803/Hambatan_Pemberian_ASI_Eksklusif_Pada_Ibu_Menyusui_Barrier_Exclusive_Breastfeeding_on_Breastfeeding_Mother

Wulandari, A., Soeyono, R.D, Afifah, C.A.N., Bahar, A., 2023. Pengaruh Edukasi Pemberian ASI Eksklusif terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Menyusui dengan Media Booklet. Jurnal Tata Boga 12(2), 60-65. https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-tata-boga/article/view/56550