

EFEKTIVITAS EDUKASI MEDIA VIDIO MENGENAI ASI EKSKLUSIF DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN IBU MENYUSUI: *LITERATUR REVIEW*

Oleh:

Salsabilla Fuji Firmanda¹

Nina Pamela Sari²

Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Alamat: JL. Tamansari No. KM 2, RW.5, Mulyasari, Kec. Tamansari, Kota
Tasikmalaya, Jawa Barat (46196).

Korespondensi Penulis: salsabillafuji@gmail.com, nina.pamelasari@umtas.ac.id.

Abstract. *Exclusive breastfeeding for the first six months of an infant's life plays a crucial role in ensuring optimal growth and development. However, the success rate of exclusive breastfeeding is still influenced by insufficient maternal knowledge and less supportive attitudes toward breastfeeding. Recent studies indicate that health education delivered through video media can serve as an effective strategy to enhance mothers' understanding and motivation regarding exclusive breastfeeding. This literature review aims to analyze the effectiveness of video based education in improving mothers' knowledge about exclusive breastfeeding. The method used is a literature review analyzing five research articles employing quasi experimental designs and one-group pretest posttest approaches. The synthesis shows that all reviewed studies reported a significant increase in maternal knowledge following the implementation of video based educational interventions, whether through direct video presentation, WhatsApp delivered videos, or animated educational videos. Several studies also reported improvements in maternal attitudes and motivation toward exclusive breastfeeding. The findings conclude that video based educational interventions are effective in increasing maternal knowledge of exclusive breastfeeding. Video media is considered an engaging,*

EFEKTIVITAS EDUKASI MEDIA VIDIO MENGENAI ASI EKSKLUSIF DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN IBU MENYUSUI: *LITERATUR REVIEW*

accessible, and easy-to-understand educational tool that supports better learning outcomes for breastfeeding mothers.

Keywords: *Exclusive Breastfeeding, Video Education, Maternal Knowledge, Breastfeeding Mothers.*

Abstrak. Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal. Namun, tingkat keberhasilan ASI eksklusif masih dipengaruhi oleh rendahnya pengetahuan serta sikap ibu menyusui. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan, khususnya melalui media video, dapat menjadi strategi efektif untuk meningkatkan pemahaman dan motivasi ibu. Tujuan dari kajian ilmiah ini adalah untuk meninjau literatur terkait efektivitas edukasi media video dalam meningkatkan pengetahuan ibu menyusui tentang ASI eksklusif. Metode yang digunakan adalah *literature review* dengan menganalisis lima artikel penelitian yang menggunakan desain quasi eksperimen dan one group pretest posttest. Hasil sintesis menunjukkan bahwa seluruh penelitian melaporkan adanya peningkatan signifikan pada pengetahuan ibu setelah diberikan intervensi edukasi menggunakan media video, baik melalui pemutaran langsung, pengiriman melalui WhatsApp, maupun video animasi. Selain peningkatan pengetahuan, sebagian studi juga menunjukkan peningkatan sikap dan motivasi ibu dalam pemberian ASI eksklusif. Dapat disimpulkan bahwa edukasi media video merupakan intervensi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu terhadap pentingnya ASI eksklusif. Media video dinilai mampu menyampaikan informasi secara lebih menarik, mudah dipahami, dan dapat diakses ibu secara fleksibel.

Kata Kunci: ASI Eksklusif, Edukasi Video, Pengetahuan Ibu, Ibu Menyusui.

LATAR BELAKANG

Masa awal kehidupan seorang anak merupakan periode emas yang sangat menentukan kualitas kesehatan dan perkembangan di masa mendatang. Pada fase inilah Air Susu Ibu (ASI) memiliki peran fundamental sebagai sumber nutrisi yang paling ideal, tidak hanya untuk memenuhi kebutuhan fisik, tetapi juga mendukung kedekatan

emosional antara ibu dan bayi. Kementerian Kesehatan RI menegaskan bahwa pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan terbukti mampu menurunkan risiko infeksi, meningkatkan imunitas, dan mengoptimalkan tumbuh kembang bayi secara menyeluruh (Kemenkes RI, 2021). Namun, di balik besarnya manfaat tersebut, praktik ASI eksklusif di Indonesia masih menghadapi tantangan yang tidak sederhana.

Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2023 menunjukkan bahwa cakupan ASI eksklusif nasional berada pada angka 67,7%, masih berada di bawah target yang ditetapkan pemerintah yaitu 80% (Kemenkes RI, 2023). Angka ini tidak hanya menggambarkan capaian statistik semata, tetapi juga merefleksikan adanya hambatan-hambatan yang dialami para ibu dalam menjalankan praktik menyusui. Berbagai laporan daerah, termasuk dari Dinas Kesehatan Jawa Tengah, menyebutkan bahwa kurangnya pengetahuan ibu mengenai pentingnya ASI eksklusif, teknik menyusui yang benar, serta ketidaksiapan menghadapi masalah laktasi, menjadi salah satu penyebab utama masih rendahnya keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Dinkes Jawa Tengah, 2022).

Dalam konteks kehidupan sehari-hari, tantangan tersebut tidak jarang membuat ibu merasa cemas, ragu, bahkan kehilangan kepercayaan diri untuk memberikan ASI secara optimal. Kondisi ini menunjukkan bahwa edukasi menyusui bukan hanya soal penyampaian informasi medis, tetapi juga tentang memberikan dukungan psikologis dan rasa percaya diri kepada para ibu. Sayangnya, metode edukasi konvensional seperti penyuluhan tatap muka masih menghadapi berbagai keterbatasan, mulai dari waktu yang tidak fleksibel, keterbatasan tenaga kesehatan, hingga media edukasi yang kurang menarik sehingga sulit diserap oleh ibu (Dinkes Surakarta, 2021).

Seiring perkembangan teknologi informasi, penggunaan media video mulai menjadi alternatif yang semakin relevan. Video edukasi memungkinkan penyampaian informasi secara visual dan audio yang mudah dipahami, menarik, dan dapat diputar ulang kapan pun ibu membutuhkan. Kemenkes RI (2020) menekankan bahwa media edukasi berbasis video memiliki potensi besar dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat karena mampu mengemas pesan secara lebih efektif dan humanis. Di berbagai puskesmas, media video bahkan mulai digunakan sebagai sarana edukasi komplementer, baik melalui pemutaran langsung di ruang tunggu maupun distribusi melalui platform digital seperti WhatsApp, yang dekat dengan keseharian para ibu.

EFEKTIVITAS EDUKASI MEDIA VIDEO MENGENAI ASI EKSKLUSIF DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN IBU MENYUSUI: *LITERATUR REVIEW*

Melihat pentingnya peningkatan pengetahuan ibu terhadap keberhasilan ASI eksklusif, serta berkembangnya media edukasi yang semakin adaptif terhadap kebutuhan masyarakat, maka diperlukan kajian ilmiah yang menyeluruh mengenai efektivitas edukasi menggunakan media video. Literature review ini dilakukan untuk menganalisis berbagai temuan penelitian lokal di Indonesia terkait pengaruh edukasi video terhadap pengetahuan ibu menyusui tentang ASI eksklusif. Melalui telaah ini, diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai manfaat media video sebagai sarana edukasi yang lebih manusiawi, fleksibel, dan berdampak langsung pada peningkatan pengetahuan serta kesiapan ibu dalam memberikan ASI eksklusif.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain *literature review* dengan pendekatan analisis deskriptif. Pendekatan ini digunakan untuk mengumpulkan, mengkaji, dan mensintesis berbagai hasil penelitian terkait efektivitas edukasi melalui media video dalam meningkatkan pengetahuan ibu menyusui tentang ASI eksklusif. Literature review dipilih karena mampu memberikan gambaran komprehensif mengenai bukti ilmiah yang telah tersedia serta mengidentifikasi pola temuan dari berbagai studi lokal di Indonesia.

Sumber Data dan Strategi Pencarian Artikel

Sumber data dalam penelitian ini berasal dari artikel penelitian yang dipublikasikan di jurnal nasional terakreditasi dan platform ilmiah seperti Google Scholar. Pencarian artikel dilakukan menggunakan kata kunci: “ASI eksklusif”, “pengetahuan ibu”, “edukasi video”, “media video”, “video animasi”, “edukasi kesehatan”, dan “quasi eksperimen”. Kombinasi kata kunci dilakukan menggunakan (*And/Or*) untuk mempersempit hasil pencarian sehingga artikel yang diperoleh relevan dengan topik penelitian.

Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Dalam penelitian ini, kriteria inklusi ditetapkan untuk memastikan bahwa artikel yang dianalisis benar-benar relevan dengan tujuan literature review. Artikel yang dipilih adalah penelitian asli yang membahas edukasi mengenai ASI eksklusif dan menggunakan intervensi berupa media video, baik berupa video edukasi, video animasi, maupun video yang dikirimkan melalui aplikasi WhatsApp. Artikel harus mengukur peningkatan pengetahuan ibu sebagai hasil utama, dan diperbolehkan apabila turut menilai sikap atau motivasi sebagai variabel tambahan. Selain itu, artikel yang digunakan harus menggunakan desain quasi eksperimen atau rancangan *one group pretest–posttest*, diterbitkan dalam rentang tahun 2020 hingga 2025, serta berasal dari penelitian yang dilakukan di Indonesia. Sementara itu, artikel yang tidak memenuhi karakteristik tersebut, seperti tulisan non-penelitian, opini, skripsi yang belum dipublikasikan dalam jurnal, atau penelitian yang menggunakan intervensi edukasi non-video (misalnya leaflet atau ceramah konvensional), tidak dimasukkan dalam kajian ini. Artikel yang tidak menyediakan data pretest dan posttest juga dikecualikan karena tidak memungkinkan untuk dianalisis dalam konteks perubahan pengetahuan.

Kriteria Pemilihan

Prosedur pemilihan artikel dilakukan melalui beberapa tahap yang sistematis. Tahap pertama dimulai dengan penyaringan judul dari hasil pencarian awal yang berjumlah lebih dari tiga ratus artikel. Pada tahap ini, peneliti menilai kesesuaian judul dengan fokus penelitian, yaitu intervensi edukasi melalui media video dan variabel pengetahuan ibu. Artikel yang tidak mencerminkan kedua aspek tersebut dikeluarkan. Tahap berikutnya adalah membaca abstrak untuk memastikan bahwa artikel benar-benar meneliti efek intervensi video terhadap pengetahuan atau sikap ibu menyusui. Artikel yang tidak menjelaskan desain penelitian atau tidak memuat variabel pengetahuan secara jelas dieliminasi pada tahap ini. Tahap terakhir adalah meninjau teks lengkap dari artikel yang tersisa untuk mengkonfirmasi kelengkapan data, seperti jumlah sampel, instrumen penelitian, bentuk intervensi, dan hasil pretest–posttest. Pada akhir proses seleksi, lima artikel terpilih karena memenuhi seluruh kriteria inklusi dan memiliki relevansi kuat dengan topik penelitian.

EFEKTIVITAS EDUKASI MEDIA VIDEO MENGENAI ASI EKSKLUSIF DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN IBU MENYUSUI: *LITERATUR REVIEW*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Literature review ini menganalisis lima artikel penelitian yang seluruhnya menggunakan desain quasi eksperimen dengan metode *one group pretest–posttest* untuk menilai efektivitas edukasi media video dalam meningkatkan pengetahuan ibu menyusui tentang ASI eksklusif. Kelima penelitian tersebut dilakukan di berbagai wilayah Indonesia, yaitu Semarang, Surakarta, dan beberapa puskesmas daerah lain, dengan jumlah sampel yang bervariasi antara 30 hingga 45 responden.

Secara umum, seluruh artikel menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu setelah diberikan intervensi edukasi melalui media video. Pada penelitian di Puskesmas Gunung Pati, Semarang, terjadi peningkatan signifikan pada skor pengetahuan ibu setelah pemberian video edukasi mengenai ASI eksklusif. Penelitian lain di Puskesmas Bulu Lor juga memperlihatkan peningkatan serupa, di mana ibu menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai manfaat ASI eksklusif setelah menonton video edukasi. Temuan yang hampir identik dilaporkan pada penelitian yang memanfaatkan media WhatsApp di Puskesmas Banyuanyar, Surakarta, menunjukkan bahwa video yang dikirim melalui platform digital tetap efektif meningkatkan pengetahuan ibu. Sementara itu, penelitian di wilayah lain yang menggunakan video animasi dan video edukasi kesehatan memperlihatkan hasil positif bukan hanya pada aspek pengetahuan, tetapi juga pada peningkatan sikap dan motivasi ibu dalam menyusui. Secara konsisten, kelima artikel menyimpulkan bahwa media video memiliki kontribusi signifikan dalam meningkatkan pemahaman ibu mengenai pentingnya ASI eksklusif. Hal ini tampak dari adanya peningkatan nilai pretest ke posttest yang signifikan secara statistik pada semua studi yang dianalisis.

Hasil literature review menunjukkan bahwa edukasi melalui media video terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu menyusui mengenai ASI eksklusif. Seluruh penelitian yang dianalisis memperlihatkan adanya peningkatan skor pengetahuan setelah pemberian intervensi video, menandakan bahwa penyampaian informasi secara visual dan audio mampu membuat materi lebih menarik dan mudah dipahami dibandingkan dengan metode edukasi konvensional.

Efektivitas video juga didukung oleh konsep *multimedia learning*, di mana kombinasi narasi, gambar, dan animasi membantu ibu memahami informasi secara lebih jelas. Hal ini sangat relevan dengan kebutuhan ibu menyusui yang umumnya lebih responsif terhadap media visual interaktif. Oleh karena itu, penggunaan media video direkomendasikan untuk diintegrasikan ke dalam program edukasi di puskesmas, posyandu, maupun platform digital sebagai bagian dari upaya promosi kesehatan ibu dan anak.

No	Penulis, Tahun	Motode Penelitian	Tujuan	Sample Size	Instrumen Penelitian	Intervensi	Penemuan
1	Mei Indah Epiphani, 2024	Quasi Eksperimental	Mengetahui pengaruh edukasi video terhadap pengetahuan dan sikap ibu menyusui	37 ibu menyusui	Kuesioner pengetahuan & sikap	Video edukasi ASI eksklusif	Pengetahuan & sikap meningkat signifikan
2	Vania Arthame via Safitri et al., 2021	Quasi Eksperimental	Mengetahui pengaruh video edukasi terhadap pengetahuan & sikap ibu	36 ibu	Kuesioner	Video edukasi ASI	Peningkatan signifikan pengetahuan & sikap
3	Abdilla Fi Qisthy Wibowo et al., 2025	Quasi Eksperimental	Menganalisis pengaruh edukasi video via WhatsApp	45 ibu menyusui	Kuesioner pengetahuan & sikap	Video via WhatsApp	Pengetahuan 13.78→19.33, sikap meningkat, p=0.000
4	Juneris Aritonang, 2023	Quasi Eksperimental	Mengetahui pengaruh edukasi video terhadap pengetahuan, sikap & motivasi	± 30–35 ibu	Kuesioner	Video edukasi ASI eksklusif	Pengetahuan, sikap & motivasi meningkat signifikan

EFEKTIVITAS EDUKASI MEDIA VIDEO MENGENAI ASI EKSKLUSIF DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN IBU MENYUSUI: *LITERATUR REVIEW*

5	Rizqi & Sri, 2023	Quasi Experimen tal	Mengukur pengaruh video animasi terhadap sikap ibu	± 30 ibu	Kuesioner sikap	Video animasi ASI eksklusif	Sikap meningkat signifikan
---	-------------------	---------------------------	---	--------------	--------------------	--------------------------------------	----------------------------------

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil telaah dari lima artikel penelitian, dapat disimpulkan bahwa edukasi menggunakan media video merupakan metode yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu menyusui mengenai ASI eksklusif. Seluruh penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada nilai pengetahuan setelah pemberian intervensi video, baik dalam bentuk video edukasi, video animasi, maupun video yang disebarluaskan melalui platform digital seperti WhatsApp. Media video terbukti mampu menyampaikan informasi secara lebih menarik, mudah dipahami, serta memberikan fleksibilitas bagi ibu untuk mengakses materi kapan saja. Selain peningkatan pengetahuan, beberapa studi juga menemukan dampak positif pada sikap dan motivasi ibu dalam memberikan ASI eksklusif. Secara keseluruhan, media video memiliki peranan penting sebagai sarana edukasi yang efektif dan dapat mendukung upaya peningkatan cakupan ASI eksklusif di Indonesia.

Saran

Berdasarkan hasil kajian, tenaga kesehatan disarankan untuk memanfaatkan media video sebagai bagian dari edukasi rutin kepada ibu menyusui, karena media ini terbukti mampu meningkatkan pemahaman tentang ASI eksklusif secara efektif dan mudah diakses. Fasilitas kesehatan juga perlu menyediakan video edukasi yang sederhana, jelas, dan relevan agar ibu dapat memahami materi dengan baik. Selain itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat melibatkan sampel yang lebih luas untuk memperkuat temuan mengenai efektivitas media video dalam edukasi menyusui.

DAFTAR REFERENSI

- Aritonang, J., Gurning, R., Brahmana, N. E. B., & Tarigan, Y. G. (2023). Pengaruh Edukasi Media Vidio Animasi Tentang Asi Eksklusif Terhadap Sikap Ibu Di Wilayah Puskesmas Limbong Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Lingkungan Hidup*, 8(1), 29-35.
- Dinas Kesehatan Jawa Tengah. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah 2022*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah.
- Dinas Kesehatan Kota Surakarta. (2021). *Laporan Capaian Indikator Kesehatan Ibu dan Anak Tahun 2021*. Dinas Kesehatan Kota Surakarta
- Dixit, M. (2024). *pengaruh penyuluhan menggunakan media video terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil tentang pemberian ASI eksklusif Di Puskesmas Kalampangan Kota Palangka Raya* (Doctoral dissertation, POLTEKKES KEMENKES PALANGKA RAYA).
- Epiphani, M. I. (2024). Pengaruh EDO (Edukasi Media Video) Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Ibu Menyusui Tentang Asi Eksklusif Di Wilayah Puskesmas Gunung Pati Semarang. *Protein: Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 2(1), 1-11.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia 2020*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Pedoman Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif*. Direktorat Gizi Masyarakat, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2023: Capaian ASI Eksklusif Nasional*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- 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.
- Wibowo, A. F. Q., Kuswati, K., & Istikhomah, H. (2025). Pengaruh Edukasi Dengan Media Video Tentang ASI Eksklusif Melalui Aplikasi Whatsapp Terhadap Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Banyuanyar Surakarta. *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 7(2), 1327-1333.