E-ISSN: 3031-8629
P-ISSN: 3032-3258
Halaman 309-321
Volume 3 Nomor 3 Tahun 2026

Pengaruh Pemberian Edukasi Tentang Pentingnya Asi Menggunakan Media Video Terhadap Motivasi Ibu Hamil Dalam Persiapan Menyusui Di PMB X Wonokoyo

Retha Vallent Febryolla[1], Sugijati[2], Reni Wahyu Triningsih[3], Sri Rahayu[4]
[1]Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
E-Mail: reni_rassya@yahoo.co.id, sugiatisst@gmail.com, rethavalen2@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi terbaik bagi bayi karena mengandung zat gizi lengkap serta antibodi yang berperan dalam meningkatkan daya tahan tubuh dan menunjang pertumbuhan optimal. Namun, cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih belum mencapai target nasional. Salah satu faktor yang memengaruhi keberhasilan pemberian ASI adalah rendahnya motivasi ibu hamil dalam mempersiapkan proses menyusui sejak masa kehamilan. Edukasi kesehatan menggunakan media video dinilai mampu meningkatkan pemahaman dan motivasi karena memanfaatkan unsur audio dan visual secara bersamaan Tujuan: Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh edukasi tentang pentingnya ASI menggunakan media video terhadap motivasi ibu hamil dalam persiapan menyusui di PMB X Wonokoyo. Metode: Penelitian menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan pre-experimental one group pretest-posttest. Sampel penelitian berjumlah 44 ibu hamil yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner motivasi menyusui yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Intervensi dilakukan melalui pemberian edukasi mengenai pentingnya ASI menggunakan media video. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan tingkat signifikansi 5%.

Hasil: Rata-rata skor motivasi ibu hamil meningkat dari 53,48 sebelum intervensi menjadi 82,86 setelah diberikan edukasi menggunakan media video. Hasil analisis Wilcoxon menunjukkan nilai p=0,001 (p<0,05), sehingga terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian edukasi menggunakan media video terhadap motivasi

ibu hamil dalam persiapan menyusui. Kesimpulan: Edukasi mengenai pentingnya ASI menggunakan media video terbukti efektif meningkatkan motivasi ibu hamil dalam mempersiapkan proses menyusui. Media video dapat dijadikan salah satu alternatif metode edukasi oleh tenaga kesehatan dalam upaya meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.
Kata Kunci: Air Susu Ibu, Edukasi Video, Ibu Hamil, Motivasi, Persiapan Menyusui.

ABSTRACT

Background: Breast milk is the best source of nutrition for infants because it contains complete nutrients and antibodies that support growth, development, and immunity. However, the coverage of exclusive breastfeeding in Indonesia has not yet reached the national target. One factor contributing to this problem is the low motivation of pregnant women to prepare for breastfeeding during pregnancy. Video-based education is considered an effective health promotion strategy because it combines audio and visual information, making learning more engaging.Objective: This study aimed to determine the effect of video-based education regarding the importance of breastfeeding on pregnant women's motivation in preparing for breastfeeding. Methods: This quantitative study employed a pre-experimental one-group pretest-posttest design. Forty-four pregnant women were selected using purposive sampling. Motivation was measured using a validated questionnaire before and after the intervention. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test with a significance level of 0.05.Results: The average motivation score increased from 53.48 before the intervention to 82.86 after the intervention. Statistical analysis showed a significant difference between pretest and posttest scores (p=0.001).
Conclusion: Video-based education effectively improves pregnant women's motivation to prepare for breastfeeding and can be implemented as an educational strategy in maternal health services.
Keywords: Breastfeeding, Motivation, Pregnant Women, Video Education.

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bagi bayi sejak lahir karena mengandung seluruh zat gizi yang dibutuhkan untuk mendukung pertumbuhan, perkembangan, serta meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, kemudian dilanjutkan dengan pemberian makanan pendamping ASI hingga usia dua tahun atau lebih. Pemberian ASI eksklusif terbukti mampu menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi, meningkatkan perkembangan kognitif, serta memberikan manfaat kesehatan jangka panjang bagi ibu dan anak. Meskipun demikian, cakupan pemberian ASI eksklusif di berbagai negara, termasuk Indonesia, masih belum memenuhi target yang ditetapkan.

Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa cakupan ASI eksklusif telah mengalami peningkatan dalam beberapa tahun terakhir, namun belum mencapai target nasional sebesar 80%. Kondisi ini menunjukkan bahwa masih terdapat berbagai kendala dalam pelaksanaan pemberian ASI eksklusif. Rendahnya keberhasilan menyusui dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kurangnya pengetahuan ibu mengenai manfaat ASI, rendahnya motivasi, minimnya dukungan keluarga, serta kurang optimalnya edukasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan selama masa kehamilan. Motivasi menjadi faktor penting karena berhubungan langsung dengan kesiapan ibu dalam memberikan ASI setelah persalinan.

Persiapan menyusui sebaiknya telah dilakukan sejak masa kehamilan melalui pendidikan kesehatan yang terencana. Ibu hamil yang memperoleh informasi mengenai manfaat ASI, teknik menyusui yang benar, serta cara mengatasi berbagai kendala selama menyusui cenderung memiliki keyakinan dan motivasi yang lebih tinggi dibandingkan ibu yang tidak mendapatkan edukasi. Pendidikan kesehatan tidak hanya bertujuan meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membentuk sikap positif dan kesiapan perilaku dalam memberikan ASI secara eksklusif.

Perkembangan teknologi informasi telah memberikan berbagai alternatif media pembelajaran dalam pendidikan kesehatan. Salah satu media yang banyak

digunakan adalah video edukasi. Media video mampu menggabungkan unsur visual, audio, animasi, dan demonstrasi sehingga informasi lebih mudah dipahami, menarik perhatian peserta, serta meningkatkan retensi informasi. Dibandingkan metode ceramah konvensional, media video memberikan pengalaman belajar yang lebih interaktif sehingga mampu meningkatkan motivasi seseorang dalam mengubah perilaku kesehatan.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan media video dalam pendidikan kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, serta motivasi ibu mengenai pemberian ASI. Video memberikan gambaran nyata mengenai manfaat ASI, teknik pelekatan yang benar, serta berbagai langkah persiapan menyusui sehingga mampu meningkatkan kepercayaan diri ibu hamil. Namun demikian, efektivitas media video masih perlu dikaji pada berbagai karakteristik masyarakat dan fasilitas pelayanan kesehatan yang berbeda. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di PMB X Wonokoyo menunjukkan bahwa sebagian ibu hamil masih memiliki pemahaman yang rendah mengenai manfaat ASI eksklusif dan pentingnya persiapan menyusui sejak masa kehamilan. Sebagian besar responden belum pernah memperoleh edukasi menggunakan media audiovisual sehingga motivasi dalam mempersiapkan proses menyusui masih relatif rendah. Kondisi tersebut menjadi salah satu alasan perlunya dilakukan intervensi edukasi menggunakan media video sebagai upaya meningkatkan kesiapan ibu dalam memberikan ASI eksklusif.

Penelitian ini menggunakan media video sebagai sarana edukasi karena media tersebut mampu menyampaikan informasi secara sistematis, menarik, dan mudah dipahami oleh berbagai tingkat pendidikan. Selain meningkatkan pengetahuan, media video diharapkan mampu membentuk motivasi intrinsik ibu hamil sehingga mereka lebih siap memberikan ASI eksklusif kepada bayinya setelah lahir.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pemberian edukasi mengenai pentingnya ASI menggunakan media video terhadap motivasi ibu hamil dalam persiapan menyusui di PMB X Wonokoyo. Hasil

penelitian diharapkan dapat menjadi dasar bagi tenaga kesehatan dalam memilih metode edukasi yang efektif untuk meningkatkan keberhasilan program ASI eksklusif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain Pre-Experimental melalui pendekatan One Group Pretest-Posttest Design. Desain ini dipilih karena bertujuan mengetahui perubahan motivasi ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa edukasi mengenai pentingnya Air Susu Ibu (ASI) menggunakan media video. Pengukuran dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum intervensi (pretest) dan setelah intervensi (posttest), sehingga perubahan yang terjadi dapat diamati secara langsung. Penelitian dilaksanakan di Praktik Mandiri Bidan (PMB) X Wonokoyo pada tahun 2025. Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan di PMB tersebut selama periode penelitian. Sampel dipilih menggunakan teknik purposive sampling sesuai kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Berdasarkan hasil perhitungan sampel, sebanyak 44 responden memenuhi syarat untuk mengikuti penelitian.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi ibu hamil yang bersedia menjadi responden, mampu berkomunikasi dengan baik, dapat membaca dan menulis, serta mengikuti seluruh rangkaian penelitian hingga selesai. Adapun kriteria eksklusi adalah ibu hamil yang tidak menyelesaikan proses intervensi atau tidak mengisi kuesioner secara lengkap. Variabel independen dalam penelitian ini adalah edukasi mengenai pentingnya ASI menggunakan media video, sedangkan variabel dependen adalah motivasi ibu hamil dalam persiapan menyusui. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner motivasi menyusui yang telah diuji validitas dan reliabilitas sebelum digunakan. Kuesioner terdiri atas beberapa indikator yang mengukur motivasi intrinsik maupun ekstrinsik ibu dalam mempersiapkan pemberian ASI eksklusif. Pengumpulan data dilakukan melalui dua tahap. Tahap pertama adalah pemberian pretest untuk mengetahui tingkat motivasi awal responden. Selanjutnya responden diberikan intervensi berupa edukasi menggunakan media video yang berisi informasi mengenai manfaat ASI, pentingnya ASI eksklusif, teknik menyusui,

persiapan menyusui sejak masa kehamilan, serta upaya mengatasi hambatan dalam pemberian ASI. Setelah seluruh materi selesai disampaikan, responden kembali diminta mengisi kuesioner sebagai posttest.

Analisis data dilakukan secara bertahap. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan, usia kehamilan, dan tingkat motivasi sebelum maupun sesudah intervensi. Selanjutnya dilakukan analisis bivariat menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test karena hasil uji normalitas menunjukkan data tidak berdistribusi normal. Tingkat kemaknaan statistik ditetapkan pada nilai $\alpha = 0{,}05$, sehingga apabila nilai $p < 0{,}05$, maka terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian edukasi menggunakan media video terhadap motivasi ibu hamil dalam persiapan menyusui. Penelitian ini telah memperhatikan prinsip-prinsip etik penelitian kesehatan yang meliputi penghormatan terhadap hak responden, kerahasiaan identitas, keadilan, serta pemberian informed consent sebelum penelitian dilaksanakan. Seluruh responden memperoleh penjelasan mengenai tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta hak untuk mengundurkan diri kapan saja tanpa memengaruhi pelayanan kesehatan yang diterima.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Karakteristik responden memberikan gambaran mengenai kondisi umum ibu hamil yang mengikuti penelitian. Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden berada pada kelompok usia reproduksi sehat, yaitu antara 20–35 tahun. Kelompok usia tersebut merupakan usia yang dianggap paling ideal untuk menjalani kehamilan karena risiko komplikasi relatif lebih rendah dibandingkan usia di bawah 20 tahun maupun di atas 35 tahun. Ditinjau dari tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan menengah, yaitu lulusan Sekolah Menengah Atas (SMA). Tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi kemampuan seseorang dalam menerima dan memahami informasi kesehatan. Responden dengan tingkat pendidikan lebih tinggi cenderung lebih mudah memahami materi edukasi yang diberikan sehingga lebih siap dalam mengubah

perilaku kesehatannya.

Berdasarkan pekerjaan, mayoritas responden merupakan ibu rumah tangga. Kondisi ini memberikan peluang yang lebih besar bagi responden untuk mengikuti kegiatan edukasi secara optimal karena memiliki waktu yang relatif lebih fleksibel dibandingkan responden yang bekerja di sektor formal. Sebagian besar responden berada pada trimester ketiga kehamilan. Pada masa ini ibu mulai mempersiapkan diri menghadapi persalinan sekaligus proses menyusui, sehingga edukasi mengenai pentingnya ASI menjadi sangat relevan untuk meningkatkan kesiapan ibu.

Motivasi Ibu Hamil Sebelum Pemberian Edukasi

Hasil pengukuran awal menunjukkan bahwa motivasi ibu hamil dalam mempersiapkan pemberian ASI masih berada pada kategori sedang hingga rendah. Sebagian responden belum sepenuhnya memahami manfaat ASI eksklusif, pentingnya inisiasi menyusu dini, maupun teknik menyusui yang benar. Rendahnya motivasi tersebut diduga dipengaruhi oleh kurangnya informasi yang diperoleh selama masa kehamilan, minimnya pengalaman menyusui sebelumnya, serta terbatasnya edukasi menggunakan media yang menarik. Nilai rata-rata motivasi sebelum diberikan edukasi adalah 53,48, yang menunjukkan bahwa masih terdapat kebutuhan peningkatan motivasi melalui intervensi pendidikan kesehatan.

Motivasi Ibu Hamil Setelah Pemberian Edukasi

Setelah responden memperoleh edukasi menggunakan media video, terjadi peningkatan motivasi yang cukup besar. Sebagian besar responden menunjukkan antusiasme selama proses edukasi berlangsung. Media video mampu menyampaikan informasi secara visual dan audio sehingga materi menjadi lebih mudah dipahami dibandingkan penyampaian secara lisan saja.

Nilai rata-rata motivasi setelah intervensi meningkat menjadi 82,86. Hasil tersebut menunjukkan bahwa media video mampu meningkatkan minat, keyakinan, dan kesiapan ibu hamil dalam memberikan ASI eksklusif kepada bayinya setelah lahir. Selain peningkatan skor motivasi, responden juga menyampaikan bahwa media video memberikan gambaran yang lebih nyata mengenai manfaat ASI, teknik pelekatan bayi, serta langkah-langkah persiapan menyusui yang sebelumnya belum

mereka ketahui.

Analisis Pengaruh Edukasi Menggunakan Media Video terhadap Motivasi Ibu Hamil

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test karena data tidak memenuhi asumsi distribusi normal. Hasil analisis menunjukkan nilai $p = 0{,}001$ ($p < 0{,}05$), sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara skor motivasi sebelum dan sesudah pemberian edukasi. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi mengenai pentingnya ASI menggunakan media video berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan motivasi ibu hamil dalam mempersiapkan proses menyusui. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan adanya pengaruh edukasi menggunakan media video terhadap motivasi ibu hamil dapat diterima.

Secara statistik, peningkatan skor motivasi dari 53,48 menjadi 82,86 menggambarkan bahwa media video merupakan metode edukasi yang efektif dalam meningkatkan kesiapan ibu hamil untuk memberikan ASI eksklusif. Media ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memperkuat keyakinan serta membentuk sikap positif terhadap praktik menyusui.

PEMBAHASAN

Pengaruh Edukasi Menggunakan Media Video terhadap Motivasi Ibu Hamil dalam Persiapan Menyusui

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian edukasi mengenai pentingnya Air Susu Ibu (ASI) menggunakan media video memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan motivasi ibu hamil dalam mempersiapkan proses menyusui. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya peningkatan rata-rata skor motivasi dari 53,48 sebelum intervensi menjadi 82,86 setelah diberikan edukasi, serta hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test yang menunjukkan nilai $p = 0{,}001$ ($p < 0{,}05$). Temuan tersebut mengindikasikan bahwa media video merupakan salah satu metode pendidikan kesehatan yang efektif dalam meningkatkan motivasi ibu hamil untuk memberikan ASI eksklusif.

Peningkatan motivasi yang terjadi tidak terlepas dari karakteristik media video yang mampu menyampaikan informasi melalui kombinasi unsur visual, audio, teks, ilustrasi, dan demonstrasi secara bersamaan. Berbeda dengan metode ceramah

yang hanya mengandalkan komunikasi verbal, media video memberikan pengalaman belajar yang lebih nyata sehingga materi lebih mudah dipahami dan diingat oleh responden. Informasi yang disajikan secara visual mampu menarik perhatian peserta, meningkatkan konsentrasi, serta membantu menjelaskan materi yang sulit dipahami apabila hanya disampaikan melalui penjelasan lisan.

Menurut teori pembelajaran multimedia yang dikemukakan oleh Mayer, seseorang akan lebih mudah memahami informasi apabila disampaikan melalui kombinasi gambar dan suara dibandingkan hanya menggunakan teks atau ceramah. Dalam konteks pendidikan kesehatan, penggunaan media audiovisual dapat meningkatkan efektivitas penyampaian pesan kesehatan karena melibatkan lebih banyak indera dalam proses belajar. Hal tersebut menyebabkan informasi yang diterima lebih mudah disimpan dalam memori jangka panjang sehingga berdampak pada perubahan pengetahuan, sikap, dan motivasi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori Notoatmodjo yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan bertujuan mengubah perilaku masyarakat melalui peningkatan pengetahuan, pembentukan sikap positif, dan munculnya motivasi untuk melakukan tindakan kesehatan secara mandiri. Motivasi merupakan salah satu komponen penting dalam perubahan perilaku karena seseorang yang memiliki motivasi tinggi akan lebih terdorong untuk menerapkan informasi yang telah diperoleh dalam kehidupan sehari-hari. Dalam penelitian ini, materi video tidak hanya menjelaskan manfaat ASI eksklusif bagi bayi, tetapi juga memberikan penjelasan mengenai manfaat menyusui bagi ibu, keluarga, bahkan negara. Selain itu, video juga memperlihatkan teknik menyusui yang benar, posisi pelekatan bayi, manfaat Inisiasi Menyusu Dini (IMD), serta cara mengatasi berbagai hambatan yang sering dialami ibu menyusui. Penyampaian materi secara komprehensif tersebut memberikan gambaran nyata kepada ibu hamil mengenai proses menyusui sehingga mampu meningkatkan keyakinan mereka untuk memberikan ASI eksklusif setelah melahirkan.

Motivasi yang meningkat setelah intervensi menunjukkan bahwa ibu hamil mulai memiliki persepsi positif terhadap pemberian ASI. Sebelum memperoleh

edukasi, sebagian besar responden hanya mengetahui bahwa ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi. Namun setelah memperoleh edukasi, responden memahami bahwa ASI memiliki manfaat yang jauh lebih luas, antara lain meningkatkan daya tahan tubuh bayi, mendukung perkembangan otak, mempererat ikatan emosional antara ibu dan bayi, mengurangi risiko penyakit infeksi, serta memberikan manfaat kesehatan bagi ibu seperti mempercepat involusi uterus dan menurunkan risiko kanker payudara maupun kanker ovarium. Selain meningkatkan pengetahuan, media video juga berperan dalam membangun self-efficacy atau kepercayaan diri ibu. Banyak ibu hamil, khususnya primigravida, merasa khawatir tidak mampu menyusui bayinya dengan baik. Kekhawatiran tersebut sering menjadi penyebab rendahnya motivasi dalam mempersiapkan proses menyusui. Melalui tayangan video yang memperlihatkan langkah-langkah menyusui secara benar, responden memperoleh gambaran bahwa menyusui merupakan keterampilan yang dapat dipelajari sehingga rasa percaya diri mereka meningkat.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh teori Bandura mengenai *Social Cognitive Theory* yang menjelaskan bahwa seseorang dapat belajar melalui proses observasi terhadap perilaku orang lain (*observational learning*). Dalam penelitian ini, responden tidak hanya menerima informasi secara verbal, tetapi juga mengamati contoh praktik menyusui melalui media video. Proses observasi tersebut mendorong terbentuknya keyakinan bahwa mereka mampu melakukan perilaku yang sama ketika bayi telah lahir. Karakteristik responden juga turut memengaruhi keberhasilan intervensi. Sebagian besar responden berada pada usia reproduksi sehat, memiliki tingkat pendidikan menengah, dan berada pada trimester ketiga kehamilan. Usia reproduksi yang matang umumnya diikuti dengan kemampuan berpikir yang lebih baik dalam menerima informasi kesehatan. Tingkat pendidikan menengah memudahkan responden memahami materi edukasi yang diberikan. Sementara itu, ibu hamil trimester ketiga umumnya telah memiliki kesiapan psikologis yang lebih tinggi dalam menghadapi persalinan dan menyusui sehingga lebih mudah menerima informasi yang berkaitan dengan persiapan pemberian ASI.

Walaupun demikian, peningkatan motivasi yang diperoleh dalam penelitian ini kemungkinan juga dipengaruhi oleh faktor lain di luar intervensi, seperti pengalaman kehamilan sebelumnya, dukungan suami, dukungan keluarga, akses terhadap informasi kesehatan melalui media sosial, serta pengalaman mengikuti kelas ibu hamil. Faktor-faktor tersebut tidak dianalisis secara khusus dalam penelitian ini sehingga menjadi salah satu keterbatasan penelitian. Temuan penelitian ini konsisten dengan berbagai penelitian sebelumnya yang melaporkan bahwa media video lebih efektif dibandingkan metode ceramah dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, maupun motivasi ibu mengenai pemberian ASI eksklusif. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa penggunaan media audiovisual mampu meningkatkan retensi informasi karena melibatkan lebih banyak indera dibandingkan media cetak maupun penyuluhan konvensional. Oleh karena itu, media video direkomendasikan sebagai salah satu media pendidikan kesehatan yang efektif pada pelayanan antenatal.

Dari sisi praktik pelayanan kesehatan, hasil penelitian ini memberikan implikasi penting bagi bidan, perawat, maupun tenaga promosi kesehatan. Edukasi menggunakan media video dapat diintegrasikan ke dalam pelayanan Antenatal Care (ANC), kelas ibu hamil, Posyandu, maupun kegiatan penyuluhan kesehatan di fasilitas pelayanan kesehatan primer. Penggunaan media video relatif mudah diterapkan karena dapat diputar berulang kali menggunakan televisi, laptop, maupun telepon pintar tanpa memerlukan biaya operasional yang besar.

Selain itu, perkembangan teknologi digital saat ini memungkinkan media video disebarluaskan melalui berbagai platform daring seperti YouTube, WhatsApp, maupun media sosial lainnya sehingga ibu hamil dapat mengakses materi edukasi kapan saja dan di mana saja. Pendekatan ini berpotensi meningkatkan jangkauan pendidikan kesehatan serta memperkuat keberhasilan program ASI eksklusif di Indonesia. Meskipun hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan, penelitian ini masih memiliki beberapa keterbatasan. Desain penelitian One Group Pretest-Posttest belum melibatkan kelompok kontrol sehingga peningkatan motivasi belum sepenuhnya dapat dipastikan hanya disebabkan oleh intervensi yang diberikan. Selain itu, jumlah sampel yang relatif terbatas dan lokasi penelitian yang

hanya dilakukan pada satu Praktik Mandiri Bidan menyebabkan hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan secara luas. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain quasi-experimental atau randomized controlled trial dengan jumlah sampel yang lebih besar serta melibatkan beberapa fasilitas pelayanan kesehatan agar diperoleh tingkat validitas eksternal yang lebih baik.

Secara keseluruhan, penelitian ini membuktikan bahwa edukasi menggunakan media video merupakan metode pendidikan kesehatan yang efektif untuk meningkatkan motivasi ibu hamil dalam mempersiapkan pemberian ASI eksklusif. Keberhasilan tersebut menunjukkan bahwa inovasi media pembelajaran perlu terus dikembangkan sebagai bagian dari strategi promosi kesehatan ibu dan anak sehingga target peningkatan cakupan ASI eksklusif di Indonesia dapat tercapai secara optimal.

KESIMPULAN

Penelitian ini membuktikan bahwa pemberian edukasi mengenai pentingnya Air Susu Ibu (ASI) menggunakan media video berpengaruh signifikan terhadap peningkatan motivasi ibu hamil dalam mempersiapkan proses menyusui di PMB X Wonokoyo. Sebelum diberikan intervensi, motivasi ibu hamil masih berada pada kategori sedang dengan rata-rata skor sebesar 53,48. Setelah memperoleh edukasi menggunakan media video, rata-rata skor motivasi meningkat menjadi 82,86. Hasil analisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai $p = 0{,}001$ ($p < 0{,}05$), sehingga hipotesis penelitian diterima. Peningkatan motivasi tersebut menunjukkan bahwa media video mampu menyampaikan informasi secara lebih menarik, mudah dipahami, dan memberikan pengalaman belajar yang lebih baik dibandingkan metode penyuluhan konvensional. Kombinasi unsur audio dan visual dalam media video mampu meningkatkan perhatian, pemahaman, serta keyakinan ibu hamil mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif. Dengan meningkatnya motivasi selama masa kehamilan, diharapkan ibu akan memiliki kesiapan yang lebih baik dalam memberikan ASI eksklusif setelah persalinan.

Hasil penelitian ini memberikan bukti bahwa penggunaan media video dapat

dijadikan salah satu strategi pendidikan kesehatan yang efektif dalam pelayanan antenatal. Penerapan media video secara rutin di fasilitas pelayanan kesehatan diharapkan mampu meningkatkan keberhasilan program ASI eksklusif serta mendukung upaya penurunan angka kesakitan dan kematian bayi melalui praktik pemberian ASI yang optimal.

DAFTAR PUSTAKA

(Contoh format APA 7, sesuaikan kembali dengan daftar pustaka skripsi Anda.)

Adventus, J., dkk. (2019). *Pendidikan Kesehatan dalam Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman.

Febriyeni, & Rizka. (2020). Efektivitas media video dalam pendidikan kesehatan. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 15(2), 88–95.

IDAI. (2023). *Rekomendasi Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif di Indonesia*.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Pedoman Nasional Pemberian ASI Eksklusif*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Listyarini, D. (2017). Pengaruh media video terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai ASI eksklusif. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 8(1), 45–52.

Mayer, R. E. (2009). *Multimedia Learning* (2nd ed.). Cambridge University Press.

Mubarak, W. I. (2022). *Promosi Kesehatan untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.

Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

WHO. (2024). *Infant and Young Child Feeding Guidelines*. Geneva: World Health Organization.