

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan Tentang Pompa ASI

1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan berasal dari kata “tahu” yang dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia mempunyai beberapa arti, antara lain “mengerti setelah melihat (menyaksikan, mengalami, dll)”, “mengetahui” dan “mengerti” (Mardhiati, 2023). Pengetahuan merupakan hasil dari proses mengetahui yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan ini dapat terjadi melalui panca indera manusia, terutama indera penglihatan dan pendengaran (Notoatmodjo, 2018).

Pengetahuan merupakan salah satu aspek utama yang berperan dalam membentuk perilaku seseorang, terutama perilaku kesehatan. Seseorang yang memahami suatu hal dengan baik cenderung bertindak sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya pada situasi tertentu.

2. Pengetahuan Ibu Tentang Metode Pompa ASI

Pengetahuan ibu tentang metode pompa ASI adalah sejauh mana ibu mengetahui dan memahami konsep, tujuan, manfaat, jenis, serta prosedur penggunaan pompa ASI dalam mempertahankan dan meningkatkan produksi ASI, terutama ketika bayi tidak dapat menyusu langsung (Yuliasri, 2022). Pengetahuan ini sangat penting agar ibu dapat melakukan pompa ASI secara benar, menjaga kebersihan alat dan menyimpan ASI perah sesuai standar. Pemahaman yang baik

akan membantu ibu mengatasi kendala seperti bendungan ASI, penurunan produksi, atau keterpisahan dengan bayi (Yuliantie & Kusvitasari, 2022).

3. Tingkatan Pengetahuan

Benjamin Bloom, seorang psikolog pendidikan, menyelidiki konsep pengetahuan dan memperkenalkan *Bloom's Taxonomy*. Beliau mengemukakan bahwa tingkat pengetahuan terbagi menjadi beberapa domain, yaitu kognitif, afektif dan psikomotor. Domain kognitif meliputi 6 tingkatan yaitu pengetahuan, pemahaman, aplikasi, analisis, sintesis dan evaluasi (Swarjana, 2023), yang dapat dijabarkan sebagai berikut:

a. Pengetahuan (*knowledge*)

Tingkat pengetahuan atau *knowledge* merupakan tingkat tujuan kognitif yang paling dasar. Pada tahap ini, individu hanya mampu mengingat kembali (*recall*) atau mengenali informasi yang pernah diterima, tanpa harus memahaminya secara mendalam. Contohnya, ibu nifas mengetahui pengertian pompa ASI atau mengetahui bahwa ASI dapat diperah menggunakan alat tertentu.

b. Pemahaman (*comprehension*)

Pemahaman adalah kemampuan untuk menjelaskan kembali informasi dengan kata-kata sendiri, menafsirkan, atau memberikan contoh dari suatu konsep yang telah diketahui. Pada tahap ini, individu tidak hanya tahu, tetapi juga mengerti makna dari informasi tersebut. Contohnya, ibu nifas mampu menjelaskan manfaat pompa ASI dan alasan mengapa pemompaan diperlukan ketika bayi dirawat terpisah.

c. Aplikasi (*application*)

Aplikasi merupakan kemampuan individu untuk menggunakan atau menerapkan pengetahuan yang dimiliki dalam situasi nyata. Pengetahuan tidak hanya bersifat teoritis, tetapi sudah dapat diaplikasikan dalam praktik. Contohnya, ibu nifas mampu menggunakan pompa ASI sesuai prosedur yang benar dan menjadwalkan pemompaan secara rutin selama bayi dirawat.

d. Analisis (*analysis*)

Analisis adalah kemampuan untuk menguraikan suatu konsep atau masalah ke dalam bagian-bagian, serta memahami hubungan antar bagian tersebut. Pada tahap ini, individu mampu mengidentifikasi faktor penyebab dan akibat. Contohnya, ibu nifas mampu menganalisis dampak jika tidak melakukan pemompaan ASI secara teratur terhadap penurunan produksi ASI.

e. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis merupakan kemampuan untuk menggabungkan berbagai unsur pengetahuan menjadi suatu bentuk atau rencana baru yang lebih utuh. Pada tahap ini, individu mampu merancang solusi berdasarkan pengetahuan yang dimiliki. Contohnya, ibu nifas mampu menyusun jadwal pemompaan ASI yang sesuai dengan kondisi fisik dan waktu kunjungan ke rumah sakit.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi adalah tingkat pengetahuan tertinggi, yaitu kemampuan untuk menilai atau mengambil keputusan berdasarkan kriteria atau standar tertentu. Individu dapat mempertimbangkan kelebihan dan kekurangan suatu tindakan. Contohnya, ibu nifas mampu mengevaluasi efektivitas metode pompa ASI yang

digunakan dan menentukan apakah metode tersebut sudah optimal dalam mempertahankan produksi ASI.

4. Cara Pengukuran Pengetahuan

Pengetahuan sebagai suatu variabel penelitian dapat diukur menggunakan alat ukur yang sesuai. Pada penelitian kesehatan, khususnya penelitian keperawatan dan kebidanan, pengukuran variabel pengetahuan umumnya dilakukan menggunakan instrumen berupa kuesioner. Kuesioner pengetahuan disusun dalam bentuk daftar pertanyaan yang bertujuan untuk menggali sejauh mana responden memahami suatu konsep, informasi, atau keterampilan tertentu (Swarjana, 2023).

Jenis kuesioner pengetahuan yang sering digunakan antara lain kuesioner dengan pilihan jawaban benar-salah, benar-salah-tidak tahu, serta kuesioner pilihan ganda (*multiple choice*) yang memungkinkan responden memilih satu jawaban yang paling tepat dari beberapa alternatif yang tersedia. Setiap jawaban kemudian diberi skor sesuai dengan ketepatan jawaban responden. Instrumen ini dinilai efektif karena mudah digunakan, objektif, dan dapat mengukur tingkat pengetahuan secara kuantitatif (Nursalam, 2016)

Variabel pengetahuan dapat dianalisis dalam bentuk skala numerik maupun skala kategorik, tergantung pada tujuan analisis data. Dalam bentuk skala numerik, hasil pengukuran pengetahuan dinyatakan dalam skor total atau persentase, yang mencerminkan tingkat pengetahuan responden secara objektif. Skala numerik ini memungkinkan peneliti melakukan analisis statistik yang lebih kuat, terutama dalam pengujian hubungan atau perbedaan antarvariabel (Mardhiati, 2023).

Salah satu bentuk skala numerik adalah skala data rasio, yang merupakan skala pengukuran paling ideal dalam analisis statistik. Skala rasio memiliki

karakteristik berupa nilai nol mutlak, sehingga perbedaan dan perbandingan antar nilai bersifat absolut. Pengukuran pengetahuan dengan skala rasio berarti data yang diperoleh merupakan hasil langsung dari proses pengukuran, misalnya jumlah jawaban benar atau persentase skor pengetahuan. Dengan demikian, data pengetahuan yang diukur menggunakan skala rasio dapat dianalisis secara lebih akurat dan memiliki daya interpretasi yang tinggi (Flanagan & Beck, 2024).

5. Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan Ibu tentang Metode Pompa ASI

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan ibu antara lain:

a. Usia ibu

Semakin matang usia, biasanya tingkat kedewasaan berpikir meningkat sehingga pengetahuan lebih luas.

b. Pendidikan

Tingkat pendidikan yang lebih tinggi memudahkan ibu menerima dan memahami informasi baru.

c. Pengalaman

Ibu yang pernah menyusui atau menggunakan pompa sebelumnya lebih memahami cara kerja dan manfaatnya.

d. Sumber informasi

Penyuluhan tenaga kesehatan, media sosial dan pengalaman orang lain dapat meningkatkan wawasan.

e. Dukungan tenaga kesehatan

Edukasi yang berkelanjutan dari perawat/bidan dapat meningkatkan praktik yang benar (Novisah, 2024).

6. Faktor yang mempengaruhi Kelancaran ASI

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi produksi ASI diantaranya yaitu:

a. Fisik Ibu

1) Makanan Ibu

Makanan yang dimakan ibu yang sedang menyusui tidak secara langsung mempengaruhi mutu ataupun jumlah air susu yang dihasilkan. Jika makanan ibu terus-menerus tidak mengandung cukup zat gizi yang diperlukan, maka kelenjar pembentuk ASI tidak akan bekerja sempurna dan akan berpengaruh terhadap produksi ASI. Apabila ibu yang sedang menyusui bayinya mendapat tambahan makanan, maka akan terjadi kemunduran dalam pembentukan ASI (Asikin dkk., 2023).

2) Faktor Isapan

Bayi Isapan mulut bayi akan menstimulus hipotalamus pada bagian hipofisis anterior dan posterior. Hipofisis anterior menghasilkan rangsangan (rangsangan prolaktin) untuk meningkatkan sekresi prolaktin. Prolaktin bekerja pada kelenjar susu (alveoli) untuk memproduksi ASI. Isapan bayi tidak sempurna, frekuensi menyusui yang jarang serta puting susu ibu yang sangat kecil akan membuat produksi hormon oksitosin dan hormon prolaktin akan terus menurun dan produksi ASI terganggu.

3) Status kesehatan ibu

Kondisi fisik yang sehat akan menunjang produksi ASI yang optimal baik kualitas maupun kuantitasnya (Adisti dkk., 2025). Oleh karena itu maka pada masa menyusui ibu harus menjaga kesehatannya. Ibu yang sakit, pada umumnya tidak mempengaruhi produksi ASI. Tetapi akibat kekhawatiran ibu terhadap kesehatan bayinya maka ibu menghentikan menyusui bayinya. Kondisi tersebut menyebabkan tidak adanya rangsangan pada puting susu sehingga produksi ASI pun berkurang atau berhenti (Hamdayani dkk., 2023).

4) Nutrisi dan asupan cairan

Jumlah dan kualitas ASI dipengaruhi oleh nutrisi dan masukan cairan ibu. Selama menyusui ibu memerlukan cakupan banyak karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral. Jumlah tambahan kalori yang dibutuhkan oleh ibu menyusui pada enam bulan pertama adalah ± 700 kalori per hari (Nikmah & Anggraeni, 2023).

5) Merokok

Ibu yang merokok, asap rokok yang dihisap ibu dapat mengganggu kerja hormon prolaktin dan oksitosin sehingga akan menghambat produksi ASI. Dalam waktu tiga bulan berat badan bayi dari ibu yang merokok tidak menunjukkan pertumbuhan yang optimal (Macchi dkk., 2021).

6) Alkohol

Meskipun minuman alkohol dengan dosis rendah disatu sisi dapat membantu ibu merasa lebih rileks sehingga membantu proses pengeluaran ASI namun disisi lain etanol dapat menghambat produksi oksitosin. Kontraksi rahim saat menyusui merupakan indikator produksi oksitosin. Pada dosis etanol 0,5-0,8 gr/kg berat badan ibu mengakibatkan kontraksi rahim hanya 62% dari normal, dan

dosis 0,9-1,1 gr/kg mengakibatkan kontraksi rahim 32% dari normal (Macchi dkk., 2021).

7) Umur dan Paritas

Umur ibu berpengaruh terhadap produksi ASI. Ibu yang umurnya muda lebih banyak memproduksi ASI dibandingkan dengan ibu yang sudah tua. Bahwa ibu-ibu yang lebih muda atau umurnya kurang dari 35 tahun lebih banyak memproduksi ASI daripada ibu-ibu yang lebih tua. Ibu yang melahirkan anak kedua dan seterusnya produksi ASI lebih banyak dibandingkan dengan kelahiran anak yang pertama (Ariani, 2022).

8) Bentuk dan kondisi puting susu

Kelainan bentuk puting yaitu bentuk puting yang datar (flatt) dan puting yang masuk (inverted) akan menyebabkan bayi kesulitan untuk menghisap payudara. Hal tersebut menyebabkan rangsangan pengeluaran prolaktin terhambat dan produksi ASI pun terhambat. Puting susu lecet sering dialami oleh ibu-ibu yang menyusui bayinya. Kondisi tersebut pada umumnya disebabkan oleh kesalahan dalam posisi menyusui. Pada keadaan ini, ibu-ibu umumnya memutuskan untuk menghentikan menyusui karena puting susu yang lecet apabila dihisap oleh bayi menimbulkan rasa sakit. Payudara yang tidak dihisap oleh bayi atau air susu yang tidak dikeluarkan dari payudara dapat mengakibatkan berhentinya produksi ASI (Delvina dkk., 2022).

9) Nyeri

Ibu post partum dengan sectio caesarea tentunya akan mengalami ketidaknyamanan, terutama luka insisi pada dinding abdomen akan menimbulkan rasa nyeri. Keadaan tersebut menyebabkan ibu akan mengalami kesulitan untuk

menyusui karena kalau ibu bergerak atau merubah posisi maka nyeri yang dirasakan akan bertambah berat. Rasa sakit yang dirasakan oleh ibu akan menghambat produksi oksitosin sehingga akan mempengaruhi produksi ASI (Juwariyah & Hamidah, 2024).

b. Psikologis ibu

1) Kecemasan

Ibu yang melahirkan dengan tindakan *sectio caesarea* akan menghadapi masalah yang berbeda dengan ibu yang melahirkan secara normal. Pada ibu post *sectio caesarea* selain menghadapi masa nifas juga harus menjadi masa pemulihan akibat tindakan operatif. Masa pemulihan berangsur lebih lambat dibandingkan ibu yang melahirkan secara normal. Beberapa hari setelah tindakan *sectio caesarea* mungkin ibu masih merasakan nyeri akibat luka insisi, sehingga ibu akan merasakan kesulitan untuk merawat bayinya ataupun melaksanakan aktifitas sehari-harinya. Kondisi-kondisi tersebut menyebabkan ibu merasa tidak berdaya dan cemas terhadap kesehatan dirinya dan bayinya (Sari dkk., 2023).

2) Motivasi

Keberhasilan menyusui didukung oleh persiapan psikologis, yang dipersiapkan sejak masa kehamilan. Keinginan dan motivasi yang kuat untuk menyusui bayinya akan mendorong ibu untuk selalu berusaha menyusui bayinya dalam kondisi apapun. Dengan motivasi yang kuat, seorang ibu tidak akan mudah menyerah meskipun ada masalah dalam proses menyusui bayinya (Nursanti dkk., 2023a).

c. Bayi

1) Berat badan lahir

Bayi berat badan rendah (BBLR) mempunyai kemampuan menghisap ASI yang lebih rendah dibanding bayi yang berat lahir normal (> 2500 gr). Kemampuan menghisap ASI yang lebih rendah ini meliputi frekuensi dan lama penyusuan yang lebih rendah dibanding bayi yang lahir normal yang akan mempengaruhi stimulasi hormon prolaktin dan oksitosin dalam memproduksi ASI (Amelia & Fitri, 2023).

2) Status Kesehatan Bayi

Bayi yang sakit pada umumnya malas untuk menghisap puting susu sehingga tidak ada let-down refleks. Akibatnya tidak ada rangsangan pada puting susu sehingga menyebabkan rangsangan produksi ASI dan pengaliran ASI terhambat (WHO, 2021).

3) Hisapan bayi

Pada puting dan aerola terdapat ujung-ujung saraf yang sangat penting untuk refleks menyusui. Apabila puting susu dihisap oleh bayi maka rangsangannya akan diteruskan ke hipotalamus untuk mengeluarkan prolaktin dan oksitosin. Hal tersebut menyebabkan air susu diproduksi dan dialirkan (WHO, 2021).

d. Faktor lain

1) Menyusui dini

Pemberian ASI sesegera setelah melahirkan akan menyebabkan hisapan bayi pada puting susu akan merangsang hormon oksitosin dan prolaktin sehingga akan mempercepat pengeluaran ASI. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok ibu post partum normal dan tindakan forcep atau vakum yang langsung menyusui bayinya pada 30 menit pertama setelah kelahiran hampir seluruhnya

90,24% dari jumlah sampel 41 orang, ASI keluar dalam kurun waktu di bawah 24 jam dengan rata-rata keluar 5 jam (Hety & Susanti, 2021).

2) Menyusui malam hari

Menyusui pada malam hari sangat penting. Hal tersebut karena pada malam hari hormon prolaktin diproduksi secara maksimal (Asikin dkk., 2023).

3) Menyusui on demand

Sebaiknya bayi disusui secara nir-jadwal (on demand), karena bayi akan menentukan sendiri kebutuhannya. Ibu harus menyusui bayinya bila bayi menangis bukan karena sebab lain (karena kepanasan/kedinginan, atau sekedar ingin didekap) atau ibu sudah merasa perlu menyusukan bayinya. Bayi yang sehat dapat mengosongkan satu payudara sekitar 5-7 menit dan lambung bayi akan kosong dalam waktu 2 jam. Pada awalnya bayi akan menyusu dengan jadwal yang tak teratur dan akan mempunyai pola tertentu setelah 1-2 minggu kemudian. Menyusui yang dijadwalkan akan berakibat kurang baik karena isapan bayi sangat berpengaruh pada rangsangan produksi ASI selanjutnya. Dengan menyusui nir-jadwal, sesuai kebutuhan bayi akan mencegah timbulnya masalah menyusui. Ibu yang bekerja di luar rumah dianjurkan agar lebih sering menyusui pada malam hari. Bila sering disusukan pada malam hari akan memacu produksi ASI. Pada umumnya bayi yang sehat akan menyusui 8-12 kali perhari dengan lama menyusui 15-20 menit pada masing-masing payudara. Semakin sering menyusui sampai kosong maka produksi ASI pun akan semakin banyak (Kemenkes RI, 2023).

4) Metode-metode yang dapat memperlancar produksi ASI.

Ada beberapa metode atau tehnik yang dapat memperlancar produksi ASI. Tehnik-tehnik tersebut diantaranya adalah pijat oksitosin, areolla massage, rolling massage dan tehnik marmet (Nursanti dkk., 2023b).

B. Metode Pompa ASI (MPA)

1. Pengertian

Metode Pompa ASI (MPA) adalah teknik pemerah air susu ibu menggunakan alat bantu berupa pompa ASI untuk mengeluarkan dan mengumpulkan ASI dari payudara. Tujuannya adalah:

- a. Mempertahankan dan meningkatkan produksi ASI ketika bayi tidak menyusu langsung (misalnya bayi dirawat di inkubator atau ibu bekerja).
- b. Mengosongkan payudara secara efektif untuk mencegah bendungan ASI (engorgement), mastitis, atau abses payudara.
- c. Menyediakan ASI perah bagi bayi yang membutuhkan asupan teratur saat terpisah dari ibu.
- d. Mendukung pemberian ASI eksklusif sesuai rekomendasi WHO hingga bayi berusia 6 bulan.

2. Jenis-jenis Pompa ASI

Secara umum, pompa ASI dibagi menjadi tiga kategori utama:

a. Pompa ASI Manual

- 1) Digerakkan dengan tangan menggunakan tuas atau piston.
- 2) Cocok untuk penggunaan sesekali atau darurat.
- 3) Tidak membutuhkan listrik atau baterai.

b. Pompa ASI Elektrik

- 1) Menggunakan tenaga listrik atau baterai.
- 2) Lebih cepat dan efisien untuk memompa kedua payudara sekaligus (double pumping).
- 3) Cocok untuk penggunaan rutin, terutama bagi ibu bekerja.

c. Pompa ASI Hospital Grade

- 1) Digunakan di fasilitas kesehatan atau disewa untuk penggunaan jangka pendek di rumah.
- 2) Daya hisap lebih kuat, teknologi motor lebih tahan lama, dan mampu mempertahankan produksi ASI pada ibu dengan masalah laktasi atau bayi prematur.
- 3) Memiliki sistem higienis tertutup untuk mencegah kontaminasi.

3. Langkah-Langkah Metode Pompa ASI

Metode pompa ASI merupakan cara untuk mengeluarkan dan mempertahankan produksi ASI dengan menggunakan alat pompa sebagai pengganti isapan bayi, terutama pada kondisi bayi tidak dapat menyusui secara langsung. Agar metode pompa ASI efektif dan aman, perlu dilakukan beberapa tahapan sebagai berikut.

a. Persiapan sebelum melakukan pompa ASI

- 1) Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir
- 2) Menyiapkan alat pompa ASI yang bersih dan steril
- 3) Menyiapkan wadah penyimpanan ASI yang bersih dan tertutup
- 4) Memilih posisi yang nyaman (duduk tegak atau setengah bersandar)

Persiapan yang baik bertujuan untuk mencegah kontaminasi dan meningkatkan kenyamanan ibu selama proses pompa ASI (Kemenkes, 2024a).

b. Stimulasi awal payudara

- 1) Pijat payudara ringan dari arah luar menuju puting
- 2) Kompres hangat selama 3-5 menit bila diperlukan
- 3) Relaksasi dengan bernafas dalam dan membayangkan bayi

Stimulasi ini berfungsi untuk merangsang refleks oksitosin sehingga pengeluaran ASI menjadi lebih lancar (WHO, 2021)

c. Proses pompa ASI

- 1) Memposisikan corong pompa tepat di tengah payudara sehingga puting dan areola masuk dengan nyaman
- 2) Memulai pompa dengan tekanan rendah, kemudian meningkatkan secara bertahap sesuai kenyamanan ibu
- 3) Memompa masing-masing payudara selama \pm 15-20 menit atau hingga aliran ASI melambat
- 4) Dapat dilakukan secara bergantian atau bersamaan (double pumping)

Frekuensi pompa ASI dianjurkan 8-12 kali dalam 24 jam, terutama pada ibu dengan bayi rawat inap, untuk mempertahankan produksi ASI (Kemenkes, 2024a)

d. Penanganan dan penyimpanan ASI perah

- 1) ASI dimasukkan ke dalam wadah bersih dan diberikan label tanggal serta jam pemerahan
- 2) ASI disimpan sesuai dengan standar sebagai berikut:
 - a) Suhu ruangan standar 25°C bertahan 4-6 jam
 - b) Lemari pendingin bersuhu 0-4°C bertahan hingga 4 hari
 - c) Freezer kulkas 1 pintu bersuhu -15°C bertahan 2 minggu
 - d) Freezer kulkas 2 pintu bersuhu -18°C bertahan 3-6 bulan

- e) Freezer khusus bersuhu -20°C bisa bertahan 6-12 bulan

Penyimpanan yang tepat bertujuan untuk menjaga kualitas dan keamanan ASI perah (Kemenkes, 2024a).

- e. Pembersihan alat pompa ASI

- 1) Alat pompa dibongkar dan dicuci dengan sabun serta air bersih
- 2) Dibilas dan dikeringkan di tempat bersih
- 3) Dilakukan sterilisasi secara berkala sesuai petunjuk alat

Kebersihan alat pompa sangat penting untuk mencegah kontaminasi bakteri pada ASI perah (Kemenkes, 2024a).

4. Teknik Pemberian ASI Perah

Air Susu Ibu Perah (ASIP) dapat diberikan pada bayi setelah dicairkan (Azizah dkk., 2023). Berikut cara mencairkan dan menghangatkan ASIP:

- a. Pindahkan ASI dari freezer ke chiller semalaman, hindari memberikan wadah pada suhu kamar untuk mencairkan ASIP yang beku.
- b. Keluarkan ASIP dari lemari pendingin secara berurutan dari jam perah paling awal atau FIFO (*First In First Out*).
- c. Pegang wadah ASIP di bawah aliran air dengan suhu ruang dan tingkatkan temperatur air secara bertahap hingga ASIP mencair. Jika diperlukan pencairan yang lebih cepat, ASIP dapat dicairkan dengan cara letakkan wadah ASIP di dalam mangkuk berisi air pada suhu ruangan lalu ganti air rendaman beberapa kali dengan air yang lebih hangat hingga ASIP mencair. Perubahan suhu secara bertahap dilakukan untuk menjaga keutuhan nutrisi ASI.
- d. ASIP tidak boleh dipanaskan dengan *microwave* atau direbus. Kedua pemanasan ini selain dapat mengubah kandungan ASI, juga menimbulkan bintik

panas di dalam ASI yang dapat menimbulkan luka bakar pada mulut dan kerongkongan bayi.

C. Media Video sebagai Media Edukasi

1. Pengertian

Media video merupakan salah satu bentuk media audiovisual yang menyajikan informasi melalui kombinasi gambar bergerak, suara, teks, dan animasi sehingga dapat merangsang lebih dari satu indera penerima informasi secara bersamaan. Dalam konteks pendidikan kesehatan, media video digunakan sebagai sarana penyampaian pesan edukatif yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan keterampilan sasaran pendidikan secara lebih efektif (Mardhiati, 2023).

Media video dinilai mampu menyampaikan informasi kesehatan secara sistematis dan mudah dipahami karena dapat menampilkan proses atau langkah-langkah secara nyata. Hal ini menjadikan media video sangat sesuai digunakan dalam edukasi kesehatan, khususnya pada materi yang bersifat prosedural seperti teknik menyusui dan metode pompa ASI (Kemenkes, 2024b).

2. Kelebihan Media Video

Media video memiliki sejumlah keunggulan dibandingkan media edukasi konvensional, seperti leaflet atau ceramah. Media ini mampu menarik perhatian sasaran karena menggabungkan unsur visual dan audio secara simultan, sehingga meningkatkan daya ingat dan pemahaman terhadap materi yang disampaikan. Selain itu, media video dapat diputar ulang sesuai kebutuhan, memungkinkan

sasaran untuk mengulang materi hingga benar-benar memahami isi pesan (Pagarra dkk., 2022).

Dalam pendidikan kesehatan ibu dan anak, media video dinilai efektif karena dapat menyederhanakan informasi yang kompleks dan menampilkan contoh praktik secara langsung. Media video juga dapat menjangkau berbagai tingkat pendidikan dan usia, serta mengurangi ketergantungan pada kemampuan membaca responden, sehingga sangat cocok digunakan pada ibu nifas (Ernawati, 2022).

3. Efektivitas Media Video dalam Meningkatkan Pengetahuan

Berbagai penelitian dalam lima tahun terakhir menunjukkan bahwa media video efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan. Media video mampu memberikan pengalaman belajar yang lebih konkret dan bermakna dibandingkan media statis, sehingga berdampak signifikan terhadap peningkatan skor pengetahuan setelah intervensi edukasi diberikan (Higa dkk., 2024).

Penggunaan media video dalam desain penelitian pretest–posttest terbukti dapat menunjukkan perubahan tingkat pengetahuan secara objektif. Peningkatan skor pengetahuan setelah pemberian edukasi video mencerminkan keberhasilan media video sebagai sarana pembelajaran yang efektif, terutama dalam edukasi kesehatan ibu dan bayi (Imiliana dkk., 2024).

4. Media Video dalam Edukasi

Media video sangat relevan digunakan dalam edukasi menyusui dan metode pompa ASI karena materi yang disampaikan bersifat praktis dan membutuhkan pemahaman visual. Video edukasi dapat menampilkan langkah-langkah penggunaan pompa ASI secara benar, mulai dari persiapan alat, teknik memompa, frekuensi pemompaan, hingga cara penyimpanan ASI perah. Hal ini membantu ibu

nifas memahami prosedur secara lebih jelas dibandingkan penjelasan lisan semata (UPK Kemenkes, 2021).

Penelitian terbaru di Indonesia menunjukkan bahwa edukasi menyusui menggunakan media video dapat meningkatkan pengetahuan dan kepercayaan diri ibu dalam mempertahankan pemberian ASI, terutama pada kondisi bayi dirawat terpisah dari ibu. Media video juga dinilai efektif sebagai sarana edukasi mandiri yang dapat diakses berulang kali oleh ibu nifas, sehingga mendukung keberhasilan pemberian ASI secara berkelanjutan (Saraswati dkk., 2025).

Dengan demikian, media video merupakan media edukasi yang tepat digunakan dalam penelitian ini karena mampu meningkatkan pengetahuan ibu nifas tentang metode pompa ASI secara signifikan. Penggunaan media video sebagai intervensi edukatif diharapkan dapat menunjukkan perbedaan tingkat pengetahuan ibu nifas sebelum dan setelah diberikan edukasi, sesuai dengan desain penelitian *pretest–posttest*.