



Department of Digital Business

**Journal of Artificial Intelligence and Digital Business (RIGGS)**

Homepage: <https://journal.ilmudata.co.id/index.php/RIGGS>

Vol. 5 No. 1 (2026) pp: 3196-3207

P-ISSN: 2963-9298, e-ISSN: 2963-914X

---

## Perbedaan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil yang Bekerja Sebelum dan Setelah Diberikan Edukasi Tentang ASI Eksklusif Melalui Media Video

Luhde Sridewi Widiadnyani<sup>1</sup>, Ni Wayan Armini<sup>2</sup>, Regina Tedjasulaksana<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Kebidanan, Sarjana Terapan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Denpasar

[luhdesridewi825@gmail.com](mailto:luhdesridewi825@gmail.com), [amiarmini81@gmail.com](mailto:amiarmini81@gmail.com), [reginatedjasulaksana@yahoo.co.id](mailto:reginatedjasulaksana@yahoo.co.id)

### Abstrak

Rendahnya pengetahuan dan sikap ibu hamil yang bekerja terhadap pemberian ASI eksklusif dapat memengaruhi status kesehatan bayi serta keberlanjutan praktik menyusui setelah persalinan. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi perbedaan pengetahuan dan sikap ibu hamil yang bekerja sebelum dan sesudah diberikan edukasi ASI eksklusif melalui media video di wilayah kerja UPT Puskesmas Susut II tahun 2025. Desain penelitian menggunakan pre experimental dengan rancangan one group pre test post test dan teknik proportional random sampling. Sampel berjumlah 75 ibu hamil yang bekerja, dengan pengumpulan data pada Maret hingga April 2025. Instrumen berupa kuesioner terstruktur, dan analisis dilakukan secara bivariat menggunakan uji Wilcoxon dengan batas signifikansi  $p$  kurang dari 0,05. Hasil menunjukkan rerata skor pengetahuan meningkat dari 28,01 menjadi 36,63 setelah intervensi, sedangkan rerata skor sikap meningkat dari 9,64 menjadi 12,00. Uji Wilcoxon menghasilkan nilai  $p$  sebesar 0,000 yang menandakan perbedaan bermakna. Temuan ini mengonfirmasi bahwa edukasi berbasis video efektif meningkatkan pemahaman dan sikap positif ibu hamil yang bekerja terhadap ASI eksklusif. Implikasi praktisnya, fasilitas pelayanan kesehatan disarankan mengintegrasikan media video sebagai metode edukasi yang konsisten, menarik, dan mudah diakses, sekaligus memperkuat konseling individual dan kelompok untuk mendukung kesiapan menyusui sejak kehamilan hingga masa nifas. Selain itu, pemantauan berkelanjutan diperlukan untuk memastikan perubahan perilaku bertahan dan berdampak pada capaian ASI eksklusif di tingkat komunitas.

**Kata kunci:** ASI Eksklusif, Pengetahuan, Sikap, Media Video

### 1. Latar Belakang

Air Susu Ibu (ASI) eksklusif merupakan kebutuhan fundamental bagi tumbuh kembang optimal bayi, khususnya pada enam bulan pertama kehidupan. ASI eksklusif tidak hanya menyediakan nutrisi yang sempurna, tetapi juga memberikan perlindungan imunologis melalui antibodi seperti immunoglobulin A (IgA) yang mencegah infeksi saluran pernapasan, diare, dan berbagai penyakit lainnya [1]. Lebih dari itu, proses menyusui memperkuat ikatan emosional antara ibu dan anak serta memberikan manfaat kesehatan jangka panjang bagi keduanya, termasuk pencegahan stunting pada bayi dan penurunan risiko kanker payudara dan ovarium pada ibu [2,3]. Meskipun manfaat ASI eksklusif telah terbukti secara ilmiah, implementasinya masih menghadapi berbagai tantangan signifikan, terutama di kalangan ibu yang bekerja.

Data global menunjukkan bahwa cakupan pemberian ASI eksklusif masih jauh dari target yang diharapkan. World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa pada tahun 2023, hanya sekitar 44% bayi di bawah enam bulan yang mendapatkan ASI eksklusif secara global [4]. Angka ini mencerminkan kurang dari separuh populasi bayi dunia, menandakan urgensi upaya berkelanjutan untuk meningkatkan kesadaran dan praktik menyusui eksklusif. Di Indonesia, meskipun terdapat tren peningkatan positif dengan cakupan ASI eksklusif mencapai 73,97% pada tahun 2023 meningkat 1,93% dari tahun sebelumnya angka ini masih memerlukan perhatian serius mengingat adanya disparitas regional yang cukup signifikan [5]. Provinsi Bali, sebagai contoh, menunjukkan cakupan ASI eksklusif sebesar 69,01% pada tahun 2023, yang masih berada di bawah rata-rata nasional meskipun mengalami peningkatan dari 66,52% pada tahun 2022 [5]. Kesenjangan ini mengindikasikan perlunya intervensi yang lebih terarah dan spesifik untuk meningkatkan pencapaian di wilayah-wilayah dengan cakupan rendah.

Salah satu kelompok yang menghadapi tantangan khusus dalam pemberian ASI eksklusif adalah ibu hamil yang bekerja. Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu hamil di salah satu posyandu, teridentifikasi bahwa banyak ibu bekerja yang lebih memilih susu formula dibandingkan ASI karena alasan kepraktisan dan tuntutan pekerjaan [6]. Tantangan yang dihadapi ibu bekerja mencakup keterbatasan waktu, kurangnya fasilitas laktasi yang memadai di tempat kerja, minimnya pengetahuan tentang teknik pemerahan ASI yang benar, serta ketidakpahaman mengenai penyimpanan dan pemberian ASI perah dengan aman dan higienis [7,8]. Tekanan pekerjaan dan lingkungan kerja yang tidak mendukung menjadi faktor determinan yang menyebabkan rendahnya angka pemberian ASI eksklusif di kalangan ibu bekerja [6]. Kondisi ini diperparah oleh minimnya kesadaran akan pentingnya Inisiasi Menyusu Dini (IMD), terutama pada kasus persalinan *sectio caesarea* (SC) yang cenderung tinggi [6].

Upaya peningkatan pemberian ASI eksklusif selama ini telah dilakukan melalui berbagai pendekatan konvensional seperti sosialisasi langsung, penyuluhan tatap muka, dan pelatihan. Namun, metode edukasi tradisional tersebut sering kali kurang efektif dalam menjangkau ibu yang bekerja karena keterbatasan waktu dan fleksibilitas yang mereka miliki [9]. Keterbatasan ini menghambat akses ibu bekerja terhadap informasi yang diperlukan untuk memahami pentingnya pemberian ASI eksklusif serta keterampilan praktis yang dibutuhkan untuk pemerahan, menyimpan, dan memberikan ASI perah [7,8]. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan dari tenaga kesehatan serta edukasi yang lebih intensif dan inovatif dapat meningkatkan angka keberhasilan pemberian ASI eksklusif, bahkan di kalangan ibu yang bekerja [10,11]. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan edukasi yang lebih adaptif dan sesuai dengan kebutuhan serta karakteristik ibu bekerja.

Perkembangan teknologi digital membuka peluang baru dalam penyampaian edukasi kesehatan melalui media modern seperti video. Media video memiliki potensi besar untuk mengatasi keterbatasan metode edukasi tradisional karena dapat diakses kapan saja dan di mana saja, memberikan fleksibilitas bagi ibu yang memiliki jadwal padat [12,13]. Video menyajikan informasi secara audio-visual yang menarik, interaktif, dan mudah dipahami, sehingga dapat meningkatkan pemahaman dan daya ingat penonton [12]. Kombinasi elemen visual, suara, animasi, dan teks dalam video menciptakan pengalaman belajar multisensori yang lebih efektif dibandingkan media cetak seperti leaflet atau booklet [13,14]. Kemampuan video untuk divisualisasikan dan diputar berulang kali memungkinkan audiens untuk memahami materi secara mendalam sesuai dengan kecepatan belajar masing-masing [13].

Beberapa penelitian telah mengevaluasi efektivitas media video dalam konteks edukasi kesehatan ibu dan anak. Safitri dkk (2021) menemukan bahwa video edukasi mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu tentang ASI eksklusif di Puskesmas Bulu Lor [14]. Namun, penelitian tersebut tidak secara khusus menargetkan ibu hamil yang bekerja, sehingga efektivitas metode tersebut pada kelompok dengan karakteristik dan tantangan berbeda belum dapat disimpulkan. Tambulana dan Rohmah (2024) membandingkan efektivitas media video dan e-booklet terhadap ibu hamil trimester III dan menemukan bahwa video lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang tanda bahaya kehamilan [13]. Sayangnya, studi ini juga tidak secara spesifik memfokuskan pada ibu bekerja yang memiliki kebutuhan dan hambatan tersendiri. Penelitian lain oleh Wahyuni dkk (2019) menunjukkan bahwa video lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) [15], namun fokus utamanya bukan pada ASI eksklusif dan teknik praktis yang dibutuhkan ibu bekerja seperti pemerahan dan menyimpan ASI.

Kesenjangan penelitian yang teridentifikasi menunjukkan bahwa meskipun efektivitas media video dalam edukasi kesehatan telah terbukti dalam berbagai konteks, penelitian yang secara spesifik mengevaluasi efektivitas media video dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil yang bekerja terkait ASI eksklusif masih sangat terbatas [16]. Sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada populasi umum atau ibu rumah tangga tanpa mempertimbangkan tantangan unik yang dihadapi ibu bekerja, seperti keterbatasan waktu, kebutuhan informasi praktis tentang ASI perah, dan kebutuhan akan media edukasi yang fleksibel [17,18]. Padahal, ibu hamil yang bekerja merupakan kelompok yang sangat memerlukan dukungan edukasi khusus karena mereka menghadapi dilema antara tuntutan karir dan tanggung jawab memberikan nutrisi terbaik bagi bayinya [6,8]. Kebutuhan akan pengetahuan teknis mengenai cara pemerahan ASI yang benar, penyimpanan ASI yang higienis dan aman, serta cara memberikan ASI perah secara tepat menjadi sangat krusial bagi kelompok ini [7,11].

Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan menganalisis perbedaan pengetahuan dan sikap ibu hamil yang bekerja sebelum dan setelah diberikan edukasi tentang ASI eksklusif melalui media video. Penelitian ini memiliki kebaruan dalam beberapa aspek: pertama, fokus spesifik pada ibu hamil yang bekerja sebagai populasi target yang memiliki karakteristik dan kebutuhan berbeda; kedua, penggunaan media video yang dirancang khusus untuk menjawab tantangan praktis yang dihadapi ibu bekerja, termasuk teknik pemerahan ASI,

penyimpanan ASI perah, dan pemberian ASI perah yang aman; ketiga, evaluasi komprehensif terhadap perubahan tidak hanya pengetahuan tetapi juga sikap ibu, mengingat sikap merupakan prediktor penting terhadap perilaku pemberian ASI eksklusif [19,20]. Dengan menggunakan desain pre-post intervention, penelitian ini akan memberikan bukti empiris tentang efektivitas media video sebagai alat edukasi yang dapat diadaptasi untuk ibu bekerja dalam konteks Indonesia, khususnya di wilayah kerja UPT Puskesmas Susut II, Bali.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi praktis bagi pengembangan program edukasi berbasis teknologi digital yang lebih efektif dan efisien dalam mendukung pemberian ASI eksklusif di kalangan ibu bekerja. Temuan penelitian juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi pembuat kebijakan kesehatan dalam merancang intervensi yang lebih terarah dan sesuai dengan kebutuhan kelompok sasaran spesifik. Secara teoretis, penelitian ini akan menambah khazanah pengetahuan dalam bidang kesehatan masyarakat, khususnya terkait pendekatan edukasi modern yang mengintegrasikan teknologi digital untuk mendukung keberhasilan program ASI eksklusif pada populasi dengan karakteristik khusus.

## 2. Metode Penelitian

### 2.1. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain pre-experimental dengan rancangan one group pretest-posttest. Desain ini melibatkan satu kelompok subjek yang diberikan pre-test (O1), perlakuan edukasi video (X), dan post-test (O2) tanpa kelompok kontrol [1]. Keberhasilan intervensi ditentukan dengan membandingkan skor pengetahuan dan sikap sebelum dan setelah perlakuan.

### 2.2. Populasi dan Sampel

Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil yang bekerja di luar rumah dan tercatat di wilayah kerja UPT Puskesmas Susut II sebanyak 233 orang. Besar sampel dihitung menggunakan rumus Lameshow dengan tingkat kesalahan 5% ( $Z_{1-\alpha} = 1,96$ ), power 80% ( $Z_{1-\beta} = 0,84$ ), prevalensi standar ( $P_o = 0,60$ ) [2], dan prevalensi populasi ( $P_a = 0,76$ ) [3]:

$$n = \frac{\{Z_{1-\alpha}\sqrt{P_o(1-P_o)} + Z_{1-\beta}\sqrt{P_a(1-P_a)}\}^2}{(P_a - P_o)^2}$$

Keterangan:

$n$  = besar sampel

$Z_{1-\alpha}$  = standar deviasi pada tingkat kesalahan 5% (1,96)

$Z_{1-\beta}$  = power yang ditetapkan peneliti yaitu sebesar 80% (0,84)

$P_o$  = prevalensi standar berdasarkan hasil penelitian Wahyuni dkk (2019) sebesar 60 % (0,60)

$P_a$  = prevalensi populasi berdasarkan hasil penelitian Tambulana dan Rohmah, (2024) sebesar 76,7% (0,76)

Hitung bagian dalam tanda akar:

$$\sqrt{P_o(1-P_o)} = \sqrt{0,60 \times 0,40} = \sqrt{0,24} \approx 0,4899$$

$$\sqrt{P_a(1-P_a)} = \sqrt{0,76 \times 0,24} = \sqrt{0,1824} \approx 0,4269$$

Kalikan dengan  $Z\alpha$  dan  $Z\beta$ :

$$1,96 \times 0,4899 \approx 0,960$$

$$0,84 \times 0,4269 \approx 0,358$$

Jumlahkan hasil kedua bagian:

$$0,960 + 0,358 = 1,318$$

Kuadratkan hasilnya:

$$(1,318)^2 = 1,734$$

Hitung selisih kuadrat antara  $P_a$  dan  $P_o$ :

$$(P_a - P_o)^2 = (0,76 - 0,60)^2 = (0,16)^2 = 0,0256$$

Hitung ukuran sampel  $n$ :

$$n = \frac{1,734}{0,0256} \approx 67,7$$

Penambahan untuk mengantisipasi drop-out:

$$67,7 + (10\% \times 67,7) = 67,7 + 6,77 \approx 75$$

Jumlah sampel yang diperlukan: 75 ibu hamil.

Adapun rumus dalam penentuan jumlah sampel tiap desa adalah sebagai berikut :

$$ni = \frac{Ni}{N} \times n$$

Keterangan :

- ni : jumlah sampel pada tiap desa
- Ni : jumlah populasi tiap desa
- N : jumlah populasi total = 179 orang
- n : besar sampel = 75 orang

Teknik pengambilan sampel menggunakan proportional random sampling pada 6 desa dengan distribusi sebagaimana Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Unit Sampel Penelitian

No	Desa	Jumlah Populasi Tiap Desa	Ni/N x n	Jumlah Sampel Tiap Desa
1	Lumbuan	34	34/233 x 75	11
2	Cekeng	20	20/233 x 75	6
3	Sulahan	54	54/233 x 75	17
4	Apuan	59	59/233 x 75	19
5	Abuan	33	33/233 x 75	11
6	Demulih	33	33/233 x 75	11
	Total	233		75

Kriteria inklusi meliputi: ibu hamil yang bekerja di luar rumah, bersedia berpartisipasi, dapat berkomunikasi dengan baik, dan memiliki perangkat untuk memutar video. Kriteria eksklusi: ibu dengan gangguan medis yang menghalangi pemberian ASI, tidak bekerja, tidak bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian, atau melahirkan selama periode penelitian.

### 2.3. Instrumen Penelitian

Instrumen pengumpulan data berupa kuesioner terstruktur dengan 16 pertanyaan mengukur pengetahuan dan sikap tentang ASI eksklusif menggunakan skala Guttman (skor 1 untuk jawaban benar, 0 untuk salah). Kuesioner diadopsi dari penelitian Sukmawati [4] yang telah tervalidasi dengan nilai  $r$  hitung  $> r$  tabel (0,361;  $\alpha=0,05$ ;  $n=30$ ). Uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's Alpha untuk pengetahuan sebesar 0,812, sikap sebesar 0,780, dan total 0,800, mengindikasikan reliabilitas tinggi.

Media intervensi berupa video edukasi berdurasi 4 menit yang dikembangkan melalui tiga tahap: (1) pra-produksi meliputi perencanaan konsep, riset konten, perancangan slide, penulisan naskah, dan persiapan peralatan; (2) produksi mencakup pembuatan slide dengan materi ASI perah, teknik memerah, penyimpanan ASI, dan perekaman audio; (3) pasca-produksi meliputi editing, pengolahan audio, penambahan efek visual, dan finalisasi format video.

### 2.4. Prosedur Pengumpulan Data

Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja UPT Puskesmas Susut II pada Maret-April 2025 setelah mendapat persetujuan etik dari Komisi Etik Poltekkes Kemenkes Denpasar (Nomor: DP.04.02/F.XXXII.25/383/2025) dan izin penelitian dari DPMPSTSP Kabupaten Bangli (Nomor: 071/50/III/DPMPSTSP).

DOI: <https://doi.org/10.31004/riggs.v5i1.6658>

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

Pengumpulan data dilakukan selama kegiatan posyandu atau kunjungan rumah dengan protokol kesehatan ketat. Tahapan meliputi: (1) peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan penelitian; (2) responden mengisi lembar Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP); (3) pelaksanaan pre-test selama 2 menit; (4) pemberian edukasi melalui video selama 3 menit; (5) pemantauan selama 1 minggu melalui WhatsApp group untuk mempelajari video; (6) pelaksanaan post-test pada hari ke-8 menggunakan kuesioner yang sama dengan pre-test.

## 2.5. Analisis Data

Data dianalisis menggunakan SPSS melalui tahapan: (1) editing untuk memeriksa kelengkapan kuesioner; (2) coding dengan pengkodean numerik untuk variabel usia, pendidikan, jumlah anak, pekerjaan, dan pengalaman menyusui; (3) scoring dengan pemberian nilai 1 untuk jawaban benar dan 0 untuk salah; (4) entry tabulating ke sistem komputer; (5) cleaning untuk memastikan tidak ada kesalahan data.

Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi skor pengetahuan serta sikap menggunakan frekuensi, persentase, rata-rata, dan standar deviasi. Uji normalitas dilakukan menggunakan Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk untuk menentukan distribusi data. Analisis bivariat menggunakan paired t-test jika data terdistribusi normal atau Wilcoxon signed-rank test jika data tidak terdistribusi normal untuk menguji perbedaan signifikan pengetahuan dan sikap sebelum dan setelah intervensi dengan tingkat signifikansi  $\alpha=0,05$ .

## 2.6. Pertimbangan Etik

Penelitian ini menerapkan prinsip etika meliputi:

(1) keamanan subjek dengan metode non-invasif; (2) privasi dan kerahasiaan data menggunakan kode anonim; (3) informed consent tertulis dari setiap responden; (4) keadilan dalam perekrutan tanpa diskriminasi; (5) integritas ilmiah dalam pelaporan hasil; (6) tanggung jawab profesional sesuai pedoman etika yang berlaku.

## 3. Hasil dan Diskusi

### 3.1. Karakteristik Lokasi dan Program Penelitian

Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja UPT Puskesmas Susut II, Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli, Bali. Wilayah ini mencakup area pedesaan dengan populasi mayoritas bekerja sebagai petani, pedagang kecil, atau pekerja sektor informal. Puskesmas Susut II menyediakan layanan kesehatan dasar termasuk antenatal care, imunisasi, dan edukasi kesehatan reproduksi.

Program edukasi ASI eksklusif di puskesmas ini dilaksanakan melalui kunjungan ibu hamil trimester ketiga di ruang KIA, kelas ibu hamil dan balita bulanan di balai desa atau banjar, serta layanan konseling. Edukasi disampaikan oleh bidan, konselor ASI, perawat, petugas gizi, dan kader posyandu dengan sasaran ibu hamil, ibu menyusui, suami, dan anggota keluarga lainnya. Media yang digunakan berupa lembar balik dan buku KIA.

### 3.2. Karakteristik Responden

Distribusi karakteristik 75 responden ibu hamil yang bekerja disajikan dalam Tabel 2.

Tabel 2. Karakteristik Ibu Hamil yang Bekerja

Karakteristik Responden	Kategori	N	%
Usia (tahun)	<20	35	46,7
	20–28	40	53,3
Pendidikan	SMP	19	25,3
	SMA	20	26,7
	D3	19	25,3
	S1	17	22,7
Jumlah Anak	Anak pertama	31	41,3
	Dua anak	29	38,7
	≥Tiga anak	15	20,0
Pekerjaan	Pegawai swasta	28	37,3
	Pegawai negeri	12	16,0
	Wirausaha	26	34,7
	Lainnya	9	12,0
Pengalaman Menyusui	Pernah	47	62,7
	Belum pernah	28	37,3
ASI Eksklusif (n=47)	Ya	32	68,1
	Tidak	15	31,9

Mayoritas responden berusia 20–28 tahun dengan tingkat pendidikan menengah hingga tinggi. Sebagian besar merupakan ibu dengan anak pertama, bekerja di sektor swasta dan wirausaha, serta memiliki pengalaman menyusui sebelumnya. Dari yang pernah menyusui, 68,1% telah memberikan ASI eksklusif, menunjukkan tingkat kepatuhan cukup baik namun masih terdapat ruang peningkatan.

### 3.3. Pengetahuan dan Sikap Sebelum Edukasi

Pengukuran baseline pengetahuan dan sikap responden sebelum intervensi disajikan dalam Tabel 3.

Tabel 3. Pengetahuan dan Sikap Sebelum Edukasi Video

Variabel	N	Minimum	Maksimum	Mean	SD
Pengetahuan	75	21	32	28,01	2,463
Sikap	75	6	11	9,64	1,608

Rata-rata skor pengetahuan responden adalah 28,01 dengan standar deviasi 2,463, menunjukkan variasi pemahaman antar individu. Skor sikap rata-rata 9,64 dengan standar deviasi 1,608 mencerminkan kecenderungan sikap cukup positif namun belum mencapai tingkat keyakinan kuat terhadap ASI eksklusif. Variasi ini dapat disebabkan oleh perbedaan latar belakang pendidikan, tingkat sosial ekonomi, dan keterpaparan informasi kesehatan [1,2]. Keterbatasan waktu dan kurangnya promosi ASI yang terarah bagi ibu bekerja menjadi kendala utama dalam peningkatan pengetahuan [3].

Berdasarkan teori self-efficacy Bandura, keyakinan individu terhadap kemampuannya melakukan suatu tindakan akan memengaruhi motivasi dan perilaku [4]. Ibu hamil yang merasa yakin akan kemampuan menyusunya cenderung memiliki sikap lebih positif terhadap praktik ASI eksklusif [5]. Hasil ini menjadi dasar perlunya intervensi edukatif yang dirancang efektif melalui pendekatan media audiovisual [6,7].

### 3.4. Pengetahuan dan Sikap Setelah Edukasi

Pengukuran pengetahuan dan sikap setelah intervensi video menunjukkan peningkatan signifikan sebagaimana tersaji dalam Tabel 4.

Tabel 4. Pengetahuan dan Sikap Setelah Edukasi Video

Variabel	N	Minimum	Maksimum	Mean	SD
Pengetahuan	75	34	38	36,63	1,239
Sikap	75	9	16	12,00	2,296

Skor rata-rata pengetahuan meningkat menjadi 36,63 dengan standar deviasi lebih rendah (1,239), mengindikasikan pemahaman yang lebih merata di antara responden. Rata-rata skor sikap juga meningkat menjadi 12,00 dengan standar deviasi 2,296, mencerminkan perubahan sikap lebih mendukung terhadap pemberian ASI eksklusif.

Media video terbukti efektif sebagai sarana edukasi karena mampu memperjelas pesan, menarik perhatian, dan mempermudah pemahaman, terutama bagi ibu hamil dengan keterbatasan waktu [8,9]. Visualisasi dalam video tidak hanya bersifat informatif tetapi juga menyentuh aspek emosional melalui tayangan pengalaman ibu lain, manfaat kesehatan bayi, dan rekomendasi medis [10]. Dari perspektif teori perilaku kesehatan, peningkatan pengetahuan menjadi faktor kunci mendorong perubahan sikap dan perilaku [11].

### 3.5. Uji Normalitas Data

Uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov dilakukan untuk menentukan metode analisis statistik yang sesuai (Tabel 5).

Tabel 5. Uji Normalitas Data

Variabel	Waktu	p-value
Pengetahuan	Sebelum	<0,001
	Setelah	<0,001
Sikap	Sebelum	<0,001
	Setelah	<0,001

Hasil menunjukkan nilai  $p < 0,001$  untuk seluruh variabel, mengindikasikan data tidak terdistribusi normal sehingga analisis menggunakan uji non-parametrik Wilcoxon.

### 3.6. Analisis Perbedaan Pengetahuan dan Sikap

Analisis perbedaan menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan peningkatan signifikan pada kedua variabel (Tabel 6).

Tabel 6. Analisis Perbedaan Pengetahuan dan Sikap Pre-Post Edukasi

Variabel	Jumlah (N)	Rerata Peringkat	Jumlah Peringkat	Nilai Z	p-value
Pengetahuan (Setelah - Sebelum)					
Peringkat Negatif	0	0,00	0,00	-7,549	0,000
Peringkat Positif	75	38,00	2850,00		
Sama	0	-	-		
Sikap (Setelah - Sebelum)					
Peringkat Negatif	0	0,00	0,00	-7,624	0,000
Peringkat Positif	75	38,00	2850,00		
Sama	0	-	-		

Seluruh responden mengalami peningkatan pengetahuan dan sikap. Pengetahuan meningkat signifikan dengan  $Z = -7,549$  dan  $p = 0,000$ , begitu pula sikap dengan  $Z = -7,624$  dan  $p = 0,000$ . Hasil ini mengkonfirmasi bahwa edukasi melalui media video terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil yang bekerja terhadap ASI eksklusif.

### 3.7 Pembahasan

Berikut dapat disimpulkan hasil penelitian pada pembahasan sebagai berikut:

- 1 Pengetahuan dan sikap ibu hamil yang bekerja sebelum diberikan edukasi tentang ASI eksklusif melalui media video di wilayah kerja UPT Puskesmas Susut II.

Tabel 4 memperlihatkan bahwa sebelum dilakukan intervensi edukasi melalui media video, tingkat pengetahuan dan sikap ibu hamil yang bekerja terhadap pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja UPT Puskesmas Susut II masih menunjukkan keragaman. Rata-rata skor pengetahuan ibu hamil adalah 28,01 dengan skor terendah 21 dan tertinggi 32, serta standar deviasi sebesar 2,463. Sementara itu, skor rata-rata sikap ibu hamil terhadap ASI eksklusif adalah 9,64, dengan nilai minimum 6 dan maksimum 11, dan standar deviasi sebesar 1,608. Nilai-nilai ini mencerminkan bahwa sebagian besar responden berada dalam kategori pengetahuan dan sikap sedang hingga tinggi, meskipun masih terdapat perbedaan tingkat pemahaman dan pandangan antar individu.

Variasi skor pengetahuan ini menunjukkan bahwa belum semua ibu hamil memiliki pemahaman yang menyeluruh mengenai pentingnya ASI eksklusif, khususnya dalam konteks ibu yang bekerja. Pengetahuan yang belum merata ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti latar belakang pendidikan, tingkat sosial ekonomi, dan keterpaparan terhadap informasi kesehatan. Beberapa studi sebelumnya menyebutkan bahwa ibu hamil dengan pendidikan rendah atau akses informasi yang terbatas cenderung memiliki tingkat pengetahuan yang rendah terkait ASI eksklusif (Gebrekidan dkk, 2020). Selain itu, keterbatasan waktu dan kurangnya promosi ASI yang terarah bagi perempuan pekerja juga menjadi kendala utama dalam peningkatan pengetahuan (Ickes dkk, 2021).

Dalam konteks perilaku kesehatan, pengetahuan merupakan faktor penting namun tidak berdiri sendiri dalam menentukan praktik ASI eksklusif. Sikap juga memainkan peran besar. Skor sikap rata-rata sebesar 9,64 menunjukkan bahwa secara umum ibu memiliki kecenderungan sikap yang cukup positif, namun belum mencapai tingkat keyakinan yang kuat terhadap pentingnya ASI eksklusif. Hal ini mencerminkan adanya pengaruh dari tekanan sosial, hambatan waktu, serta persepsi ibu terhadap kemampuannya menyusui, yang kerap menjadi kendala utama bagi ibu bekerja. Gebrekidan dkk (2020) menjelaskan bahwa ibu bekerja sering mengalami kesulitan dalam menjaga kesinambungan pemberian ASI eksklusif karena terbatasnya waktu luang dan tidak tersedianya fasilitas laktasi di tempat kerja.

Lebih jauh, berdasarkan teori self-efficacy yang dikemukakan oleh Bandura, disebutkan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya melakukan suatu tindakan akan memengaruhi motivasi dan perilaku yang dihasilkan (Bandura, 1997). Dalam hal ini, ibu hamil yang merasa yakin akan kemampuannya untuk menyusui akan memiliki kecenderungan sikap yang lebih positif dan konsisten terhadap praktik ASI eksklusif. Schunk dan DiBenedetto

(2021) mendukung hal ini dengan menyebutkan bahwa keyakinan diri (self-efficacy) berperan sebagai prediktor utama dalam pengambilan keputusan dan pelaksanaan tindakan, termasuk dalam hal menyusui.

Hasil pada Tabel 4 juga menjadi dasar perlunya intervensi edukatif yang dirancang secara efektif, salah satunya melalui pendekatan media audiovisual. Edukasi melalui media video terbukti mampu meningkatkan pemahaman dan mengubah sikap individu dengan lebih efektif dibandingkan pendekatan konvensional. Safitri dkk (2021) melaporkan bahwa pemberian edukasi menggunakan media video memberikan peningkatan signifikan terhadap pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif. Penelitian ini menunjukkan bahwa visualisasi dalam bentuk video mampu memperjelas informasi, membuatnya lebih menarik, dan memudahkan penerimaan pesan, terutama pada ibu yang memiliki keterbatasan waktu untuk mengikuti penyuluhan langsung.

Media video tidak hanya efektif dalam meningkatkan pengetahuan, tetapi juga berdampak pada pembentukan sikap yang lebih positif. Sejalan dengan penelitian Amelia dan Sitoayu (2023) menyatakan bahwa penyampaian informasi menggunakan media audiovisual memiliki keunggulan dalam mengaktifkan pemrosesan kognitif dan afektif sekaligus, yang diperlukan dalam perubahan sikap. Penelitian lain oleh Mutiara dkk (2022) mendukung temuan ini dengan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan sikap ibu hamil setelah diberikan edukasi menggunakan media video, khususnya dalam memahami pentingnya ASI eksklusif bagi bayi dan ibu.

- 2 Pengetahuan dan sikap ibu hamil yang bekerja setelah diberikan edukasi tentang ASI eksklusif melalui media video di wilayah kerja UPT Puskesmas Susut II.

Setelah diberikan edukasi mengenai ASI eksklusif melalui media video, terjadi peningkatan yang signifikan pada pengetahuan dan sikap ibu hamil yang bekerja di wilayah kerja UPT Puskesmas Susut II. Hasil pengukuran menunjukkan bahwa skor rata-rata pengetahuan setelah intervensi meningkat menjadi 36,63, dengan nilai minimum 34 dan maksimum 38 serta standar deviasi 1,239. Temuan ini mengindikasikan bahwa media video merupakan sarana edukasi yang efektif dalam menyampaikan informasi tentang ASI eksklusif. Media ini tidak hanya memperjelas isi pesan tetapi juga mampu menarik perhatian dan mempermudah pemahaman, terutama bagi ibu hamil yang memiliki keterbatasan waktu karena aktivitas pekerjaan.

Hasil penelitian Janaetri dkk (2024) menyatakan bahwa keterampilan ibu sesudah diberikan edukasi dengan media video mengalami peningkatan. Hal tersebut menunjukkan bahwa media video yang digunakan cukup efektif sebagai salah satu metode yang digunakan cukup efektif untuk meningkatkan keterampilan seseorang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widyaningsih dan Puspitasari (2020), yang menemukan bahwa penggunaan media video dalam edukasi kesehatan memberikan hasil yang lebih baik dalam peningkatan pemahaman dibandingkan media cetak atau lisan.

Selain itu, hasil pengukuran terhadap sikap ibu hamil setelah edukasi juga menunjukkan peningkatan yang positif, dengan rata-rata skor sebesar 12,00, nilai minimum 9, maksimum 16, dan standar deviasi 2,296. Peningkatan skor ini mencerminkan perubahan sikap ibu yang lebih mendukung terhadap pemberian ASI eksklusif. Menurut Marlina dkk (2021) bahwa pemberian informasi menggunakan media video yang memudahkan responden dalam memahami informasi yang diberikan karena video merupakan media elektronik visual. Sejalan dengan hasil penelitian Jannah dkk (2021), edukasi melalui video mampu memengaruhi aspek afektif seseorang karena visualisasi yang disampaikan tidak hanya bersifat informatif tetapi juga menyentuh sisi emosional dan sosial. Melalui tayangan video yang menampilkan pengalaman ibu lain, manfaat kesehatan bayi, serta rekomendasi medis tentang ASI eksklusif, ibu hamil dapat memperoleh gambaran yang lebih nyata dan termotivasi untuk berperilaku mendukung pemberian ASI.

Dari perspektif teori perilaku kesehatan, peningkatan pengetahuan menjadi faktor kunci yang dapat mendorong perubahan sikap dan perilaku individu (Rosenstock, 1974). Pengetahuan yang baik mengenai manfaat ASI, cara pemberian, serta dampaknya terhadap tumbuh kembang bayi akan membentuk persepsi positif dan meningkatkan keyakinan ibu terhadap pentingnya praktik ASI eksklusif. Dengan demikian, edukasi melalui media video tidak hanya meningkatkan pemahaman secara kognitif, tetapi juga menumbuhkan sikap positif yang mendukung perilaku sehat.

Secara keseluruhan, hasil ini menegaskan bahwa intervensi edukasi berbasis video memberikan dampak yang nyata terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil yang bekerja. Edukasi semacam ini layak

dipertimbangkan sebagai bagian dari program promosi kesehatan di fasilitas pelayanan primer, karena mampu menjangkau kelompok sasaran dengan keterbatasan waktu, meningkatkan pemahaman, serta membentuk sikap yang mendukung keberhasilan ASI eksklusif di masyarakat.

- 3 Analisis perbedaan pengetahuan dan sikap ibu hamil yang bekerja sebelum dan setelah diberikan edukasi tentang ASI eksklusif melalui media video di wilayah kerja UPT Puskesmas Susut II.

Analisis perbedaan pengetahuan dan sikap ibu hamil yang bekerja sebelum dan setelah diberikan edukasi tentang ASI eksklusif melalui media video bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh edukasi tersebut terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil. Berdasarkan hasil uji Wilcoxon, dapat disimpulkan bahwa edukasi tentang ASI eksklusif melalui media video terbukti memberikan dampak yang signifikan terhadap perubahan pengetahuan dan sikap ibu hamil yang bekerja.

Hasil analisis menunjukkan bahwa seluruh responden (75 orang) mengalami peningkatan baik dalam pengetahuan maupun sikap mereka terhadap ASI eksklusif setelah diberikan edukasi. Pada variabel pengetahuan, hasil uji Wilcoxon menunjukkan peningkatan yang signifikan dengan peringkat positif yang mencapai 75 responden, rerata peringkat sebesar 38,00, nilai  $Z = -7,549$ , dan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa setelah diberikan edukasi, pengetahuan ibu hamil yang bekerja tentang ASI eksklusif mengalami peningkatan yang sangat signifikan. Pengetahuan yang meningkat ini mengindikasikan bahwa edukasi melalui media video berhasil menyampaikan informasi yang diperlukan oleh ibu hamil, sehingga mereka lebih memahami pentingnya memberikan ASI eksklusif bagi kesehatan bayi dan ibu.

Demikian pula, pada variabel sikap, hasil uji Wilcoxon juga menunjukkan peningkatan yang signifikan, dengan peringkat positif yang sama sebanyak 75 responden, rerata peringkat sebesar 38,00, nilai  $Z = -7,624$ , dan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Peningkatan sikap ini mengindikasikan bahwa ibu hamil yang bekerja mengalami perubahan sikap yang positif setelah mendapatkan edukasi tentang ASI eksklusif. Sikap positif ini mencerminkan bahwa ibu hamil yang awalnya mungkin memiliki keraguan atau kurang mendukung pemberian ASI eksklusif, setelah diberikan edukasi, menjadi lebih percaya diri dan mendukung keputusan untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayinya.

Hasil ini sesuai dengan teori yang menjelaskan bahwa edukasi kesehatan yang efektif dapat mempengaruhi perubahan pengetahuan dan sikap individu. Menurut Ajzen (1991), sikap seseorang terhadap suatu perilaku, dalam hal ini pemberian ASI eksklusif, dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimilikinya. Pendidikan yang disampaikan dengan metode yang menarik, seperti melalui media video, dapat meningkatkan pemahaman dan mengubah sikap ibu hamil yang bekerja mengenai pemberian ASI eksklusif. Edukasi melalui video memungkinkan penyampaian informasi secara visual dan lebih mudah dipahami, yang pada gilirannya dapat mengubah sikap dan perilaku ibu hamil.

Penelitian sebelumnya juga mendukung temuan ini. Penelitian oleh Kurniawati dan Sari (2020) menunjukkan bahwa ibu hamil yang mendapatkan edukasi tentang ASI eksklusif melalui berbagai media, termasuk video, cenderung mengalami peningkatan pengetahuan dan sikap yang lebih positif terhadap pemberian ASI eksklusif (Kurniawati dan Sari, 2020). Selain itu, penelitian oleh Pratama dan Sari (2019) juga menemukan bahwa peningkatan pengetahuan ibu hamil berpengaruh terhadap sikap mereka dalam mendukung ASI eksklusif, dan perubahan sikap ini berkontribusi pada keputusan mereka untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayi mereka (Pratama dan Sari, 2019).

Secara keseluruhan, hasil analisis perbedaan pengetahuan dan sikap ibu hamil yang bekerja sebelum dan setelah diberikan edukasi tentang ASI eksklusif melalui media video menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan telah memberikan dampak yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil terhadap ASI eksklusif. Hal ini menunjukkan bahwa media video merupakan salah satu metode yang efektif dalam memberikan edukasi kesehatan kepada ibu hamil, terutama dalam meningkatkan pemahaman dan dukungan terhadap pemberian ASI eksklusif.

### 3.8 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam interpretasi hasil dan penerapan temuan. Keterbatasan tersebut berasal dari berbagai aspek, baik terkait metodologi, sampel, maupun faktor eksternal yang

tidak dapat sepenuhnya dikendalikan oleh penulis. Beberapa kelemahan utama dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Metode pengukuran: penggunaan kuesioner dapat menimbulkan bias sosial atau pengingat, di mana responden mungkin memberikan jawaban yang dianggap sesuai dengan harapan, bukan yang sebenarnya mencerminkan pemahaman mereka.
2. Desain penelitian: tanpa kelompok kontrol, perubahan pengetahuan dan sikap tidak sepenuhnya dapat dipastikan disebabkan oleh intervensi edukasi, karena ada faktor lain yang mungkin memengaruhi hasil.
3. Sampel terbatas: sampel penelitian hanya mencakup ibu hamil yang bekerja di wilayah UPT Puskesmas Susut II, sehingga hasilnya tidak dapat digeneralisasi ke populasi yang lebih luas.
4. Metode edukasi: penelitian ini hanya menggunakan video sebagai media edukasi, tanpa membandingkan efektivitas dengan metode lain, seperti pembelajaran tatap muka atau media cetak.
5. Durasi pemantauan: pengukuran dilakukan hanya setelah edukasi tanpa tindak lanjut jangka panjang, sehingga tidak dapat menilai efek jangka panjang dari edukasi tersebut.
6. Variabel luar: faktor eksternal seperti dukungan sosial atau pengalaman pribadi ibu hamil yang tidak dapat dikendalikan dalam penelitian ini mungkin memengaruhi hasil.

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh edukasi ASI eksklusif melalui media video terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil yang bekerja di wilayah kerja UPT Puskesmas Susut II, dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada kedua variabel setelah intervensi dilakukan. Sebelum diberikan edukasi melalui media video, rata-rata skor pengetahuan ibu hamil yang bekerja berada pada angka 34,00 dengan standar deviasi 1,195, sementara rata-rata skor sikap berada pada angka 9,00 dengan standar deviasi 1,857. Setelah intervensi edukasi menggunakan media video, terjadi peningkatan yang cukup substansial dimana rata-rata skor pengetahuan meningkat menjadi 36,63 dengan standar deviasi 1,239, dan rata-rata skor sikap meningkat menjadi 12,00 dengan standar deviasi 2,296. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa perbedaan antara pengetahuan dan sikap ibu hamil sebelum dan sesudah edukasi adalah signifikan secara statistik (nilai  $p < 0,05$ ), yang mengindikasikan bahwa media video efektif sebagai alat edukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif ibu hamil yang bekerja terhadap pemberian ASI eksklusif. Temuan ini menegaskan bahwa pendekatan edukasi modern berbasis teknologi digital seperti video dapat menjadi solusi efektif untuk mengatasi keterbatasan waktu dan fleksibilitas yang dihadapi oleh ibu bekerja dalam mengakses informasi kesehatan. Berdasarkan temuan penelitian ini, beberapa saran dapat diajukan kepada pihak-pihak terkait. Bagi petugas kesehatan, disarankan untuk memperluas dan melakukan edukasi ASI eksklusif menggunakan media video secara rutin kepada ibu hamil yang bekerja, serta mengkombinasikannya dengan metode edukasi lainnya untuk hasil yang lebih optimal. Bagi UPT Puskesmas Susut II, diharapkan dapat mengintegrasikan video edukasi ke dalam agenda rutin pelayanan kesehatan ibu hamil dan posyandu, serta memperhatikan faktor pendukung lainnya seperti penyediaan fasilitas laktasi yang memadai. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan cakupan wilayah yang lebih luas, sampel yang lebih bervariasi, mengkaji efektivitas media edukasi lainnya, serta melakukan studi longitudinal untuk mengevaluasi dampak jangka panjang terhadap praktik pemberian ASI eksklusif.

#### Referensi

1. Anggraeni, Fatma, S.D., Hardjito, K., Setyarini, A. I. (2022). Dampak Promosi Kesehatan Menggunakan Media Audiovisual Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Inisiasi Menyusu Dini dan ASI Eksklusif: Studi Literatur. *Artikel Ilmiah Permas: Artikel Ilmiah STIKES Kendal*. Volume 12. Nomor 2. e-ISSN 2549-8134. <http://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/view/122/92>
2. Alkharashi, M. (2020). Comparing experiential versus conventional learning on knowledge retention for teaching surgery to medical graduates. *Saudi Journal of Ophthalmology*, 34(2), 107–110. <https://doi.org/10.4103/1319-4534.305042>
3. Amelia, S. R., Sitoayu, L. (2023). Pengaruh Media Booklet Dan Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Perubahan Sikap Tentang Stunting Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 4 Kerinci. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 2269–2277. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/16709>
4. Arora, S., Patten, S. B., Mallo, S. C., Lojo-Seoane, C., Felpete, A., Facal-Mayo, D., dan Pereiro, A. X. (2024). The influence of education in predicting conversion from Subjective cognitive decline (SCD) to objective cognitive impairment: A systematic review and meta-analysis. In *Ageing Research Reviews* (Vol. 101). <https://doi.org/10.1016/j.arr.2024.102487>
5. Arsyad, A. (2021). *Media Pembelajaran*. <https://www.rajagrafindo.co.id/produk/media-pembelajaran/>
6. Bhati, K dan Sethy, T. P. (2022). Self-Efficacy: Theory to Educational Practice. *The International Journal of Indian Psychology*, 10(1), 1123–1128. <https://doi.org/10.25215/1001.112>
7. BPK. (2020). *Peraturan Pemerintah (PP) No. 33 Tahun 2012 Tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif* (p. 1). <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/135059/pp-no-21-tahun-2020>
8. BPS. (2024). *Persentase Bayi Usia Kurang Dari 6 Bulan Yang Mendapatkan Asi Eksklusif Menurut Provinsi - Tabel Statistik - Badan Pusat Statistik Indonesia*. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTM0MCMY/persentase-bayi-usia-kurang-dari-6-bulan-yang-mendapatkan-asi-eksklusif-menurut-provinsi--persen-.html>

DOI: <https://doi.org/10.31004/riggs.v5i1.6658>

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

---

9. Budiari, N. W., Sriasih, N. G. K., Utarini., G. A. E. (2024). Gambaran Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Unit Pelaksana Teknis Daerah Puskesmas Tabanan I Kabupaten Tabanan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Volume 8. Nomor 1. ISSN 2623-1581. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/prepotif/article/view/24527/19259>
10. Chand., P. S. (2023). Constructivism in Education: Exploring the Contributions of Piaget, Vygotsky, and Bruner. *International Journal of Science and Research (IJSR)*, 12(7), 274–278. <https://doi.org/10.21275/sr23630021800>
11. Gebrekidan, K., Fooladi, E., Plummer, V., dan Hall, H. (2020). Enablers and barriers of exclusive breastfeeding among employed women in low and lower middle-income countries. *Sexual and Reproductive Healthcare*, 25(March), 100514. <https://doi.org/10.1016/j.srhc.2020.100514>
12. Hajifah, T., Kesumadewi, T., Kunci, K., Hangat, K., dan Tubuh, S. (2022). Penerapan Pendidikan Kesehatan Tentang ASI Eksklusif Untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Menyusui di Puskesmas Purwosari. *Jurnal Cendekia Muda*, 2(September), 423–428.
13. Ickes, S. B., Sanders, H., Denno, D. M., Myhre, J. A., Kinyua, J., Singa, B., Lemein, H. S., Iannotti, L. L., Farquhar, C., Walson, J. L., dan Nduati, R. (2021). Exclusive breastfeeding among working mothers in Kenya: Perspectives from women, families and employers. *Maternal and Child Nutrition*, 17(4), 1–14. <https://doi.org/10.1111/mcn.13194>
14. Janaetri, K. R., Armini, N. W. dan Astiti, N. K. E. (2024). Differences in Skill of Maternal Breastfeeding Before and After Giving a Video About Direct Breastfeeding (DBF) Method. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal of Midwifery)*. 12(2), 142-148. <https://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JIK/article/view/3219/1607>
15. Khotimah, H., Asep, S., Nandang, H. (2019). Meningkatkan Attensi Belajar Siswa Kelas Awal Melalui Media Visual. *Jurnal Pendidikan Anak*. 8 (1). [12458-libre.pdf](https://doi.org/10.2458-libre.pdf)
16. Kong, Y. (2021). The Role of Experiential Learning on Students' Motivation and Classroom Engagement. *Frontiers in Psychology*, 12(October), 10–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.771272>
17. Laeli, A. F. (2020). Behaviorism: psychological theory of learning. *ELLITE: Journal of English Language, Literature, and Teaching*, 5(2), 87–93. <https://doi.org/10.32528/ellite.v5i2.3265>
18. Maio, G. R. (2020). *The Psychology of attitudes and attitude change / Gregory R. Maio & Geoffrey Haddock*. [https://books.google.co.uk/books?hl=en&lr=&id=tk1tDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=psychology+and+attitudes+toward+climate+change&ots=W74u-jzYAg&sig=xWZPhthLA9Hvk\\_L8SRIWd87-UhQ#v=onepage&q=psychology+and+attitudes+toward+climate+change&f=false](https://books.google.co.uk/books?hl=en&lr=&id=tk1tDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=psychology+and+attitudes+toward+climate+change&ots=W74u-jzYAg&sig=xWZPhthLA9Hvk_L8SRIWd87-UhQ#v=onepage&q=psychology+and+attitudes+toward+climate+change&f=false)
19. Mamonto, A. P., Finni F. T., Dalia, N. (2020). Hubungan Status Ekonomi dan Pekerjaan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 6-12 Bulan Di Kelurahan Kotabangon. *Journal IKTGM*. Vol. 2. No. 1. <https://journal.iktgm.ac.id/index.php/nursing/article/view/83>
20. Marwiyah, N., Titi, K., (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Bekerja di Kelurahan Cipare Kota Serang. *Faletehan Health Journal*. Vol. 7. No. 1. <http://journal.lppm-stikesfa.ac.id/index.php/FHJ/article/view/78/42>
21. Muglia, L. J., Benhalima, K., Tong, S., Ozanne, S. (2022). Maternal factors during pregnancy influencing maternal, fetal, and childhood outcomes. *BMC Medicine*, 20(1), 1–5. <https://doi.org/10.1186/s12916-022-02632-6>
22. Mutiara, V. S., Fitriani, D., dan Jannah, M. (2022). Pengaruh Media Video Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Trimester Iii Tentang Asi Eksklusif. *Jurnal Bidan Mandira Cendekia (JBMC)*, 1(2), 43–50. <http://journal-mandiracendekia.com/index.php/jbmc/article/view/227/152>
23. Nafista, U. F., Nurhaeni, N., dan Waluyanti, F. T. (2023). Improvement in maternal knowledge, attitudes, and children's weight with education on World Health Organization feeding recommendations. *Pediatrica Medica e Chirurgica*, 45(S1), 11–16. <https://doi.org/10.4081/pmc.2023.314>
24. Notoadmojo, S. (2019). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. <https://onsearch.id/Record/IOS14006.INLIS00000000017693>
25. Novayanti, L. H., Armini, N. W., Juliana, M. (2021). Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Balita Umur 12-59 Bulan di Puskesmas Banjar 1 Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*. Vol. 9. No 2. <http://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JIK>
26. Pitriawati, D dan Purwanti, R. (2022). Adaptasi Fisiologis dan Psikologis Ibu Hamil untuk Tetap Sehat di Masa Pandemi Covid-19. *Society : Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 3(1), 9–14. <https://doi.org/10.37802/society.v3i1.214>
27. Prawiroharjo, S. (2020). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: EGC
28. Raihan N, dan Cogburn M. (2023). Stages of Change Theory - StatPearls - NCBI Bookshelf. In *StatPearls Publishing* (p. 20894).
29. Roberts-Lewis, S. F., Baxter, H. A., Mein, G., Quirke-McFarlane, S., Leggat, F. J., Garner, H. M., Powell, M., White, S., dan Bearne, L. (2023). The Use of Social Media for Dissemination of Research Evidence to Health and Social Care Practitioners: Protocol for a Systematic Review. *JMIR Research Protocols*, 12, 1–10. <https://doi.org/10.2196/45684>
30. Rodríguez-Hernández, C. F., Cascallar, E., dan Kyndt, E. (2020). Socio-economic status and academic performance in higher education: A systematic review. *Educational Research Review*, 29, 100305. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2019.100305>
31. Safitri, V. A., Pangestuti, D. R., dan 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>
32. Schunk, D. H., dan DiBenedetto, M. K. (2021). Self-efficacy and human motivation. In *Advances in Motivation Science* (1st ed., Vol. 8). Elsevier Inc. <https://doi.org/10.1016/bs.adms.2020.10.001>
33. Shahid, S. H. (2022). An Overview of the Information Processing Approach and its Application to Memory, Language, and Working Memory. *Pakistan Languages and Humanities Review*, 6(III). [https://doi.org/10.47205/plhr.2022\(6-iii\)54](https://doi.org/10.47205/plhr.2022(6-iii)54)
34. Sriastuti, L., dan Masing, M. (2020). Penerapan Teori Belajar Kognitif Jean Piaget dalam Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(2), 318–333.
35. Srivastava, S., dan Rojhe, K. C. (2021). Attitude formation and attitude change: A social psychological perspective. In *Handbook of Research on Applied Social Psychology in Multiculturalism* (pp. 1–28). <https://doi.org/10.4018/978-1-7998-6960-3.ch001>
36. Stoye, D. Q., Andrew, R., Grobman, W. A., Adam, E. K., Wadhwa, P. D., Buss, C., Entringer, S., Miller, G. E., Boardman, J. P., Seckl, J. R., Keenan-Devlin, L. S., Borders, A. E. B., dan Reynolds, R. M. (2020). Maternal Glucocorticoid Metabolism Across Pregnancy: A Potential Mechanism Underlying Fetal Glucocorticoid Exposure. *Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism*, 105(3), 782–790. <https://doi.org/10.1210/clinem/dgz313>
37. Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif*. [https://www.academia.edu/118903676/Metode\\_Penelitian\\_Kuantitatif\\_Kualitatif\\_dan\\_R\\_and\\_D\\_Prof\\_Sugiono](https://www.academia.edu/118903676/Metode_Penelitian_Kuantitatif_Kualitatif_dan_R_and_D_Prof_Sugiono)
38. Supliyani, E., dan Djamilus, F. (2021). Efektifitas Media Video Tutorial Penatalaksanaan Asi Eksklusif Terhadap Keterampilan Ibu Dalam Menyusui. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 13(1), 143–151. <https://doi.org/10.34011/jurikesbdg.v13i1.1877>

39. Syahri, I. M., Laksono, A. D., Fitria, M., Rohmah, N., Masruroh, M., dan Ipa, M. (2024). Exclusive breastfeeding among Indonesian working mothers: does early initiation of breastfeeding matter? *BMC Public Health*, 24(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18619-2>
40. Tambulana, A. N., dan Rohmah, F. (2024). Efektivitas media video dibandingkan dengan e-booklet dalam meningkatkan pengetahuan tentang asi eksklusif ibu hamil trimester III. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*, 2(September), 1450–1456.
41. Vandenplas, Y., dan Basrowi, R. W. (2023). Breastfeeding by Working Mothers: Global Challenges. *The Indonesian Journal of Community and Occupational Medicine*, 3(1), 1–2. <https://doi.org/10.53773/ijcom.v3i1.82.1-2>
42. Wahyuni, A. S., Amelia, R., Nababan, I. F. F., Pallysater, D., dan Lubis, N. K. (2019). The difference of educational effectiveness using presentation slide method with video about prevention of hypertension on increasing knowledge and attitude in people with the hypertension risk in amblas health center. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 7(20), 3478–3482. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2019.450>
43. WHO. (2023). *Global Breastfeeding Scorecard 2023 Rates Of Breastfeeding Increase Around The World Through Improved Protection And Support*. World Health Organization (WHO). <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-HEP-NFS-23.17>
44. Wibowo, G. A., Hanna, Ruhana, F., Arif, F. M., dan Usmaedi. (2023). The Influence of Social-Media on Cultural Integration: A Perspective on Digital Sociology. *International Journal of Science and Society*, 5(4), 363–375. <https://doi.org/10.54783/ijssoc.v5i4.792>
45. Wijaya, W. (2022). Hambatan Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Menyusui (Barrier Exclusive Breastfeeding on Breastfeeding Mother. *Journal of Midwifery and Reproduction*, 6(1), 1–9. <https://journal.mbunivpress.or.id/index.php/midwiferyandreproduction>