Journal of Midwifery Science and Women\'s Health (JMSWH)
Volume 6, Nomor 2 Tahun 2026
ISSN (online) : 2723-1607 DOI: 10.36082/jmswh.v6i2.3072

PENGARUH EDUKASI BERBASIS VIDEO TERHADAP PERUBAHAN PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU NIFAS DINI TENTANG PERAWATAN PAYUDARA DI RS SATRIA MEDIKA KOTA BEKASI TAHUN 2025

Heriza Syam[1], Putri Setiya Endarwati[2], Siti Masitoh[3], Sri Sukamti[4]
[1,2,3,4]Jurusan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Jakarta III, Indonesia

Info Artikel

Genesis Naskah:

Submissions: 01-03-2026
Revised: 04-05-2026
Accepted: 13-06-2026

Kata Kunci:
Edukasi Video, Pengetahuan, Sikap, Ibu Nifas, Perawatan Payudara

Abstrak

Masa nifas merupakan masa pemulihan penting bagi ibu pasca melahirkan, termasuk dalam hal menyusui. Banyak ibu mengalami hambatan seperti bendungan ASI, mastitis, hingga abses payudara akibat kurangnya pengetahuan tentang perawatan payudara. Edukasi melalui media video dinilai efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu nifas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi video terhadap pengetahuan dan sikap ibu nifas dalam perawatan payudara di RS Satria Medika. Desain penelitian ini menggunakan kuasi eksperimen dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Sampel sebanyak 51 ibu nifas dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan uji *paired* t-test. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pengetahuan dan sikap ibu nifas setelah diberikan edukasi video ($p<0,05$). Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 14,78 menjadi 17,68, dan sikap meningkat dari 36,93 menjadi 41,13. Dapat disimpulkan bahwa media edukasi video berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu nifas dalam merawat payudara. Penggunaan media video disarankan sebagai metode edukasi dalam pelayanan kebidanan. Media edukasi video berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu nifas dalam merawat payudara. Penggunaan media video disarankan sebagai metode edukasi dalam pelayanan kebidanan.

THE EFFECT OF VIDEO-BASED EDUCATION ON CHANGES IN KNOWLEDGE AND ATTITUDES OF EARLY POST-PART MOTHERS ABOUT BREAST CARE AT SATRIA MEDIKA HOSPITAL, BEKASI CITY IN 2025

Keywords:
Video Education, Knowledge, Attitude, Postpartum Mothers, Breast Care

Abstract

The postpartum period is an important recovery period for mothers after giving birth, including in terms of breastfeeding. Many mothers experience obstacles such as breast milk engorgement, mastitis, and breast abscesses due to lack of knowledge about breast care. Education through video media is considered effective in improving the knowledge and attitudes of postpartum mothers. This study aims to determine the effect of video education on the knowledge and attitudes of postpartum mothers in breast care at Satria Medika Hospital. The design of this study used a quasi-experimental approach with a one group pretest-posttest approach. A sample of 51 postpartum mothers was selected using a purposive sampling technique. Data were collected using a questionnaire and analyzed using a paired t-test. The results showed a significant increase in the knowledge and attitudes of postpartum mothers after being given video education ($p<0.05$). The average knowledge score increased from 14.78 to 17.68, and attitudes increased from 36.93 to 41.13. It can be concluded that video education media has a significant effect on increasing the knowledge and attitudes of postpartum mothers in caring for their breasts. The use of video media is recommended as an educational method in midwifery services. Video education media has a significant effect on increasing knowledge and attitudes of postpartum mothers in caring for their breasts. The use of video media is recommended as an educational method in midwifery services.

Korespondensi Penulis:
Heriza Syam
Jl. Arteri Jorr Jatiwarna No.15, Jatiwarna, Kecamatan Pondok Melati, Kota Bekasi, Jawa Barat, Indonesia

PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan periode pemulihan organ reproduksi ibu yang dimulai ketika plasenta keluar hingga organ kembali ke kondisi seperti sebelum kehamilan. Masa ini umumnya berlangsung selama 42 hari dengan kondisi fisiologis ibu yang membaik secara bertahap (Hesti et al., 2024). Selama masa ini, ibu umumnya akan melakukan proses menyusui melalui pemberian ASI. Proses menyusui sangat dipengaruhi oleh kadar prolaktin yang berperan dalam sintesis ASI dan mampu meningkatkan produksi ASI. Hormon prolaktin meningkat melalui rangsangan hisapan pada puting susu dan menurun tanpa stimulasi menyusui (Afriannisyah et al., 2024). Pemberian ASI eksklusif berperan penting dalam meningkatkan kelangsungan hidup bayi dan membantu membentuk antibodi yang diperlukan untuk melindungi mereka dari berbagai penyakit. Menurut WHO, meningkatnya angka ibu yang memberikan ASI secara global diperkirakan dapat menyelamatkan lebih dari 820.000 anak balita serta mencegah sekitar 20.000 kasus kanker payudara pada wanita setiap tahunnya (WHO, 2024). Pemberian ASI merupakan cara yang efektif dalam memberikan nutrisi pada bayi untuk pertumbuhan dan perkembangannya (Wijaya, 2019). Namun, proses menyusui tidak luput dari berbagai permasalahan terkait kondisi payudara ibu.

Selama periode menyusui, ibu kerap mengalami permasalahan yang berkaitan dengan kondisi payudara seperti puting lecet, bendungan ASI, payudara bengkak, saluran susu tersumbat, mastitis, abses payudara, dan kelainan anatomis pada puting. Berdasarkan penelitian *systematic review* oleh Safitriana et al. (2023), permasalahan payudara yang paling sering dialami ibu adalah pembengkakan payudara (65%), nyeri payudara (52,5%), saluran susu tersumbat (45,9%), nyeri puting (15,5%), dan mastitis (10,5%). WHO melaporkan pada tahun 2019, terdapat sebanyak 8.821 (66,87%) dari 12.474 ibu nifas yang mengalami bendungan ASI. UNICEF pada tahun 2019 menyebutkan bahwa terdapat sekitar 16.142.321 juta jiwa ibu mengalami masalah menyusui yang terdiri dari puting susu lecet sebesar 56,4%, bendungan payudara sebesar 36,12%, dan mastitis sebesar 7,5% (Sari et al., 2023). Di Indonesia berdasarkan data SDKI tahun 2019, sebanyak 55% ibu nifas mengalami bendungan ASI (Fatimah et al., 2024).

Puting lecet umumnya disebabkan oleh pelekatan yang tidak tepat atau hisapan bayi yang tidak efektif. Kejadian puting susu lecet juga dapat disebabkan oleh kurangnya perawatan payudara saat hamil sampai setelah melahirkan, posisi menyusui yang salah, trauma pada puting susu saat menyusui dan kurangnya pengetahuan ibu (Sabriana et al., 2022). Bendungan ASI dan pembengkakan payudara terjadi akibat akumulasi ASI karena pengosongan payudara yang tidak optimal (Kumalasari dan Sari, 2024). Saluran susu yang tersumbat dapat muncul karena tekanan lokal atau pemakaian bra ketat yang menghambat aliran ASI. Mastitis timbul akibat infeksi bakteri yang masuk melalui puting yang luka, dan bila tidak ditangani dapat berkembang menjadi abses payudara yang ditandai dengan penumpukan nanah. Sementara itu, kelainan anatomi seperti puting datar atau tenggelam dapat menyulitkan proses pelekatan bayi saat menyusui (Wardani dan Umar, 2023). Faktor-faktor ini dapat mengganggu kelancaran proses laktasi dan memerlukan penanganan yang tepat untuk mendukung keberhasilan menyusui.

Perawatan Payudara merupakan tindakan perawatan yang dilakukan pada payudara ibu selama masa kehamilan maupun setelah melahirkan (masa nifas) guna mendukung produksi ASI. Selain berfungsi untuk menjaga kebersihan payudara, perawatan ini juga bermanfaat dalam memperbaiki bentuk puting yang datar atau tertarik ke dalam, sehingga mempermudah proses menyusui. Perawatan Payudara adalah tindakan yang dilakukan sejak dini oleh ibu setelah melahirkan sebagai upaya menjaga kesehatan payudara dan mempersiapkannya untuk proses menyusui. Kegiatan ini sebaiknya dilakukan secara rutin, dimulai 1 hingga 2 hari setelah persalinan, dengan frekuensi minimal dua kali sehari. Manfaat dari perawatan payudara antara lain membantu memperlancar refleks pengeluaran ASI *(let-down reflex)*, meningkatkan jumlah produksi ASI saat diperah, serta mencegah terjadinya pembengkakan atau bendungan pada payudara (Nur Hanifah et al., 2024).

Pengetahuan dan sikap menjadi salah satu faktor yang memengaruhi perawatan payudara ibu nifas (Nawamalini et al., 2025; Nurhidayah et al., 2022). Menurut Ernawati dan Sallang (2025), pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara berkaitan erat dengan kelancaran ASI. Namun, pada beberapa beberapa penelitian gambaran pengetahuan ibu nifas mengenai perawatan payudara berada

pada kategori kurang. Penelitian Selvianti (2016) pada 62 ibu nifas di RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki pengetahuan yang kurang mengenai perawatan payudara sebesar 67,7%. Lebih lanjut, mayoritas ibu nifas di PMB Bd. S Kabupaten Bandung memiliki pengetahuan yang kurang terkait perawatan payudara sebesar 96,7% (Rahmawati et al., 2025). Hal ini menunjukkan pentingnya peningkatan pengetahuan ibu mengenai perawatan payudara sehingga dapat mengoptimalkan pemberian ASI pada buah hatinya.

Salah satu upaya dalam meningkatkan pengetahuan ibu adalah melalui edukasi kesehatan. Edukasi kesehatan adalah upaya terencana agar terciptanya peluang bagi masing-masing individu ataupun kelompok tertentu dalam meningkatkan kesadaran serta memperbaiki keterampilan dan pengetahuan terkait kesehatan (Aisah et al., 2021). Edukasi kesehatan dapat dilakukan menggunakan media video, seperti film edukasi, video pembelajaran, dan animasi (Aisah et al., 2021; Niruri et al., 2023). Media video membantu penyampaian informasi secara visualisasi sehingga lebih menarik dan memberikan gambaran yang lebih realistis. Media video terbukti mampu meningkatkan daya ingat dan pengetahuan terkait dengan intervensi kesehatan tertentu (Moe-Byrne et al., 2022). Beberapa penelitian telah menunjukkan efektivitas dari media video terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap kesehatan indvidu. Penelitian Hanifa et al. (2025) menunjukkan bahwa edukasi media video meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu *postpartum* tentang pemberian ASI dengan peningkatan *post-test* sebesar 81,2%. Putri et al. (2024) juga mengungkapkan adanya pengaruh media video dengan peningkatan pengetahuan mengenai teknik menyusui pada ibu nifas. Penelitian Mina et al. (2024) menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari edukasi media video dengan sikap menyusui yang benar pada ibu nifas.

Berdasarkan data di RS Satria Medika Bekasi tahun 2023, sebanyak 65% ibu mengalami produksi ASI yang tidak keluar, sehingga ibu memilih susu formula sejak dini. Beberapa ibu mengeluh ASI tidak keluar, bayi rewel dan cemas, serta malas menyusui bayi akibat mobilisasi yang belum maksimal dan kurangnya kepercayaan diri dalam proses pemberian ASI. Hal ini menekankan pentingnya peningkatan keberhasilan laktasi, salah satunya melalui edukasi perawatan payudara. Penelitian yang berfokus pada edukasi media video dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu nifas terkait perawartan payudara masih sangat terbatas, terutama di Kota Bekasi sehingga peneliti tertarik untuk menganalisis pengaruh edukasi melalui video pembelajaran tentang perawatan payudara dalam mendukung kelancaran produksi ASI di RS Satria Medika.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan *quasi-experimental design* dan menerapkan desain pendekatan *one group pre-test* dan *post-test.* Penelitian dilaksanakan di RS Satria Medika pada Juni 2025. Populasi penelitian ini adalah ibu nifas di RS Satria Medika Bekasi dengan jumlah populasi yang tidak diketahui secara pasti sehingga penentuan jumlah sampel menggunakan uji hipotesis beda rata-rata. Diperoleh jumlah sampel minimal berdasarkan rumus sebesar 47 dan dengan pertimbangan kemungkinan kerusakan atau kehilangan data maka ditambah 10%, maka jumlah sampel sebanyak 51 ibu nifas. Kriteria inklusi meliputi **i**bu nifas yang berada dalam masa nifas 0–7 hari *postpartum*, bersedia menjadi responden dan menandatangani lembar persetujuan (*informed consent*), melakukan pemberian ASI kepada bayi, dan dapat berkomunikasi dengan baik secara lisan atau tulisan. Sementara, kriteria ekslusi pada penelitian ini adalah ibu nifas yang mengalami komplikasi payudara berat seperti mastitis akut dengan abses atau trauma parah pada payudara, mengalami gangguan mental atau kognitif yang menghambat partisipasi aktif dalam perawatan atau pengisian kuesioner, tidak menyusui karena kondisi medis ibu atau bayi (misalnya, bayi dirawat di NICU dalam jangka panjang), sedang menjalani pengobatan farmakologis tertentu yang dapat memengaruhi produksi ASI atau kesehatan payudara, serta tidak memiliki riwayat penyakit kronis yang memengaruhi produksi atau perawatan payudara, seperti kanker payudara atau diabetes berat. Teknik pengambilan pada penelitian ini teknik *Non Probability Sampling* dengan *Purposive Sampling,* dimana sampel dipilih berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditentukan oleh peneliti. Intervensi yang diberikan pada penelitian ini adalah media berupa video pembelajaran yang berisi penjelasan dan langkah-langkah perawatan payudara.

Instrumen yang digunakan berupa kuesioner pengetahuan dan sikap. Kuesioner pengetahuan disusun oleh peneliti berdasarkan indikator-indikator materi yang telah disesuaikan dengan tujuan

penelitian yang terdiri dari 20 butir pertanyaan untuk mengukur tingkat pengetahuan responden. skor untuk pertanyaan yaitu: benar:1 salah: 0. di katakan baik (jika jawaban terhadap kuesioner ≥50% benar) dan di katakan kurang (jika jawaban terhadap kuesioner < 50% benar). Kuesioner sikap terdiri dari 10 butir pertanyaan yang mengukur tingkat sikap responden, Skor 1 untuk "sangat tidak setuju", skor 2 untuk "tidak setuju", skor 3 untuk "setuju", skor 4 "sangat setuju". Uji validitas dan reliabilitas instrumen dilakukan di RS Karya Medika. Berdasarkan hasil uji validitas, 20 pertanyaan pada kuesioner pengetahuan dan 10 pertanyaan pada kuesioner sikap seluruhnya dinyatakan valid. Uji reabilitas menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* kuesioner pengetahuan sebesar 0,829 yang dinyatakan reliabel dan pada kuesioner sikap sebesar 0,642 yang dinyatakan reliabel menurut Arikunto (2006) sehingga instrumen dikatakan layak untuk digunakan. Uji kelayakan media juga dilakukan oleh pakar ahli di bidang teknologi informasi. Penilaian dilakukan terhadap beberapa aspek yang mencakup kesesuaian konten, kualitas gambar, perpaduan warna, kejelasan informasi, kualitas suara, penggunaan bahasa, ukuran tulisan, dan kejelasan materi. Berdasarkan hasil penilaian, seluruh aspek mendapatkan penilaian "sesuai", yang menunjukkan bahwa media telah memenuhi kriteria kelayakan secara visual dan isi serta layak digunakan untuk keperluan penelitian dan penyuluhan kepada ibu nifas di RS Satria Medika. Analisis data meliputi analisis univariat (usia, paritas, pendidikan, pekerjaan) dan analisis bivariat dengan menggunakan uji *Wilcoxon* karena data tidak terdistribusi normal berdasarkan uji *Kolmogorov-Smirnov* ($p<0,05$). Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Penelitian Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto dengan Nomor Registrasi KEPK/UMP/112/V1/2025.

HASIL

Hasil penelitian ini meliputi distribusi frekuensi responden, gambaran pengetahuan dan sikap ibu nifas sebelum dan sesudah intervensi edukasi, serta analisis hubungan edukasi dengan media video terhadap pengetahuan dan sikap ibu nifas tentang perawatan payudara di RS Satria Medika tahun 2025. Distribusi frekuensi karakteristik ibu nifas usia disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Nifas Usia 0 –7 Hari di RS Satria Medika 2025 (n = 51)

Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Usia		
Beresiko (<20 Tahun atau >35 Tahun)	7	11,7
Tidak Beresiko (20-35 Tahun)	44	73,3
Pendidikan		
Rendah (SD-SMP)	4	6,7
Tinggi (SMA- Perguruan Tinggi)	47	78,3
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	33	55
Bekerja	18	33
Paritas		
Primigravida	25	41,7
Multigravida	26	43,3

Karakteristik ibu nifas di RS Satria Medika 2025 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada usia tidak beresiko sebesar 73,3%. Mayoritas ibu nifas berada pada tingkat pendidikan tinggi dengan persentase sebesar 78,3%. Kebanyakan ibu nifas tidak bekerja dengan persentase sebesar 55% dan memiliki paritas Multigravida dengan persentase sebesar 43,3%.

Tabel 2. Gambaran Pengetahuan dan Sikap Ibu Nifas sebelum dan sesudah Intervensi Edukasi Menggunakan Video tentang Perawatan Payudara di RS Satria Medika Tahun 2025

Variabel	Median	SD	Min	Max
Pengetahuan				
Sebelum	14	3.169	8	19
Sesudah	18	2.973	10	20
Sikap				
Pre-test	28	5.574	17	39
Post-test	34	4.562	20	40

Tabel 2 menunjukkan bahwa pengetahuan ibu nifas meningkat setelah di berikan edukasi dengan media video tentang perawatan payudara. Median pengetahuan responden meningkat dari skor 14 menjadi 18. Sikap responden juga meningkat setelah di berikan edukasi dengan media video tentang perawatan payudara. Median responden meningkat dari skor 28 menjadi 34.

Tabel 3. Hubungan Edukasi Dengan Media Video terhadap Pengetahuan Ibu Nifas Usia 0–7 Hari Tentang Perawatan Payudara di RS Satria Medika Tahun 2025

Pengetahuan	*Negative Ranks*	*Positive Ranks*	*Ties*	*Z Score*	p-value*
Pre-test – *Post-test*	0	47	4	-5.990 [b]	0.000

**Uji Wilcoxon*

Hasil analisis statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan (p-value = 0,000) antara pengetahuan dengan edukasi menggunakan media video tentang perawatan payudara pada ibu nifas 0 – 7 hari. Nilai Z score – 5.990 yang mengidentifikasi adanya perubahan skor pengetahuan dari sebelum dan sesudah edukasi menggunakan media video tentang perawatan payudara.

Tabel 4. Hubungan Edukasi Dengan Media Video Terhadap Sikap Ibu Nifas Usia 0 – 7 Hari Tentang Perawatan Payudara di RS Satria Medika Tahun 2025

Sikap	*Negative Ranks*	*Positive Ranks*	*Ties*	*Z Score*	p-value*
Pre-test – *Post-test*	6	42	3	-5.170 [b]	0.000

**Uji Wilcoxon*

Hasil analisis statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan (p-value = 0,000) antara Sikap dengan edukasi mnggunakan media video tentang perawatan payudara pada ibu nifas 0 – 7 hari. Nilai Z score – 5.170 yang mengidentifikasi adanya perubahan skor sikap dari sebelum dan sesudah edukasi menggunakan media video tentang perawatan payudara.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukan sebagian besar ibu berusia 20-35 tahun. Usia diartikan dengan masa hidup seseorang atau usia individu yang terhitung mulai saat dilahirkan sampai saat berulang tahun. Semakin cukup usia, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan berperilaku. Menurut Fitriani et al. (2021), ibu usia 20–35 tahun memiliki kecenderungan lebih baik dalam menerima informasi dan menerapkannya dalam praktik perawatan payudara. Penelitian ini juga menenukan bahwa sebagian besar ibu nifas tingkat pendidikan tinggi. Karakteristik pendidikan umumnya mampu mempengaruhi seseorang termasuk perilaku untuk berperan serta, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi sehingga makin banyak pula pengetahuan yang dimiliki, sebaliknya pendidikan yang kurang akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai-nilai yang baru diperkenalkan. Ibu dengan pendidikan tinggi cenderung akan memiliki wawasan

yang lebih luas dibandingkan dengan yang berpendidikan rendah, oleh karena itu ibu yang memiliki latar belakang pendidikan tinggi memiliki rasa ingin tahu yang lebih tinggi mengenai kesehatan dirinya pada masa nifas. Penelitian oleh Nurhidayah et al. (2022) menunjukkan adanya hubungan antara tingkat pendidikan dengan praktik perawatan payudara (p = 0,028).

Sebagian besar ibu dalam penelitian ini merupakan multipara. Pengalaman melahirkan sebelumnya dapat memperkaya pengetahuan dan keterampilan ibu dalam merawat payudara. Namun demikian, tidak semua multipara memiliki praktik perawatan yang benar karena mungkin tidak mendapatkan informasi yang tepat. Penelitian oleh Katharina et al. (2021) menyatakan bahwa paritas tidak selalu berhubungan secara signifikan dengan perilaku perawatan payudara. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa sebagian besar ibu nifas tidak bekerja atau berstatus sebagai ibu rumah tangga. Hal ini memungkinkan ibu memiliki lebih banyak waktu untuk melakukan perawatan diri termasuk perawatan payudara. Namun, ibu yang bekerja juga berpeluang lebih besar untuk mendapatkan informasi dari lingkungan kerja. Penelitian oleh Riyanti dan Lindasari (2020) menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pekerjaan dengan tingkat pengetahuan ibu mengenai perawatan payudara (p = 0,002). Akses terhadap informasi sangat berpengaruh terhadap sikap dan pengetahuan ibu. Dalam penelitian ini, ibu yang mendapatkan edukasi dari tenaga kesehatan atau melalui media edukatif seperti video menunjukkan tingkat pengetahuan dan sikap yang lebih positif.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan ibu nifas setelah diberikan edukasi tentang perawatan payudara. Sebelum edukasi video, sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang kurang, namun setelah intervensi, terjadi peningkatan yang signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi video yang diberikan berpengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan ibu nifas dalam merawat payudara selama masa nifas. Hal ini sejalan dengan penelitian Wirasih et al. (2024) yang menunjukkan bahwa pendidikan menggunakan media video efektif dalam meningkatkan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara. Sebelum diberikan edukasi, sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang rendah, namun setelah menonton video edukasi, terjadi peningkatan pengetahuan secara signifikan. Hal ini membuktikan bahwa media video dapat menjadi alat bantu yang tepat dalam menyampaikan informasi kesehatan secara lebih menarik dan mudah dipahami.

Penggunaan media video sebagai metode edukasi dalam penelitian ini dipilih karena dinilai lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu nifas tentang perawatan payudara. Media video mampu menyampaikan informasi secara menarik melalui kombinasi gambar, suara, dan teks, sehingga memudahkan ibu dalam memahami materi yang disampaikan. Selain itu, video memungkinkan visualisasi langkah-langkah perawatan secara konkret dan praktis, yang penting bagi ibu nifas yang baru pertama kali mengalami masa nifas. Media ini juga cocok digunakan untuk berbagai latar belakang pendidikan, karena penyampaiannya yang sederhana dan dapat diulang kapan saja sesuai kebutuhan. Penelitian Wirasih et al. (2024)membuktikan bahwa pendidikan menggunakan video secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu nifas. Selain itu, berdasarkan teori *Dale's Cone of Experience* (1969), media audiovisual termasuk metode pembelajaran yang memberikan pengalaman paling nyata dan mendalam, sehingga mampu meningkatkan retensi informasi dan efektivitas edukasi. Dengan demikian, penggunaan media video menjadi pilihan yang tepat untuk mendukung keberhasilan intervensi kesehatan ibu nifas, khususnya dalam perawatan payudara.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan sikap yang positif pada ibu nifas setelah diberikan edukasi melalui media video tentang perawatan payudara. Sebelum edukasi, mayoritas responden memiliki sikap yang kurang mendukung, namun setelah intervensi video, terjadi perubahan sikap menjadi lebih positif. Temuan ini menunjukkan bahwa media video efektif dalam mempengaruhi dan meningkatkan sikap ibu nifas terhadap pentingnya perawatan payudara selama masa nifas. Penelitian sejalan dengan oleh Wirasih et al. (2024) menunjukkan bahwa peningkatan menggunakan media video memberikan pengaruh terhadap peningkatan sikap ibu nifas dalam perawatan payudara. Sebelum diberikan edukasi, sebagian besar ibu menunjukkan sikap yang kurang mendukung terhadap pentingnya perawatan payudara. Namun setelah mendapatkan informasi melalui video edukatif, sikap ibu berubah menjadi lebih positif. Hal ini menunjukkan bahwa media video efektif dalam membentuk

sikap yang baik karena penyampaiannya yang menarik, mudah dipahami, dan mampu meningkatkan kesadaran ibu terhadap pentingnya perawatan selama masa nifas.

Penggunaan edukasi, termasuk melalui media video atau pendekatan interaktif, dipilih karena terbukti mampu meningkatkan sikap ibu nifas dalam melakukan perawatan payudara. Sikap merupakan bentuk kesiapan psikologis yang dipengaruhi oleh pengetahuan dan pengalaman. Melalui edukasi yang tepat, ibu mendapatkan informasi yang jelas dan sistematis sehingga memudahkan mereka memahami manfaat serta prosedur perawatan payudara selama masa nifas. Penelitian oleh Wirasih et al. (2024) membuktikan bahwa intervensi edukatif secara signifikan mampu meningkatkan sikap ibu terhadap perawatan payudara, dengan hasil uji statistik yang menunjukkan perbedaan bermakna sebelum dan sesudah intervensi ($p = 0,000$). Edukasi juga membantu mengurangi kesalahpahaman dan meningkatkan kesadaran ibu mengenai pentingnya perawatan payudara untuk mendukung keberhasilan menyusui dan mencegah komplikasi. Oleh karena itu, edukasi menjadi metode yang efektif dalam membentuk sikap positif ibu nifas terhadap praktik perawatan payudara.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas ibu nifas di RS Satria Medika mengalami peningkatan pengetahuan yang signifikan mengenai perawatan payudara setelah diberikan edukasi menggunakan media video. Rata–rata skor pengetahuan sebelum intervensi sebesar 14,78 meningkat menjadi 17,08 pada pengukuran setelah intervensi. Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Hal ini mengindikasikan bahwa media edukasi berupa video efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu nifas tentang perawatan payudara. Peningkatan pengetahuan ibu nifas setelah pemberian edukasi melalui media video menunjukkan bahwa media visual memiliki efektivitas yang tinggi dalam menyampaikan informasi kesehatan.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Wirasih et al. (2024), yang menyatakan bahwa penggunaan media video mampu meningkatkan pengethuan dan sikap ibu nifas terhadap perawatan diri, termasuk perawatan payudara, karena video menyajikan informasi secara menarik dan mudah dipahami melalui kombinasi visual dan audio. Media video mampu menggambarkan praktik perawatan secara langsung, sehingga ibu lebih mudah memahami dan menirukan prosedur yang ditampilkan. Menurut teori Dale, media audiovisual lebih efektif karena menciptakan pengalaman belajar yang lebih nyata dan bermakna dibandingkan dengan hanya membaca atau mendengarkan ceramah. Selain itu, penelitian oleh Yupita dan Sardaniah (2023) juga menunjukkan bahwa edukasi menggunakan media video dapat meningkatkan pemahaman ibu dalam hal menyusui dan perawatan payudara, serta membantu mencegah komplikasi seperti bengkak dan mastitis. Dengan demikian, penggunaan video sebagai media edukasi dapat dijadikan metode strategis dalam meningkatkan literasi kesehatan ibu nifas secara efektif dan efisien.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada sikap Ibu Nifas setelah diberikan intervensi edukasi menggunakan media video Tentang Perawatan Payudara. Rata-rata skor sikap responden meningkat dari 30,49 pada saat *pre-test* menjadi 33,12 pada *post-test*. Berdasarkan uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai $p < 0,05$, yang mengindikasikan adanya perbedaan yang bermakna secara statistik antara sebelum dan sesudah pemberian edukasi. Hal ini mengimplikasikan bahwa edukasi berbasis video efektif dalam meningkatkan sikap positif ibu nifas terhadap perawatan payudara. Edukasi melalui media video memiliki beberapa keunggulan, di antaranya adalah mampu menyampaikan informasi secara visual dan audio secara bersamaan, mudah dipahami oleh responden, serta dapat diulang kembali jika diperlukan. Hal ini sejalan dengan teori Dale's Cone of Experience, yang menyatakan bahwa media audio-visual dapat meningkatkan pemahaman dan retensi informasi karena melibatkan lebih banyak indera dalam proses belajar.

Perubahan sikap positif ini sangat penting, karena sikap yang baik terhadap perawatan payudara akan mendukung keberhasilan menyusui, mencegah terjadinya masalah seperti bendungan ASI, mastitis, dan nipple trauma, serta membantu ibu dalam mengenali tanda-tanda infeksi atau masalah laktasi sejak dini (Prawirohardjo, 2016). Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan media edukasi video merupakan alternatif yang efektif, efisien, dan aplikatif dalam memberikan penyuluhan kepada ibu nifas,

terutama di era digital saat ini di mana akses terhadap teknologi semakin mudah. Penelitian ini mendukung temuan dari Wirasih et al. (2024) yang menyatakan bahwa media video efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu nifas terhadap praktik perawatan kesehatan pasca persalinan, termasuk perawatan payudara. Dalam studi lain oleh Yupita dan Sardaniah (2023), edukasi berbasis video juga terbukti meningkatkan keterlibatan emosional dan minat ibu terhadap materi, sehingga lebih berdampak pada perubahan perilaku. Dengan demikian, penggunaan media edukasi video merupakan alternatif yang efektif, efisien, dan aplikatif dalam memberikan penyuluhan kepada ibu nifas, terutama di era digital saat ini di mana akses terhadap teknologi semakin mudah.

KESIMPULAN

Karakteristik ibu nifas pada penelitian ini adalah sebagian besar ibu berada pada usia tidak berisiko (20–35 tahun), memiliki pendidikan tinggi, ibu bekerja, dan memiliki paritas multipara. Pengetahuan dan sikap ibu nifas usia 0–7 hari mengalami peningkatan skor setelah di berikan edukasi dengan media video tentang perawatan payudara. Pemberian edukasi dengan media video tentang perawatan payudara memiliki hubungan yang signifikan dengan pengetahuan dan sikap ibu nifas usia 0–7 hari. Bagi Tenaga Kesehatan (Bidan, Perawat, dan Petugas Puskesmas). Pemanfaatan media edukasi berbasis video direkomendasikan sebagai alat bantu dalam penyuluhan kepada ibu nifas, karena terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif terhadap perawatan payudara serta dapat digunakan dalam kelas ibu hamil, kelas ibu nifas, maupun kunjungan rumah.

DAFTAR PUSTAKA

Afriannisyah, E., Putri, P. S., & Syafitasari, J. (2024). Pengaruh pemberian oxytocin dan ekstrak pepaya terhadap kadar hormon prolaktin dan volume ASI pada normal pasca partum ibu. *Jurnal Kebidanan Besurek*, *9*, 39–48.

Aisah, S., Ismail, S., & Margawati, A. (2021). Edukasi Kesehatan dengan Media video animasi: Scoping review. *Jurnal Perawat Indonesia*, *5*(1), 641–656. https://doi.org/10.32584/jpi.v5i1.926

Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.

Ernawati, & Sallang. (2025). Hubungan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kelancaran pengeluaran ASI ibu postpartum di UPTD Puskesmas Takalala Kabupaten Soppeng. *Jurnal Ilmiah Kesehatan IQRA (JIKI)*, *12*(1), 80–88. https://doi.org/10.58901/jiki.v12i1.1180

Fatimah, S., Stianto, M., & Zuhroh, H. (2024). Hubungan postpartum primigravida dengan kejadian bendungan ASI. *Jurnal Nusantara Medika*, *8*(1), 79–87.

Fitriani, D., Oktarina, M., & Ayu, K. M. (2021). The relationship of mother's knowledge and attitude with breast care for postpartum mother at working area of Telaga Dewa Public Health Center Bengkulu City. *Jurnal Sains Kesehatan*, *28*(1), 34–40.

Hanifa, A. A., Holidah, Listiana, I., Sucipto, Sari, Y. N., Hasanah, U., & Saputri, D. H. (2025). Edukasi kesehatan menggunakan media video terhadap pengetahuan dan sikap ibu postpartum dalam pemberian ASI. *MAP Midwifery and Public Health Journal*, *5*(2), 91–99. https://doi.org/10.52031/map.v5i2.1240

Hesti, N., Syofiah, P. N., Muthia, G., & Sunesni, S. (2024). Peningkatan pengetahuan ibu nifas melalui edukasi kebutuhan gizi pada masa nifas. *Jurnal Pustaka Mitra (Pusat Akses Kajian Mengabdi Terhadap Masyarakat)*, *4*(1), 13–17. https://doi.org/10.55382/jurnalpustakamitra.v4i1.659

Katharina, T., Pebrianti, D., & Lisnawati, R. L. (2021). Hubungan usia, paritas dan pengetahuan ibu nifas terhadap perawatan payudara di Puskesmas Sungai Durian tahun 2021. *Jurnal Kebidanan*, *11*(2), 623–629.

Kumalasari, U., & Sari, T. P. (2024). Pengaruh perawatan payudara terhadap bendungan ASI pada ibu menyusui. *Antigen: Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Ilmu Gizi*, *2*(3), 261–267. https://doi.org/10.57213/antigen.v2i3.414

Mina, I. N., Mustika, D. N., Lutfitasari, A., & Khasanah, U. (2024). Pengaruh edukasi video terhadap sikap menyusui yang benar pada ibu nifas di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*, *7*, 430–434.

Moe-Byrne, T., Evans, E., Benhebil, N., & Knapp, P. (2022). The effectiveness of video animations as information tools for patients and the general public: A systematic review. *Frontiers in Digital Health*, *4*, 1–14. https://doi.org/10.3389/fdgth.2022.1010779

Nawamalini, T., Sari, E. P., Anggraini, A., & Afrika, E. (2025). Hubungan pengetahuan sikap dan dukungan tenaga kesehatan dengan perawatan payudara pada ibu nifas di Puskesmas Betung Kabupaten Oku Timur tahun 2024. *Indonesian Journal of Health Science*, *5*(2), 400–409. https://doi.org/10.54957/ijhs.v5i2.1441

Niruri, R., Rakhmawati, R., Saputri, R. N., & Farida, Y. (2023). Efektifitas media untuk peningkatan pengetahuan dan sikap pada perilaku hidup bersih-sehat siswa sekolah dasar saat adaptasi kebiasaan baru era COVID-19. *JPSCR: Journal of Pharmaceutical Science and Clinical Research*, *8*(3), 291. https://doi.org/10.20961/jpscr.v8i2.56862

Nur Hanifah, A., Septiana, M., Novita, N., Lestari, F., Sri Rejeki, I., & Wijayanti, L. A. (2024). Combination of breast care and oxytocin massage on breast milk production during the postpartum period at the healthy clinic. *Lecturers International Journal of Health Sciences (IJHS)*, *2*(3), 1170. https://doi.org/10.59585/ijhs

Nurhidayah, Faizaturrahmi, E., & Fatmasari, B. D. (2022). Faktor–faktor yang mempengaruhi perawatan payudara pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Sembalun. *ProHealth Journal (PHJ)*, *19*(1), 11–20. https://doi.org/10.59802/phj.202119155

Prawirohardjo, S. (2016). *Ilmu Kebidanan*. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Putri, P. R., Febrina, L., Marsinova, D., Puspita, Y., & Jaya, M. A. (2024). Media video YUBESI terhadap pengetahuan teknik menyusui pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Sambirejo di Kabupaten Rejang Lebong. *Jurnal Ilmu Kesehatan (JIK)*, *8*(1), 74–80. https://doi.org/10.33757/jik.v8i1.886

Rahmawati, N., Rosita, & Kurnaningsih, A. (2025). Pengaruh pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara melalui media leaflet terhadap tingkat pengetahuan dan sikap ibu nifas di PMB "S" Kabupaten Bandung. *Journal of Midwifery Research*, *2*(3), 37–47. https://journalofmidwiferyresearch.stikesdhb.ac.id

Riyanti, N., & Lindasari, A. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara. *Jurnal Kesehatan: Jurnal Ilmiah Multi Sciences*, *10*(1), 52–56.

Sabriana, R., Riyandani, R., Wahyuni, R., & Akib, A. (2022). Pengetahuan dan sikap ibu tentang pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, *11*, 201–207. https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.738

Safitriana, Budiati, T., & Rachmawati, I. N. (2023). Management of breast and nipple problems in breastfeeding: Systematic review. *Public Health Journal*, *18*(1), 47–61. https://doi.org/10.12928/dpphj.v18i1.xxxx

Sari, E. N., Yuliawati, E., & Seffryna, B. (2023). Hubungan perawatan payudara dengan bendungan ASI pada ibu nifas diwilayah kerja Puskesmas Koto Baru Kabupaten Dharmasraya tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, *4*(3), 3722–3727.

Selvianti, D. (2016). Gambaran pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara di RSUD Dr. M. Yunus Kota Bengkulu. *Jurnal Kebidanan Besurek*, *1*(2), 138–143. https://doi.org/10.51851/jkb.v1i2.90

Wardani, P. K., & Umar, M. Y. (2023). Hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dan teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI di PMB Martini Bandar Lampung. *Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH)*, *4*(2), 193–202. http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/Jaman

WHO. (2024). *Ibu Membutuhkan Lebih Banyak Dukungan Menyusui Selama Masa Kritis Bayi Baru Lahir*. World Health Organization. https://www.who.int/indonesia/id/news/detail/01-08-2025-breastfeeding-in-indonesia-on-the-rise--but-mothers-need-more-support

Wijaya, F. A. (2019). ASI eksklusif: Nutrisi ideal untuk bayi 0-6 bulan. *Continuing Medical Education*, *46*(4), 296–300.

Wirasih, N. W., Widiastini, L. P., Adhiestiani, N. M. E., & Susila, I. M. D. P. (2024). Pengaruh pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara melalui media video terhadap tingkat pengetahuan dan sikap ibu hamil triwulan III di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mengwi II. *Femina: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, *4*, 257–266. https://doi.org/10.30867/femina.v4i1.578

Yupita, D., & Sardaniah. (2023). Pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara di Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu. *Koloni: Jurnal Multidisiplin Ilmu*, *2*(2), 545–553.