

EFEKTIVITAS MEDIA AUDIO VISUAL DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN IBU TENTANG TEKNIK MENYUSUI EFEKTIF DI DESA COT PLUH

*Effectiveness Of Audio Visual Media In Improving Mothers' Knowledge
About Effective Breastfeeding Techniques In Cot Pluh Village*

**Ratnawati Bancin^{1*}, Erlia Rosita², Rika Andriani³, Yuslinar Mawarni⁴,
Nurmawar⁵**

^{1,2,3,4}, STIKes Medika Seramoe Barat, Jl. Industry, Seunebok Kab Aceh Barat, 23616

*Koresponding Penulis: ratnawatibancin23@gmail.com

Abstrak

Penerapan teknik menyusui yang benar berperan penting dalam keberhasilan pemberian ASI serta mencegah berbagai komplikasi, seperti puting lecet dan kurangnya asupan nutrisi pada bayi. Namun, kurangnya pengetahuan ibu sering menjadi kendala utama dalam praktik menyusui yang efektif. Edukasi kesehatan diperlukan untuk meningkatkan pemahaman ibu, khususnya terkait teknik menyusui yang tepat. Media audio visual merupakan salah satu metode pendidikan kesehatan yang dinilai efektif karena mampu menyajikan informasi secara visual dan auditori, sehingga lebih mudah dipahami dan diingat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas media audio visual dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang teknik menyusui efektif di Desa Cot Pluh. Jenis penelitian *Quasy Eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Sampel dalam penelitian yaitu 12 orang dengan teknik pengambilan sampel total sampling. Data dianalisis menggunakan uji *paired t-test* untuk mengetahui perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian didapatkan hasil bahwa media audio visual efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang teknik menyusui efektif di Desa Cot Pluh dengan hasil p-value 0,041.

Kata kunci: Pengetahuan, Teknik menyusui efektif.

Abstract

The implementation of correct breastfeeding techniques plays an important role in the success of breastfeeding and preventing various complications, such as sore nipples and lack of nutritional intake in infants. However, the lack of maternal knowledge is often a major obstacle in effective breastfeeding practices. Health education is needed to improve maternal understanding, especially regarding proper breastfeeding techniques. Audio-visual media is one of the health education methods that is considered effective because it is able to present information visually and auditorily, making it easier to understand and remember. This study aims to determine the effectiveness of audio-visual media in improving maternal knowledge about effective breastfeeding techniques in Cot Pluh Village. The type of research is Quasy Experimental with a one group pretest-posttest approach. The sample in the study was 12 people with a total sampling technique. Data were analyzed using a paired t-test to determine the difference in knowledge scores before and after the intervention. The results of the study showed that audio-visual media was effective in improving maternal knowledge about effective breastfeeding techniques in Cot Pluh Village with a p-value of 0.041.

Keywords: Knowledge, Effective breastfeeding techniques.

PENDAHULUAN

Menyusui merupakan proses yang alamiah, namun hal itu tidak selalu mudah untuk dilakukan sehingga memerlukan pengetahuan dan latihan yang tepat. Fakta menunjukkan sebanyak 40% wanita tidak menyusui bayinya dikarenakan banyak yang mengalami nyeri dan pembengkakan payudara saat menyusui (Rinata et al., 2016).

Teknik menyusui merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi produksi ASI (Wardiyah et al., 2019). Sering kali kegagalan dalam menyusui disebabkan karena kesalahan memposisikan dan melekatkan bayi (Anggarini et al., 2024). Menyusui dengan cara yang salah dapat menyebabkan masalah seperti puting susu lecet dan ASI tidak keluar dengan optimal yang berdampak pada produksi ASI selanjutnya sehingga bayi enggan untuk menyusui. Hal ini mengakibatkan kebutuhan bayi akan ASI tidak tercukupi. Ibu menyusui biasanya tidak berhasil menyusui atau menghentikan lebih awal proses menyusui karena kurang memahami teknik menyusui yang benar.

Puting susu yang lecet dapat mengakibatkan terjadinya mastitis dan abses payudara. Ketidakmampuan seorang ibu dalam melekatkan bayi ke payudara dapat menyebabkan penurunan frekuensi menyusui dan produksi air susu yang menimbulkan gangguan dalam proses menyusui, sehingga pemberian ASI menjadi tidak adekuat. Pemberian ASI yang tidak adekuat dapat menyebabkan kekurangan nutrisi pada bayi sehingga bayi lebih rentan terserang penyakit yang pada akhirnya bias menyebabkan kematian terutama pada bayi baru lahir (Antasari et al., 2020).

Prinsip utama dalam menyusui adalah memastikan bayi dapat melekat dengan baik (Mulyani & Sulistiawan, 2021). Teknik menyusui yang efektif yaitu dengan memberikan ASI secara langsung kepada bayi dimana bayi didekatkan dengan ibu dan posisi ibu juga sesuai saat menyusui. Pengetahuan yang baik akan mendukung pencapaian keberhasilan menyusui. Untuk itu diperlukan langkah-langkah yang harus diperhatikan serta mampu memahami manfaat dari teknik menyusui efektif (Mayasari et al., 2021).

Salah satu faktor yang mempengaruhi dalam keberhasilan menyusui yaitu pengetahuan ibu tentang cara menyusui efektif yang meliputi posisi badan ibu dan bayi, posisi mulut bayi dan puting susu ibu (Kumorojati & Windayani, 2017). Pengetahuan merupakan salah satu faktor predisposisi yang menentukan perilaku kesehatan seseorang. Pengetahuan dapat diperoleh melalui pendidikan formal, penyuluhan dan informasi dari media massa (Martini & Astuti, 2017).

Oleh karena itu, Edukasi kesehatan diperlukan untuk meningkatkan pemahaman ibu, khususnya terkait teknik menyusui yang tepat. Media audio visual merupakan salah satu metode penyuluhan yang dinilai efektif karena mampu menyajikan informasi secara visual dan auditori, sehingga lebih mudah dipahami dan diingat.

Media audio visual merupakan jenis media yang menggabungkan indra penglihatan dan pendengaran dalam satu cara. Berbagai jenis pesan yang dapat disampaikan baik bersifat verbal maupun nonverbal yang menyerupai media audio visual, serta pesan bersifat verbal dan nonverbal. Penelitian yang menggunakan audio visual sebagai media edukasi mulai banyak digunakan karena dianggap efektif dalam menyalurkan pesan kepada penerima informasi, khususnya ibu hamil yang masih konvensional (Anggraeni et al., 2022).

Dari hasil penelitian (Sulistianingsih & Sari, 2018) terdapat hubungan pengetahuan dengan teknik menyusui dimana dapat diketahui bahwa ibu yang menyusui secara tepat memiliki pengetahuan yang lebih terutama tentang teknik menyusui yang benar daripada ibu yang kurang tepat menyusui.

Berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan oleh peneliti di Desa Cot Pluh didapatkan bahwa masih banyak ibu yang belum memahami bagaimana cara menyusui yang baik dan benar sehingga beberapa dari mereka gagal dalam pemberian ASI dan enggan untuk memberikan ASI secara langsung melalui payudara kepada bayi. Kegagalan dalam menyusui dan minimnya pemberian ASI terutama ASI eksklusif merupakan masalah yang perlu mendapatkan perhatian serius. Salah satu faktor kegagalan dalam menyusui adalah kurangnya pengetahuan dan pemahaman ibu tentang teknik menyusui. Berdasarkan hasil survey diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang teknik menyusui yang efektif menggunakan media audiovisual di Desa Cot Pluh.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian *Quasy Eksperimental* dengan *pendekatan one group pretest-posttest*. Sampel terdiri dari 12 orang ibu yang memiliki bayi usia 0–18 bulan menggunakan teknik total sampling. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner pengetahuan tentang teknik menyusui. Intervensi berupa penyuluhan menggunakan media audio visual berdurasi ± 5 menit. Data dianalisis menggunakan uji *paired t-test* untuk mengetahui perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Penelitian dilakukan di Desa Cot Pluh Kabupaten Aceh Barat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Analisis Univariat

Tabel. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristi k	f	%
Pendidikan		
SD	3	25.00%
SMP	2	16.70%
SMA	4	33.30%
Perguruan Tinggi	3	25.00%
Pekerjaan		
IRT	10	83.30%
Petani	0	0.00%
Wiraswasta	2	16.70%
Total	12	100.00%

Sumber: data primer (diolah tahun 2025)

Berdasarkan Tabel 1, menunjukkan bahwa dari 12 responden mayoritas responden berpendidikan SMA yaitu sebanyak 4 responden (33,30%), dan mayoritas memiliki pekerjaan sebagai IRT yaitu sebanyak 10 responden (83,30%).

Tabel. 2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Tentang Teknik Menyusui Efektif Sebelum diberikan Media Audio Visual

Pengetahuan	f	%
Baik	7	58.3 0%
Cukup	5	41.7 0%
Kurang	0	0.00 %

Total	12	100.00%
--------------	-----------	----------------

Sumber: data primer (diolah tahun 2025)

Berdasarkan Tabel 2, menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang teknik menyusui efektif sebelum diberikan media audio visual, didapatkan dari total 12 responden, sebanyak 7 ibu (58,30%) memiliki pengetahuan baik mengenai teknik menyusui efektif, dan 5 ibu (41,70%) memiliki pengetahuan cukup.

Tabel. 3 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Tentang Teknik Menyusui Efektif sesudah diberikan Media Audio Visual

Pengetahuan	<i>f</i>	%
Baik	12	100.00%
Cukup	0	0.00%
Kurang	0	0.00%
Total	12	100.00%

Sumber: data primer (diolah tahun 2025)

Berdasarkan Tabel 3, menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang teknik menyusui efektif sesudah diberikan media audio visual, didapatkan dari total 12 responden, menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan. keseluruhan ibu kini memiliki pengetahuan yang baik mengenai teknik menyusui efektif. Hal ini mengindikasikan bahwa intervensi menggunakan media audio visual sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu tentang teknik menyusui yang baik dan benar.

b. Analisis Bivariat

Tabel. 4 Efektifitas Media Audio Visual Dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu Tentang Teknik Menyusui Efektif di Desa Cot Pluh

Kategori	Mean	Std.Deviation	<i>P-Value</i>
Pre-test	12.33	2.74	0.04
Post-test	14.00	0.00	1

Sumber: data primer (diolah tahun 2025)

Berdasarkan Tabel 4, menunjukkan bahwa terdapat pengaruh media audio visual dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang teknik menyusui efektif di Desa Cot Pluh dengan *p-value* 0.041. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Supliyani & Djamilus, 2021) menyatakan bahwa keterampilan ibu menyusui mengalami peningkatan skor rata-rata sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan media video tutorial penatalaksanaan ASI Eksklusif (cara menyusui yang benar, cara memerah dan menyimpan ASI).

Untuk mencapai keberhasilan menyusui diperlukan pengetahuan mengenai penatalaksanaan pemberian ASI yang baik dan benar, seperti bagaimana cara menyusui yang benar, cara memerah ASI dan cara penyimpanan ASI yang benar. Menurut (Andriani & Fiska, 2017) pengetahuan ibu tentang tehnik menyusui berpengaruh terhadap kemampuan ibu untuk menyusui dengan tehnik yang benar.

Pengetahuan dapat ditingkatkan melalui pendidikan kesehatan dengan menggunakan media pembelajaran. Media pembelajaran merupakan salah satu komponen yang mempengaruhi keberhasilan pendidikan kesehatan yang membantu penyerapan informasi secara cepat. Salah satu media pembelajaran yang efektif dalam proses pendidikan kesehatan adalah media audio visual atau video (Berkhout et al., 2018). Penggunaan media video dianggap lebih mampu untuk

mencapai tujuan pembelajaran karena mampu menstimulasi indera penglihatan dan pendengaran serta lebih menarik perhatian (Wardiyah et al., 2019).

Media edukasi dengan video lebih direkomendasikan dalam memberikan edukasi karena penyerapan informasi lebih efektif dengan menggunakan indra penglihatan dan pendengaran yang berupa video dibandingkan hanya menggunakan indra penglihatan saja (Sartika & Purnanti, 2021). Penelitian (Suryani et al., 2022) menyatakan bahwa media audiovisual atau video lebih unggul daripada buklet dalam hal meningkatkan pengetahuan.

Penelitian yang dilakukan oleh (Batjo et al., 2021) didapatkan kesimpulan bahwa terdapat pengaruh promosi kesehatan dengan media video terhadap pengetahuan ibu hamil tentang teknik menyusui di Praktik Mandiri Bidan Amanah Kota Palu. Penelitian yang dilakukan oleh (Masruroh & Mukhoirotn, 2022) pendidikan kesehatan media audio visual dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan psikomotor ibu secara efektif tentang tehnik menyusui dan dapat dijadikan media alternatif untuk memberikan pendidikan kesehatan. video edukasi tentang teknik menyusui meningkatkan tingkat pengetahuan ibu hamil trimester ketiga (Septyani et al., 2025). Pengetahuan dianggap dapat mempengaruhi perilaku dan mendorong individu untuk termotivasi sehingga mampu berkontribusi dalam membangun kesehatan menjadi lebih baik.

Menurut asumsi peneliti, memanfaatkan media pendidikan kesehatan berupa audio visual dapat meningkatkan pemahaman dan sikap ibu hamil karena cara penyajian dari media audio visual sangat mudah dipahami, informasi yang disampaikan lebih jelas dan lebih cepat dimengerti.

KESIMPULAN

Media audio visual efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang teknik menyusui efektif di Desa Cot Pluh.

SARAN

Disarankan agar tenaga kesehatan memanfaatkan media pembelajaran dalam memberikan pendidikan kesehatan ibu dan anak salah satunya menggunakan media audio visual dalam. Penggunaan media ini dapat dilakukan secara langsung dalam kelas ibu hamil, penyuluhan di posyandu, maupun melalui media digital seperti aplikasi kesehatan atau platform media sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, D., & Fiska, V. (2017). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Nifas Tentang Teknik Menyusui Yang Benar di BPM “R” Kota Bukit Tinggi Tahun 2017. *'Afiyah*, IV(2), 6–12. <http://ejournal.stikesyarsi.ac.id/index.php/JAV1N1/article/viewFile/103/197>
- Anggarini, I. A., Andriani, R., & Gustirini, R. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Audio Visual Terhadap Perilaku Ibu Postpartum Dalam Manajemen Laktasi. *Jurnal Masker Medika*, 12(1), 65–70. <https://doi.org/10.52523/maskermedika.v12i1.593>
- Anggraeni, Hardjito, Koekoeh, & Setyarini, Arika I. (2022). Dampak Promosi Kesehatan Menggunakan Media Audio Visual terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang Inisiasi Menyusu Dini dan Asi Eksklusif: Studi Literatur. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(1), 137–148.
- Antasari, B., Anggraeni, & Santi. (2020). The Level Of Mother's Knowledge About Breastfeeding Techniques And The Effectiveness Of The Breastfeeding Process. *Jurnal Fenomena Kesehatan*, 3(2), 400–411. <https://stikeskjp-palopo-e-journal.id/JFK/article/view/110>
- Batjo, S. H., Longulo, O. J., Hehi, K., & Rafika, R. (2021). Teknik Menyusui Melalui Vidio meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 16(1), 104. <https://doi.org/10.32382/medkes.v16i1.2074>
- Berkhout, C., Zgorska-Meynard-Moussa, S., Willefert-Bouche, A., Favre, J., Peremans, L., &

- Royen, P. Van. (2018). Audiovisual aids in primary healthcare settings' waiting rooms. A systematic review. *European Journal Of General Practice*, 24(202–210).
- Kumorojati, R., & Windayani. (2017). Gambaran pengetahuan ibu menyusui tentang Teknik menyusui yang benar di Puskesmas Pakualaman Yogyakarta. *Media Ilmu Kesehatan*, 6(1).
- Martini, N. K., & Astuti, N. P. (2017). Faktor-Faktor Pendorong Ibu Dalam Memberikan ASI Eksklusif Di UPT Puskesmas II Denpasar Barat. *Jurnal Kesehatan Terpadu*, 1(1), 12–18. <https://doi.org/10.36002/jkt.v1i1.157>
- Masruroh, S., & Mukhoiratin. (2022). Pendidikan Kesehatan Media Audio Visual Untuk Meningkatkan Pengetahuan, Sikap dan Psikomotor Ibu Tentang Tehnik Menyusui. *Midwiferia Jurnal Kebidanan*, 8(1), 9–21. <https://midwiferia.umsida.ac.id/index.php/midwiferia/article/view/1357/1862>
- Mayasari, W., Astutui, A. D., & Rukhuwa, S. (2021). Penyuluhan Tentang Teknik Menyusui Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Pengabmas Masyarakat Sehat (JPMS)*, 2(4), 216–219. <https://doi.org/10.33992/ms.v2i4.1366>
- Mulyani, S., & Sulistiawan, A. (2021). Pendidikan Kesehatan ASI Eksklusif dan Teknik Menyusui Yang Benar. *Jurnal Karya Abdi*, 5, 515–517.
- Rinata, E., Rusdyati, T., & Sari, P. A. (2016). Teknik Menyusui Posisi, Perlekatan Dan Keefektifan Menghisap - Studi Pada Ibu Menyusui Di RSUD Sidoarjo. *RAKERNAS AIPKEMA, February*, 128–139.
- Sartika, Q. L., & Purnanti, K. D. (2021). Perbedaan Media Edukasi (Booklet Dan Video) Terhadap Keterampilan Kader Dalam Deteksi Dini Stunting. *Jurnal Sains Kebidanan*, 3(1), 36–42. <https://doi.org/10.31983/jsk.v3i1.6907>
- Septyani, M., Ekawati, H., Gumelar, W. R., & Febrian, D. (2025). Pengaruh Video edukasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang teknik Menyusui Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Keperawatan*, 17(2), 301–310.
- Sulistianingsih, A., & Sari, Y. S. (2018). Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Teknik Menyusui Pada Ibu Nifas. *Gaster*, 16(2), 117–126. <https://doi.org/10.30787/gaster.v16i2.300>
- Supliyani, E., & 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/juriskesbdg.v13i1.1877>
- Suryani, S., Nurti, T., Heryani, N., & Rihadatul 'Aisy, R. (2022). Efektivitas Media Audiovisual dan Booklet Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Dalam Pencegahan Kekurangan Energi Kronis. *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*, 2(1), 48–54. <https://doi.org/10.56742/nchat.v2i1.36>
- Wardiyah, A., Pusptasari, R., & Susmarini, N. (2019). Peningkatan Kemampuan Menyusui Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumo II. *Manuju: Malahayati Nursing Journal*, 1(2), 125–139. <https://core.ac.uk/download/pdf/11715904.pdf>