



**PERBEDAAN PENGETAHUAN PERAWATAN PAYUDARAPADA IBU NIFAS
SEBELUM DAN SESUDAH DIBERIKAN VIDEO EDUKASI *BREASTMOM*
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUKORAME KOTA KEDIRI**

**Alvita Ardiyanti Puspita¹, Indah Rahmaningtyas², Lumastari Ajeng Wijayanti^{3*}, Sumy
Dwi Antono⁴**

Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri, Politeknik Kesehatan Kemenkes
Malang^{1,2,3,4}

e-mail: ajengg1612@gmail.com

Diterima: 10/07/2026; Direvisi: 24/07/2026; Diterbitkan: 31/07/2026

ABSTRAK

Perawatan payudara merupakan aspek penting pada masa nifas untuk mendukung kelancaran menyusui dan mencegah komplikasi seperti bendungan ASI, puting lecet, serta mastitis. Namun, masih ditemukan ibu nifas yang memiliki keterbatasan pengetahuan mengenai perawatan payudara yang tepat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh video edukasi *Breastmom* terhadap pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara di wilayah kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan pre-eksperimental menggunakan *one group pretest-posttest design*. Populasi penelitian berjumlah 40 ibu nifas, dengan sampel sebanyak 36 responden yang dipilih menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan yang terdiri atas 20 pertanyaan, yang diberikan sebelum dan sesudah intervensi berupa video edukasi *Breastmom* selama 7 hari. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup (58,3%), sedangkan setelah intervensi hampir seluruh responden memiliki tingkat pengetahuan kategori baik (94,4%). Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai $Z = -5,197$ dengan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah pemberian video edukasi *Breastmom*. Dengan demikian, video edukasi *Breastmom* efektif digunakan sebagai media edukasi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan ibu nifas mengenai perawatan payudara.

Kata Kunci: Video Edukasi, *Breastmom*, Pengetahuan, Ibu Nifas, Perawatan Payudara.

ABSTRACT

Breast care is an essential aspect of the postpartum period to support successful breastfeeding and prevent complications such as breast engorgement, sore nipples, and mastitis. However, many postpartum mothers still have limited knowledge regarding proper breast care. This study aimed to determine the effect of the *Breastmom* educational video on postpartum mothers' knowledge of breast care in the working area of Sukorame Public Health Center, Kediri City. This study employed a quantitative approach using a pre-experimental one-group pretest-posttest design. The study population consisted of 40 postpartum mothers, with a sample of 36 respondents selected using proportionate stratified random sampling. Data were collected using a 20-item knowledge questionnaire administered before and after a 7-day intervention using the *Breastmom* educational video. The data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. The results showed that before the intervention, most respondents had a moderate level of

knowledge (58.3%), whereas after the intervention, nearly all respondents demonstrated a good level of knowledge (94.4%). The Wilcoxon test yielded a Z value of -5.197 with a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a statistically significant improvement in knowledge following the educational video intervention. Therefore, the Breastmom educational video is an effective health education medium for improving postpartum mothers' knowledge of breast care.

Keywords: *Breastmom, Breast Care, Educational Video, Knowledge, Postpartum Mothers.*

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan alami terbaik bagi bayi karena memiliki kandungan gizi yang lengkap dan sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan serta perkembangan bayi sejak awal kehidupan. Selain berperan sebagai sumber energi dan membantu pembentukan sel tubuh, ASI juga mengandung antibodi yang berfungsi melindungi bayi dari berbagai risiko infeksi dan penyakit (Naharani & Wahyuningsih, 2023). Keberhasilan pemberian ASI sangat dipengaruhi oleh kondisi ibu selama masa menyusui, termasuk kemampuan ibu dalam melakukan perawatan payudara secara tepat untuk menjaga kelancaran pengeluaran ASI. Perawatan payudara yang dilakukan secara benar dapat membantu mencegah berbagai masalah menyusui, seperti bendungan ASI, puting lecet, dan sumbatan saluran ASI yang berpotensi menghambat proses pemberian ASI. Oleh karena itu, pengetahuan dan keterampilan ibu mengenai perawatan payudara menjadi salah satu faktor penting dalam mendukung keberhasilan pemberian ASI secara optimal, terutama pada masa nifas.

Cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia menunjukkan peningkatan, yaitu mencapai 66,4% pada tahun 2024 (UNICEF, 2025). Meskipun demikian, angka tersebut masih belum memenuhi target nasional sebesar 80% yang ditetapkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Di Kota Kediri, cakupan ASI eksklusif tahun 2024 mencapai 74,60%, yang menunjukkan bahwa upaya peningkatan keberhasilan menyusui masih perlu dilakukan. Salah satu faktor yang dapat menghambat keberhasilan ASI eksklusif adalah munculnya berbagai permasalahan selama proses menyusui, terutama yang berkaitan dengan kurang optimalnya perawatan payudara.

Permasalahan menyusui yang sering dialami ibu antara lain puting susu lecet, bendungan ASI, pembengkakan payudara, hingga mastitis apabila tidak mendapatkan penanganan yang tepat (Kamelia & Sukei, 2025). Secara global, UNICEF melaporkan bahwa lebih dari 17 juta ibu mengalami masalah menyusui, dengan 56,4% mengalami puting lecet dan 7,5% mengalami mastitis (Amaliah et al., 2023). Di Indonesia, survei kesehatan nasional mencatat sekitar 55% ibu menyusui mengalami mastitis atau puting lecet yang berkaitan dengan kurang optimalnya perawatan payudara (Octavianti & Moedjiherwati, 2024). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan ibu mengenai perawatan payudara menjadi salah satu aspek penting dalam mendukung keberhasilan menyusui.

Masa nifas merupakan periode pemulihan setelah proses persalinan, ketika tubuh ibu mengalami berbagai perubahan untuk kembali beradaptasi secara fisiologis (Titisari et al., 2021). Pada periode ini, ibu membutuhkan pengetahuan yang memadai mengenai perawatan diri, termasuk perawatan payudara. Kurangnya pemahaman mengenai teknik perawatan payudara yang benar dapat menyebabkan ibu mengalami kesulitan dalam proses menyusui. Sebaliknya, perawatan payudara yang dilakukan secara rutin dapat membantu mencegah bendungan ASI, menjaga kebersihan puting, serta mendukung kelancaran produksi ASI (Aminah et al., 2024). Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan ibu,

semakin besar kemungkinan ibu menerapkan praktik perawatan payudara secara tepat (Imiliana et al., 2024).

Upaya peningkatan pengetahuan ibu nifas dapat dilakukan melalui pemberian edukasi kesehatan dengan media yang menarik, mudah dipahami, dan sesuai dengan karakteristik pengguna. Salah satu media yang dapat digunakan adalah video edukasi karena mampu menyampaikan informasi melalui kombinasi unsur visual dan audio secara bersamaan. Penyajian informasi melalui gambar, animasi, dan suara dapat membantu ibu memahami langkah-langkah perawatan payudara secara lebih jelas dibandingkan media cetak yang hanya mengandalkan teks atau gambar statis (Masini et al., 2024). Selain itu, video edukasi dapat mengintegrasikan informasi verbal dan visual sehingga mempermudah pemahaman terhadap materi kesehatan yang bersifat prosedural dan kompleks (Yuliani et al., 2022). Efektivitas penggunaan video sebagai media edukasi kesehatan juga didukung oleh penelitian Metin dan Baltacı (2024) yang menunjukkan bahwa edukasi menyusui berbasis video mampu meningkatkan efikasi diri ibu dalam proses menyusui. Selain itu, Jagadeesh et al. (2025) menemukan bahwa edukasi menyusui berbasis video berpengaruh terhadap peningkatan kompetensi perawatan diri pada ibu postnatal. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa media video tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyampaian informasi, tetapi juga mampu meningkatkan kesiapan dan kemampuan ibu dalam menerapkan praktik perawatan kesehatan secara mandiri. Meskipun berbagai penelitian telah membuktikan efektivitas video sebagai media edukasi kesehatan, sebagian besar video yang digunakan masih bersifat umum dan belum dirancang secara spesifik sesuai kebutuhan ibu nifas dalam melakukan perawatan payudara secara mandiri. Oleh karena itu, diperlukan media edukasi yang tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga memberikan panduan yang sistematis, mudah dipahami, dan dapat diakses kembali oleh ibu kapan saja selama masa nifas.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri, dari 5 ibu nifas yang diwawancarai terdapat 3 ibu yang masih belum memahami cara melakukan perawatan payudara dengan benar meskipun sebelumnya telah memperoleh penjelasan dari tenaga kesehatan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan masih perlu dikembangkan melalui media yang lebih efektif dan mudah diakses oleh ibu nifas. Oleh karena itu, dikembangkan video edukasi *Breastmom* sebagai media audiovisual yang menyajikan informasi mengenai perawatan payudara secara sistematis, praktis, dan mudah dipahami. Berbeda dengan media edukasi yang digunakan pada penelitian-penelitian sebelumnya, video edukasi *Breastmom* dikembangkan secara khusus dengan memusatkan materi pada tahapan perawatan payudara selama masa nifas, disertai demonstrasi langkah demi langkah, visualisasi yang komunikatif, serta penyajian materi yang dapat dipelajari secara berulang sesuai kebutuhan ibu. Karakteristik tersebut diharapkan mampu meningkatkan pemahaman dan retensi informasi dibandingkan penyampaian edukasi secara konvensional. Dengan demikian, kebaruan penelitian ini terletak pada pengembangan dan pengujian efektivitas video edukasi *Breastmom* sebagai media edukasi yang dirancang secara spesifik untuk meningkatkan pengetahuan ibu nifas mengenai perawatan payudara. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh video edukasi *Breastmom* terhadap pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara di wilayah kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain pre-eksperimental menggunakan rancangan *one group pretest-posttest design*. Desain ini digunakan untuk

mengetahui perubahan tingkat pengetahuan ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa video edukasi *Breastmom*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri yang mencakup Kelurahan Sukorame, Bujel, Pojok, Bandar Lor, dan Mojoroto dengan jumlah 40 orang. Besar sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh 36 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Proportionate Stratified Random Sampling*, yaitu pengambilan sampel secara proporsional berdasarkan jumlah ibu nifas pada masing-masing kelurahan agar setiap wilayah memiliki keterwakilan yang seimbang. Kriteria inklusi penelitian meliputi ibu nifas hari ke-3 sampai ke-42, berdomisili di wilayah kerja Puskesmas Sukorame, mampu membaca dan memahami bahasa Indonesia, serta bersedia menjadi responden, sedangkan kriteria eksklusi meliputi ibu dengan gangguan pendengaran atau penglihatan dan responden yang mengundurkan diri selama penelitian berlangsung (Sofiyana et al., 2022).

Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner pengetahuan yang disusun berdasarkan indikator penelitian dan digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan responden sesuai dengan tujuan penelitian. Kuesioner disajikan dalam bentuk pertanyaan terstruktur yang diisi secara mandiri oleh responden sebagai sumber data utama dalam penelitian. Kuesioner tersebut terdiri dari 20 pertanyaan dengan pilihan jawaban benar dan salah yang mencakup aspek pengertian, tujuan, dampak apabila perawatan payudara tidak dilakukan, serta langkah-langkah perawatan payudara. Tingkat pengetahuan dikategorikan menjadi tiga kelompok, yaitu kategori baik dengan skor 80–100%, kategori cukup dengan skor 60–79%, dan kategori kurang dengan skor di bawah 60%. Proses pengumpulan data dilakukan secara *door to door* ke rumah responden, diawali dengan pemberian kuesioner *pretest* untuk mengukur pengetahuan awal. Selanjutnya, responden diberikan video edukasi *Breastmom* yang berisi materi perawatan payudara untuk ditonton selama 7 hari, kemudian dilakukan pengukuran kembali menggunakan kuesioner *posttest* setelah intervensi selesai.

Data penelitian dianalisis melalui analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi frekuensi tingkat pengetahuan ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan video edukasi *Breastmom*. Analisis bivariat dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian intervensi karena data penelitian dianalisis berdasarkan hasil pengukuran berpasangan. Penelitian ini telah menerapkan prinsip etika penelitian, meliputi pemberian *informed consent*, menjaga kerahasiaan identitas responden, serta memperoleh persetujuan etik (*ethical clearance*) sebelum penelitian dilaksanakan. Seluruh responden juga telah memberikan persetujuan tertulis sebagai bentuk kesediaan mengikuti rangkaian penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini menggambarkan gambaran umum ibu nifas yang menjadi subjek penelitian berdasarkan beberapa aspek demografi yang relevan. Data karakteristik responden digunakan untuk mengetahui distribusi responden sebelum dilakukan analisis terhadap perubahan tingkat pengetahuan setelah diberikan intervensi video edukasi *Breastmom*. Karakteristik yang dianalisis meliputi usia, tingkat pendidikan, pekerjaan, dan paritas responden. Gambaran karakteristik ini penting karena faktor individu dapat memengaruhi tingkat penerimaan informasi dan pemahaman ibu mengenai perawatan payudara

selama masa nifas. Distribusi frekuensi karakteristik responden dalam penelitian ini disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	n	%
Usia	< 20 tahun	1	2,8
	20-35 tahun	32	88,9
	> 35 tahun	3	8,3
Pendidikan	SMP	4	11,1
	SMA	22	61,1
	Perguruan Tinggi	10	27,8
Pekerjaan	IRT	27	75,0
	Wiraswasta	2	5,6
	Swasta	5	13,9
	PNS	1	2,8
	Guru Honorer	1	2,8
Paritas	Primipara	26	72,2
	Multipara	10	27,8
	Total	36	100

Berdasarkan Tabel 1, dari 36 responden yang terlibat dalam penelitian ini, diketahui bahwa sebagian besar ibu nifas berada pada rentang usia 20–35 tahun, yaitu sebanyak 32 orang (88,9%). Hal ini menunjukkan bahwa hampir seluruh responden berada pada kelompok usia reproduksi sehat yang secara umum memiliki kesiapan dalam menerima dan memahami informasi terkait perawatan payudara. Dilihat dari pendidikan terakhirnya, terbanyak pendidikan terakhirnya adalah SMA sebanyak 22 orang (61,1%) dan Perguruan Tinggi sebanyak 10 orang (27,8%), sehingga secara umum latar belakang pendidikan responden sudah cukup baik untuk memahami materi perawatan payudara yang disampaikan melalui video edukasi. Dari sisi pekerjaan, 27 orang (75,0%) berstatus sebagai ibu rumah tangga, yang kemungkinan besar membuat jarang menerima informasi kesehatan dari luar rumah, sehingga kehadiran media edukasi seperti video ini menjadi berarti bagi mereka. Sedangkan dari karakteristik paritas, sebanyak 26 orang (72,2%) adalah primipara atau ibu yang baru pertama kali melahirkan, yang tentunya belum punya banyak pengalaman dalam hal menyusui dan merawat payudara, sehingga edukasi seperti ini sangat dibutuhkan agar mereka bisa lebih siap dan percaya diri menjalani masa nifas.

Pengetahuan Ibu Nifas Sebelum dan Sesudah Diberikan Video Edukasi *Breastmom*

Pengetahuan ibu nifas mengenai perawatan payudara diukur sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa video edukasi *Breastmom*. Pengukuran ini bertujuan untuk mengetahui perubahan tingkat pemahaman responden setelah memperoleh informasi melalui media audiovisual. Hasil pengukuran pengetahuan dikategorikan menjadi tiga tingkat, yaitu

Copyright (c) 2026 HEALTHY : Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan

baik, cukup, dan kurang berdasarkan skor jawaban kuesioner yang telah ditentukan. Perbandingan distribusi tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah pemberian video edukasi *Breastmom* digunakan untuk melihat gambaran awal serta perubahan pengetahuan setelah intervensi dilakukan. Selain distribusi kategori pengetahuan, penelitian ini juga membandingkan skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi untuk menggambarkan besarnya perubahan yang terjadi. Distribusi tingkat pengetahuan ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan video edukasi *Breastmom* disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Pengetahuan Ibu Nifas Sebelum dan Sesudah Diberikan Video Edukasi *Breastmom*

No.	Pengetahuan Ibu Tentang Perawatan Payudara	Intervensi Tentang Pengetahuan Ibu			
		Sebelum (<i>pretest</i>)		Sesudah (<i>posttest</i>)	
		f	%	f	%
1	Baik	9	25,0	34	94,4
2	Cukup	21	58,3	2	5,6
3	Kurang	6	16,7	-	-
	Jumlah	36	100	36	100

Tabel 2 menunjukkan distribusi tingkat pengetahuan ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan video edukasi *Breastmom*. Sebelum intervensi diberikan, sebagian besar responden (58,3%) berada pada kategori pengetahuan cukup, sedangkan masih terdapat 16,7% responden yang memiliki pengetahuan dalam kategori kurang. Setelah diberikan video edukasi *Breastmom*, terjadi peningkatan tingkat pengetahuan yang terlihat dari perubahan distribusi kategori responden, yaitu sebanyak 94,4% responden berada pada kategori pengetahuan baik dan tidak terdapat lagi responden dengan kategori pengetahuan kurang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemberian video edukasi *Breastmom* memberikan perubahan positif terhadap pemahaman ibu nifas mengenai perawatan payudara. Peningkatan pengetahuan ini menggambarkan bahwa media audiovisual dapat membantu responden menerima dan memahami informasi kesehatan dengan lebih mudah.

Perbedaan Pengetahuan Ibu Nifas Sebelum dan Sesudah Diberikan Video Edukasi *Breastmom*

Analisis perbedaan tingkat pengetahuan dilakukan untuk mengetahui efektivitas pemberian video edukasi *Breastmom* terhadap peningkatan pengetahuan ibu nifas mengenai perawatan payudara. Uji statistik dilakukan dengan membandingkan hasil pengukuran pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Karena data penelitian berupa pengukuran berpasangan, maka analisis dilakukan menggunakan uji Wilcoxon *Signed Rank Test*. Hasil uji ini digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perubahan pengetahuan yang bermakna setelah responden memperoleh edukasi melalui video *Breastmom*. Hasil analisis uji Wilcoxon *Signed Rank Test* disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Uji Wilcoxon Signed Rank Test

Keterangan	n	Mean Rank	Sum of Rank
Negative Ranks	0	0,00	0,00

Keterangan	n	Mean Rank	Sum of Rank
Positive Ranks	35	18,00	630,00
Ties	1	-	-
Total	36		
Z	- 5,197		
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,000		

Berdasarkan Tabel 3, hasil uji Wilcoxon *Signed Rank Test* menunjukkan adanya perubahan tingkat pengetahuan ibu nifas setelah diberikan video edukasi *Breastmom*. Dari 36 responden, sebanyak 35 responden mengalami peningkatan skor pengetahuan (*positive ranks*), 1 responden memiliki skor pengetahuan yang tetap (*ties*), dan tidak terdapat responden yang mengalami penurunan skor pengetahuan (*negative ranks*). Hasil analisis statistik menunjukkan nilai $Z = -5,197$ dengan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan video edukasi *Breastmom*. Temuan ini menunjukkan bahwa pemberian media edukasi audiovisual *Breastmom* efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu nifas mengenai perawatan payudara di wilayah kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri. Peningkatan skor pengetahuan setelah intervensi memperlihatkan bahwa video edukasi dapat menjadi salah satu alternatif media kesehatan yang mendukung proses penyampaian informasi kepada ibu nifas.

Pembahasan

Pengetahuan Ibu Nifas Sebelum Diberikan Video Edukasi *Breastmom*

Sebelum diberikan video edukasi, sebagian besar ibu nifas berada pada kategori pengetahuan cukup. Hasil ini menunjukkan bahwa ibu-ibu tersebut sudah memiliki sedikit gambaran tentang perawatan payudara, tetapi pemahamannya belum menyeluruh. Sebagian ibu mungkin hanya tahu bahwa perawatan payudara penting untuk kebersihan, tanpa memahami manfaat lain seperti memperlancar produksi ASI atau mencegah puting lecet dan bendungan ASI (Yupita & Sardaniah, 2023). Hal ini sejalan dengan Anggriani et al. (2023) yang menjelaskan bahwa perawatan payudara pada ibu nifas membutuhkan pemahaman yang baik agar ibu mampu melakukan tindakan secara tepat untuk mendukung kelancaran menyusui dan mencegah berbagai masalah selama masa laktasi. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang dimiliki responden masih bersifat dasar sehingga diperlukan edukasi yang lebih komprehensif untuk meningkatkan pemahaman mereka mengenai pentingnya perawatan payudara selama masa nifas.

Pengetahuan yang belum optimal ini erat kaitannya dengan seberapa banyak informasi yang pernah diterima ibu. Semakin banyak informasi yang didapat, semakin baik pula pemahaman yang dimiliki, sementara kurangnya informasi membuat ibu tidak sepenuhnya paham pentingnya suatu tindakan kesehatan (Azmi et al., 2023). Hasil ini sejalan dengan penelitian Naharani dan Wahyuningsih (2023) yang menemukan bahwa banyak ibu nifas belum memahami secara menyeluruh cara dan manfaat perawatan payudara sebelum mendapat edukasi, serta penelitian Octavianti dan Moedjiherwati (2024) yang menunjukkan bahwa pengetahuan ibu nifas mengenai perawatan payudara masih dipengaruhi oleh sejauh mana ibu terpapar informasi dan mendapat dukungan dari tenaga kesehatan. Penelitian Hayatiningrum et al. (2023) juga menunjukkan bahwa pemberian edukasi kesehatan melalui media video dan

leaflet mampu meningkatkan tingkat pengetahuan serta keterampilan ibu dalam melakukan teknik menyusui, sehingga menunjukkan pentingnya pemberian informasi kesehatan yang terstruktur bagi ibu menyusui. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa pemberian edukasi kesehatan yang tepat menjadi salah satu upaya penting untuk meningkatkan pengetahuan ibu sehingga mampu menerapkan perawatan payudara secara benar dalam kehidupan sehari-hari. Selain paparan informasi, karakteristik responden juga diduga berkontribusi terhadap tingkat pengetahuan awal. Pada penelitian ini, sebagian besar responden memiliki pendidikan terakhir SMA hingga perguruan tinggi, sehingga secara umum telah memiliki kemampuan yang cukup baik dalam menerima dan memahami informasi kesehatan. Namun, mayoritas responden merupakan primipara, sehingga pengalaman menyusui dan melakukan perawatan payudara masih terbatas. Kondisi tersebut dapat menjelaskan mengapa sebagian besar responden hanya memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup sebelum diberikan intervensi edukasi.

Pengetahuan Ibu Nifas Sesudah Diberikan Video Edukasi *Breastmom*

Setelah menonton video edukasi *Breastmom*, hampir seluruh responden mengalami peningkatan pengetahuan menjadi kategori baik. Hal ini terjadi karena video menampilkan langkah-langkah perawatan payudara secara langsung, bukan hanya dijelaskan secara lisan, sehingga ibu bisa melihat sendiri urutan caranya dan lebih mudah mengingatnya. Penyajian materi secara visual dan sistematis membantu responden memahami setiap tahapan perawatan payudara dengan lebih jelas dibandingkan hanya melalui penjelasan verbal. Selain itu, responden dapat mengulang kembali materi yang disampaikan dalam video apabila masih terdapat informasi yang belum dipahami secara optimal.

Video merupakan media edukasi yang menyampaikan materi melalui penglihatan dan pendengaran sekaligus, sehingga suasana belajar menjadi lebih hidup dan informasi lebih mudah diserap dibandingkan hanya mendengarkan penjelasan (Wirasih et al., 2024). Efektivitas media video dalam meningkatkan pemahaman ibu juga diperkuat oleh penelitian Wati dan Indriani (2023) yang menunjukkan bahwa penggunaan video edukasi berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ibu nifas mengenai teknik menyusui yang benar. Selain itu, Hayatiningrum et al. (2023) membuktikan bahwa media video mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu karena penyampaian informasi melalui unsur visual dan audio membantu proses pemahaman materi kesehatan. Hasil ini sejalan dengan penelitian Syam et al. (2026) yang menyimpulkan bahwa video edukasi berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu nifas tentang perawatan payudara, penelitian Yuliani et al. (2022) yang menunjukkan bahwa edukasi menggunakan video meningkatkan pemahaman ibu karena penyerapan informasi sangat dipengaruhi oleh ketepatan pemilihan media, serta penelitian Masini et al. (2024) yang membuktikan bahwa video lebih unggul dibandingkan leaflet dalam meningkatkan pengetahuan ibu nifas. Dengan demikian, penggunaan media audiovisual seperti video *Breastmom* dapat menjadi alternatif yang efektif dalam penyampaian pendidikan kesehatan kepada ibu nifas karena mampu meningkatkan perhatian, pemahaman, dan daya ingat terhadap materi yang diberikan. Peningkatan pengetahuan setelah intervensi juga diduga dipengaruhi oleh karakteristik responden. Sebagian besar responden berada pada usia reproduksi sehat (20–35 tahun) yang umumnya memiliki kemampuan kognitif yang baik dalam menerima informasi baru. Selain itu, mayoritas responden berstatus sebagai ibu rumah tangga sehingga memiliki kesempatan lebih besar untuk menyimak video edukasi secara utuh dan mengulang materi apabila diperlukan. Kombinasi antara karakteristik responden dan

penggunaan media audiovisual yang interaktif diduga memberikan kontribusi terhadap tingginya peningkatan pengetahuan setelah intervensi.

Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Diberikan Video Edukasi *Breastmom*

Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan p-value sebesar 0,000, yang berarti terdapat perbedaan pengetahuan yang bermakna antara sebelum dan sesudah pemberian video edukasi *Breastmom*. Dari 36 responden, 35 orang mengalami peningkatan skor dan tidak ada satu pun yang nilainya turun, yang menunjukkan bahwa hampir seluruh ibu benar-benar terbantu memahami materi setelah menonton video ini. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa intervensi yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman responden secara konsisten pada hampir seluruh peserta penelitian. Temuan ini juga menunjukkan bahwa media video dapat menjadi sarana edukasi yang efektif dalam meningkatkan kualitas pengetahuan ibu nifas mengenai perawatan payudara.

Materi dalam video mencakup pengertian, tujuan, manfaat, dampak apabila tidak dilakukan, hingga langkah-langkah perawatan payudara, yang dikemas dalam bentuk audio visual berupa gambar, suara, teks, dan demonstrasi langsung. Media semacam ini dinilai lebih efektif dalam menyampaikan pesan kesehatan dibandingkan cara konvensional (Wirasih et al., 2024). Hal tersebut didukung oleh penelitian Wati dan Indriani (2023) yang menyatakan bahwa penggunaan video edukasi mampu meningkatkan pengetahuan ibu nifas karena materi dapat disajikan secara menarik, mudah dipahami, dan dapat dipelajari kembali sesuai kebutuhan. Selain itu, Jagadeesh et al. (2025) dan Metin dan Baltacı (2024) juga menunjukkan bahwa edukasi berbasis video memberikan dampak positif terhadap peningkatan kemampuan dan kesiapan ibu dalam proses menyusui. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Mastina dan Nadya (2025) yang mengevaluasi intervensi edukasi perawatan payudara pada ibu nifas menggunakan rancangan yang sama dan menemukan adanya peningkatan pengetahuan yang bermakna, serta penelitian Imiliana et al. (2024) yang membuktikan bahwa edukasi berbasis video juga efektif meningkatkan pengetahuan pada periode reproduksi lainnya, seperti pada ibu hamil trimester III. Kesesuaian hasil penelitian ini dengan berbagai penelitian terdahulu semakin memperkuat bahwa media edukasi berbasis video merupakan metode pembelajaran kesehatan yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan pada kelompok sasaran.

Meskipun demikian, peningkatan pengetahuan yang diperoleh tidak hanya dipengaruhi oleh intervensi video edukasi, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh karakteristik individu responden. Tingkat pendidikan yang relatif baik memungkinkan responden lebih mudah memahami isi materi, sedangkan dominasi ibu primipara menyebabkan materi yang diberikan menjadi informasi baru yang relevan sehingga lebih mudah meningkatkan pengetahuan. Selain itu, pengalaman menyusui sebelumnya pada ibu multipara juga dapat menjadi faktor pendukung dalam memahami materi karena telah memiliki pengalaman praktis terkait proses menyusui dan perawatan payudara. Dengan demikian, efektivitas video edukasi *Breastmom* dalam penelitian ini kemungkinan merupakan hasil interaksi antara kualitas media edukasi dengan karakteristik responden yang menjadi sasaran intervensi. Oleh karena itu, video edukasi *Breastmom* berpotensi untuk diimplementasikan sebagai media edukasi rutin dalam pelayanan kesehatan ibu nifas di fasilitas pelayanan kesehatan primer.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan ibu nifas mengenai perawatan payudara sebelum diberikan video edukasi *Breastmom* sebagian besar

berada pada kategori cukup. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa responden telah memiliki pengetahuan dasar mengenai perawatan payudara, namun pemahamannya belum menyeluruh, terutama terkait manfaat dan langkah-langkah pelaksanaannya. Setelah diberikan intervensi berupa video edukasi *Breastmom*, terjadi peningkatan pengetahuan pada hampir seluruh responden hingga berada pada kategori baik. Hasil ini menunjukkan bahwa media edukasi berbasis audiovisual mampu membantu ibu nifas memahami materi perawatan payudara secara lebih efektif.

Hasil analisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian video edukasi *Breastmom*. Temuan tersebut membuktikan bahwa video edukasi *Breastmom* efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu nifas mengenai perawatan payudara di wilayah kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri. Keberhasilan media ini menunjukkan bahwa penyampaian informasi melalui kombinasi gambar, suara, dan demonstrasi dapat meningkatkan pemahaman responden terhadap materi kesehatan. Dengan demikian, video edukasi *Breastmom* memiliki potensi untuk diterapkan sebagai salah satu media edukasi dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak, khususnya pada masa nifas. Implikasi praktis dari penelitian ini adalah video edukasi *Breastmom* dapat diintegrasikan sebagai media edukasi rutin dalam pelayanan nifas di puskesmas maupun fasilitas kesehatan lainnya, baik pada kegiatan konseling, kunjungan rumah, maupun kelas ibu, sehingga penyampaian informasi mengenai perawatan payudara dapat dilakukan secara lebih efektif, menarik, dan mudah dipahami oleh ibu nifas.

Berdasarkan temuan penelitian, ibu nifas diharapkan lebih aktif mencari informasi mengenai perawatan payudara serta menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh untuk mendukung keberhasilan menyusui. Tenaga kesehatan, khususnya bidan, disarankan memanfaatkan video edukasi sebagai media pendukung dalam kegiatan penyuluhan kesehatan, baik pada kunjungan rumah, kelas ibu hamil, maupun pelayanan nifas di fasilitas kesehatan. Selain itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat melibatkan jumlah sampel yang lebih besar, menggunakan kelompok kontrol, serta menjangkau wilayah penelitian yang lebih luas agar efektivitas video edukasi dapat dievaluasi secara lebih komprehensif. Upaya tersebut diharapkan dapat menghasilkan bukti ilmiah yang lebih kuat dalam mendukung pengembangan media edukasi kesehatan bagi ibu nifas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri, seluruh responden yang telah berpartisipasi, serta jajaran tenaga kesehatan Puskesmas Sukorame Kota Kediri yang telah mendukung pelaksanaan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amaliah, A. R., Suarni, & Ndari, S. (2023). Effects of breastfeeding techniques on sore nipples in postpartum mothers at Siti Fatimah Hospital Makassar. *Jurnal Life Birth*, 7(1), 61–69. <https://www.ojs.stikespanritahusada.ac.id/index.php/jlb/article/download/107/177>
- Aminah, A., Ginting, A. S. br., Lisca, S. M., Yusriah, M., Handayani, M. F., Andriyani, D. H., & Vianita, V. (2024). Hubungan pengetahuan ibu tentang teknik menyusui, perilaku perawatan payudara, dan stres dengan resiko terjadinya mastitis pada ibu menyusui di



- wilayah Puskesmas Munjul tahun 2024. *Public Health and Safety International Journal*, 4(2), 196–204. <https://mand-ycmm.org/index.php/phasij/article/view/852>
- Anggriani, Y., Fara, Y. D., & Pratiwi, F. (2023). Perawatan payudara pada ibu nifas. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU)*, 5(1), 79–83. <https://doi.org/10.30604/abdi.v5i1.1060>
- Azmi, G. N., Mamuroh, L., & Hendrawati, S. (2023). Educational media to increase mother's knowledge of exclusive breastfeeding: A literature review. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*, 5(3). <https://doi.org/10.36780/jmcrh.v5i3.231>
- Hayatiningrum, R. I. Z., Cahyati, Y., & Febrianti, S. (2023). The effect of health education through animated video media and leaflets about breastfeeding techniques on the level of knowledge and skills of breastfeeding mothers. *International Journal of Advancement in Life Sciences Research*, 6(03), 38–46. <https://doi.org/10.31632/ijalsr.2023.v06i03.004>
- Imiliana, I., Dewi, N. P., & Yulivantina, E. V. (2024). Pengaruh edukasi video terhadap pengetahuan ibu hamil trimester III tentang ASI eksklusif. *Jurnal Kesehatan*, 13(2), 221-230. <https://jurnal.uym.ac.id/index.php/kesehatan/article/view/452>
- Jagadeesh, N. S., Balaji, S., & Singaravelu, R. (2025). Impact of video-based breastfeeding education on self-care competencies of postnatal women. *Proceedings*, 112(1), Article 2. <https://doi.org/10.3390/proceedings2025112002>
- Kamelia, S. N., & Sukesu, N. (2025). Faktor yang mempengaruhi bendungan ASI pada ibu nifas di RSUD K.R.M.T. Wongsonegoro Semarang. *Jurnal Ilmiah Kedokteran dan Kesehatan*, 4(2), 581–594. <https://journalcenter.org/index.php/klinik/article/view/4061>
- Masini, Pujiastuti, W., Damailia, H. T., Idhayanti, R. I., & Kartini, R. I. (2024). Efektivitas media leaflet dan video pada tingkat pengetahuan tentang tanda bahaya masa nifas. *Midwifery Care Journal*, 5(4), 135–142. <https://doi.org/10.31983/micajo.v5i4.11274>
- Mastina, & Nadya, E. (2025). Efektivitas intervensi edukasi perawatan payudara dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu nifas. *Jurnal Riset dan Pengabdian Interdisipliner*, 2(3), 686–689. <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jrpi/article/view/33777>
- Metin, A., & Baltacı, N. (2024). The effects of video-assisted breastfeeding education given to primiparous pregnant women on breastfeeding self-efficacy: Randomized control study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 24, Article 142. <https://doi.org/10.1186/s12884-024-06317-1>
- Naharani, A. R., & Wahyuningsih, R. F. (2023). Edukasi perawatan payudara pada ibu nifas dan menyusui di Desa Bengle Kecamatan Talang. *Jurnal Suara Pengabdian* 45, 2(3), 43–48. <https://doi.org/10.56444/pengabdian45.v2i3.1021>
- Octavianti, M., & Moedjiherwati, T. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi ibu nifas dalam perawatan payudara di RSUD Kabupaten Serang. *Binawan Student Journal*, 6(2), 137–143. <https://doi.org/10.54771/zk4pff56>
- Titisari, I., Rahmawati, R. S. N., & Rahmaningtyas, I. (2021). Postpartum massage and spa entrepreneurs: delivering myori to achieve dreams. *Jurnal IDAMAN (Induk Pemberdayaan Masyarakat Pedesaan)*, 5(2), 79–85. <https://ojs.poltekkes-malang.ac.id/idaman/article/view/2628>
- Sofiyan, M. S., Aswan, N., Munthe, B., Wijayanti, L. A., Jannah, R., Juhara, S., ... & Fitriyanti, N. (2022). *Metodologi penelitian pendidikan*. Global Eksekutif Teknologi.



- Syam, H., Endarwati, P. S., Masitoh, S., & Sukamti, S. (2026). Pengaruh edukasi berbasis video terhadap perubahan pengetahuan dan sikap ibu nifas dini tentang perawatan payudara di RS Satria Medika Kota Bekasi Tahun 2025. *Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 7(1), 31–40. <https://ejournal.poltekkesjakarta1.ac.id/index.php/bidan/article/view/3072>
- UNICEF. (2025). Peningkatan Angka Pemberian ASI di Indonesia: Ibu Perlu Dukungan Lebih. <https://www.unicef.org/indonesia/id/press-releases/peningkatan-angka-pemberian-asi-di-indonesia-ibu-perlu-dukungan-lebih>
- Wati, L., & Indriani, S. (2023). Pengaruh penggunaan video terhadap pengetahuan ibu nifas tentang teknik menyusui yang benar di Praktek Mandiri Bidan (PMB) Nurhaida Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 6(1), 1–8. <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/meditory/article/view/1860/0>
- 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(1), 257–266. <https://doi.org/10.30867/femina.v4i1.578>
- Yuliani, D. R., Winarso, S. P., Amalia, R. A., & Naufal, A. F. (2022). Media edukasi video untuk meningkatkan breastfeeding self-efficacy (Efikasi diri menyusui). *Jurnal Sains Kebidanan*, 4(2), 79–84. <https://doi.org/10.31983/jsk.v4i2.9289>
- Yupita, D., & Sardaniah, S. (2023). Pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara di Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu. *KOLONI*, 2(2), 545–553. <https://doi.org/10.31004/koloni.v2i2.195>