

PENGARUH PENYULUHAN DIGITAL TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU TENTANG PENTINGNYA ASI EKSKLUSIF PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS NGRAMPAL

Revi Gama Hatta Novika¹, Edy Sutikno², Meidyan Thomas Setiawan³, Nur Wulandari⁴, Ratih Mutiara Nugraheni⁵, Wendewina Victorin⁶

Universitas Sebelas Maret, Indonesia

mt.setiawan@gmail.com

Diserahkan tanggal 06 Desember 2025 | Diterima tanggal 06 Desember 2025 | Diterbitkan tanggal 31 Desember 2025

Abstract:

Exclusive breastfeeding during the first six months of life is a crucial intervention to support optimal infant growth and development, as well as to reduce infant morbidity and mortality. However, the coverage of exclusive breastfeeding in Indonesia has not yet reached the national target. One of the contributing factors is the lack of maternal knowledge regarding the importance of exclusive breastfeeding. With the advancement of technology, health education can now be delivered digitally, enabling wider and more effective outreach. This community service activity aimed to analyze the effect of digital counseling on improving pregnant women's knowledge about exclusive breastfeeding in the working area of Puskesmas Ngrampal, Sragen Regency. The program involved 35 pregnant women from Bener, Kebonromo, and Gabus villages. The intervention was conducted through educational video sessions, with knowledge measured using pre-test and post-test questionnaires. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. The results showed an increase in the mean knowledge score from 7.89 (pre-test) to 8.54 (post-test). The Wilcoxon test revealed a significance value of $p = 0.003 (< 0.05)$, indicating a statistically significant difference before and after the intervention. These findings suggest that digital counseling is effective in enhancing pregnant women's knowledge about exclusive breastfeeding. This activity recommends that health workers intensify the use of digital media in health promotion and develop sustainable educational content to support exclusive breastfeeding programs.

Keywords: Exclusive Breastfeeding, Pregnant Women, Digital Counseling, Health Education

Abstrak:

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan merupakan intervensi penting untuk mendukung tumbuh kembang bayi dan menurunkan angka kesakitan serta kematian bayi. Namun, cakupan ASI eksklusif di Indonesia masih belum mencapai target yang ditetapkan pemerintah. Salah satu faktor penyebabnya adalah kurangnya pengetahuan ibu mengenai pentingnya ASI eksklusif. Seiring perkembangan teknologi, penyuluhan kesehatan kini dapat dilakukan secara digital untuk menjangkau sasaran secara lebih luas dan efektif. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penyuluhan digital terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Ngrampal Kabupaten Sragen. Metode pelaksanaan melibatkan 35 responden ibu hamil dari Desa Bener, Desa Kebonromo, dan Desa Gabus. Intervensi dilakukan melalui pemberian materi edukasi berbasis video, dengan pengukuran pengetahuan menggunakan pre-test dan post-test. Analisis data dilakukan dengan uji Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari 7,89 pada pre-test menjadi 8,54 pada post-test. Uji Wilcoxon menghasilkan nilai signifikansi $p = 0,003 (< 0,05)$, yang menandakan terdapat perbedaan bermakna antara skor sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, penyuluhan digital terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai ASI eksklusif. Kegiatan ini merekomendasikan agar tenaga kesehatan memanfaatkan media digital secara lebih intensif dalam penyuluhan kesehatan, serta mengembangkan konten edukasi yang berkelanjutan untuk mendukung program ASI eksklusif.

Kata Kunci: ASI Eksklusif, Ibu Hamil, Penyuluhan Digital, Edukasi Kesehatan

Copyright © 2025, Author

This is an open-access article under the [CC BY-NC-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)



PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bagi bayi karena mengandung komponen nutrisi yang lengkap, mudah diserap, dan memiliki antibodi alami yang melindungi bayi dari berbagai penyakit infeksi. Pemberian ASI eksklusif didefinisikan sebagai pemberian ASI saja tanpa tambahan makanan atau minuman lain, termasuk air putih, kecuali obat atau vitamin (WHO, 2020). Pemberian ASI eksklusif sejak lahir hingga usia 6 bulan terbukti menurunkan risiko diare, infeksi saluran napas, obesitas, dan meningkatkan perkembangan kognitif anak (Lawrence & Lawrence, *Breastfeeding: A Guide for the Medical Profession*, 2015).

Meskipun manfaat ASI eksklusif sudah banyak dibuktikan, cakupannya di Indonesia masih belum mencapai target nasional. Data Susenas 2017 menunjukkan bahwa rata-rata lama pemberian ASI saja pada baduta hanya 4,32 bulan. Selain itu, sekitar 29,18% ibu memberikan air putih dan 8,30% memberikan minuman seperti air gula, tajin, teh, atau madu sebelum bayi berusia 6 bulan. Data Profil Kesehatan Indonesia tahun 2022 juga mencatat bahwa cakupan ASI eksklusif nasional baru mencapai 69,5%, masih di bawah target Renstra Kementerian Kesehatan sebesar 80%. Rendahnya cakupan ini dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan ibu mengenai manfaat ASI eksklusif dan adanya praktik pemberian makanan pralahir yang masih keliru (Kemenkes RI, 2022).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu merupakan faktor kunci yang memengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Penelitian oleh Tadesse et al. (2021) menemukan bahwa tingkat pengetahuan yang baik berhubungan signifikan dengan praktik ASI eksklusif ($p < 0,05$). Hal serupa disampaikan oleh Darmstadt et al. (WHO Bulletin, 2020) bahwa edukasi yang diberikan sejak masa antenatal dapat meningkatkan kesiapan ibu dalam pemberian ASI setelah persalinan.

Di era digital, metode penyuluhan kesehatan telah berkembang dari pendekatan konvensional menjadi lebih modern dengan memanfaatkan teknologi informasi. Media digital seperti video edukasi, aplikasi kesehatan, dan platform media sosial mampu menyampaikan pesan kesehatan secara lebih menarik, fleksibel, dan dapat diakses kapan saja. Penelitian oleh Nugroho et al. (2022) menunjukkan bahwa edukasi berbasis video efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil dibandingkan penyuluhan konvensional ($p < 0,001$). Demikian pula, studi oleh Sumarni & Kristiani (2021) membuktikan bahwa penyuluhan digital meningkatkan retensi pengetahuan karena kombinasi unsur audio–visual mempermudah proses pemahaman.

UNICEF (2021) juga menekankan bahwa penggunaan media digital dalam program promosi kesehatan ibu dan anak dapat meningkatkan jangkauan edukasi secara signifikan, terutama pada kelompok sasaran di wilayah dengan keterbatasan akses ke fasilitas kesehatan.

Puskesmas Ngrampal sebagai bagian dari pelayanan kesehatan tingkat pertama memiliki peran penting dalam meningkatkan literasi kesehatan ibu hamil, termasuk edukasi mengenai ASI eksklusif. Pemanfaatan penyuluhan berbasis digital menjadi strategi yang relevan untuk meningkatkan kapasitas pengetahuan dan kesiapan ibu dalam memberikan ASI eksklusif. Dengan adanya video edukasi yang mudah dipahami, materi dapat diulang kembali, dan ibu memiliki kesempatan belajar secara mandiri, sehingga potensi perubahan perilaku lebih besar dibandingkan penyuluhan konvensional.

Berdasarkan latar belakang tersebut, perlu dilakukan kegiatan pengabdian untuk mengetahui “Pengaruh Penyuluhan Digital terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Pentingnya ASI Eksklusif pada Ibu Hamil di Wilayah Puskesmas Ngrampal Kabupaten Sragen.” Kegiatan ini penting untuk menilai efektivitas edukasi digital sebagai metode promosi kesehatan sekaligus mendukung peningkatan cakupan ASI eksklusif di wilayah tersebut.

METODOLOGI PENELITIAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan dalam kelas ibu hamil di Puskesmas Ngrampal, Kecamatan Ngrampal, Kabupaten Sragen. Sasaran kegiatan meliputi ibu hamil dari

Desa Bener, Kebonromo, dan Gabus. Tahapan pelaksanaan terdiri dari persiapan, intervensi edukasi, dan evaluasi.

Untuk menerapkan metode tersebut secara optimal, kegiatan diawali dengan tahap persiapan sebagai berikut.

Persiapan

Pada tahap persiapan, Tim pengabdian melakukan survei lapangan dengan melakukan studi kasus di Dinas Kesehatan yang akan diarahkan ke Puskesmas Ngrampal untuk koordinasi lebih lanjut sebagai tempat pelaksanaan pengabdian. Pada tahap ini, Tim melakukan pembagian tugas pada masing-masing anggota mulai dari penyusunan proposal, pembuatan luaran video yang kemudian di HKI kan, pembagian struktur kerja, hingga penentuan baik waktu, lokasi maupun sasaran pelaksanaan pengabdian. Sasaran pada pengabdian ini adalah ibu hamil dari Desa Bener, Desa Kebonromo dan Desa Gabus.

Pelaksanaan

Pelaksanaan pengabdian dilaksanakan pada tanggal 22 September 2025 di aula Puskesmas Ngrampal. Adapun rangkaian kegiatan dalam pelaksanaan pengabdian sebagai berikut.

1. Pembagian Pre-test dengan tujuan meninjau awal tingkat pengetahuan ibu hamil terkait ASI eksklusif.
2. Edukasi yang dilaksanakan dengan cara penyampaian materi edukasi dari tim melalui penyuluhan digital dengan video.
3. Diskusi Interaktif yaitu sesi diskusi terkait materi edukasi yang telah diberikan oleh Tim mulai dari proses tanya jawab hingga pemberian solusi dari Tim.
4. Pembagian Post-test untuk meninjau ulang tingkat pengetahuan audiens setelah dilakukan evaluasi.
5. Tindak Lanjut dan Evaluasi dengan tujuan kebutuhan penyusunan laporan, perbandingan hasil analisis pretest dan post-test yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan audiens, dan evaluasi video yang akan di HKI kan.

Sasaran

Peserta dalam kegiatan ini adalah ibu hamil pada wilayah kerja Puskesmas Ngrampal, Kecamatan Ngrampal, Kabupaten Sragen. Adapun kriteria sasaran yang disarankan;

1. Ibu hamil.
2. Berdomisili pada Desa Bener, Desa Kebonromo dan Desa Gabus di wilayah kerja Puskesmas Ngrampal.
3. Bersedia mengikuti kegiatan edukasi.

PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 35 responden ibu hamil yang diberi intervensi berupa video edukasi tentang ASI eksklusif. Pengetahuan responden diukur menggunakan 10 pertanyaan pre-test dan post-test dengan sistem skor 0 untuk jawaban salah dan 1 untuk jawaban benar. Analisis data dilakukan menggunakan SPSS versi 26.

Statistik Deskriptif

Tabel 1. Hasil Analisis Deskriptif

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre-test	35	3	10	7,89	1,53
Post-test	35	4	10	8,54	1,27



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan

Sebelum intervensi, rata-rata pengetahuan ibu hamil berada pada angka 7,89 yang termasuk dalam kategori sedang. Setelah diberikan intervensi berupa video edukasi, rata-rata pengetahuan meningkat menjadi 8,54, yang mendekati kategori tinggi. Selain itu, simpangan baku/standar deviation pada post-test sebesar 1,27, lebih kecil dibandingkan pre-test yang sebesar 1,53, menunjukkan bahwa pengetahuan responden setelah intervensi lebih merata dibandingkan sebelumnya. Temuan ini memperlihatkan adanya peningkatan skor pengetahuan ibu hamil setelah mendapatkan edukasi melalui media video.



Gambar 2. Pemutaran Video

Uji Normalitas

Uji normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal ($Sig < 0,05$). Oleh karena itu, digunakan uji non-parametrik Wilcoxon Signed Rank Test untuk menganalisis perbedaan skor pre-test dan post-test.

Uji Wilcoxon Signed Rank Test

Tabel 2. Hasil Uji Wilcoxon

Perbandingan	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Negative Ranks	7	10,00	70,00
Positive Ranks	20	15,40	308,00
Ties (nilai sama)	8	-	-

Nilai statistik:

- $Z = -2,989$
- Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,003

Hasil analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa dari 35 responden, terdapat 20 responden yang mengalami peningkatan nilai, 7 responden mengalami penurunan nilai, dan 8 responden tidak mengalami perubahan. Uji Wilcoxon Signed Rank Test menghasilkan nilai signifikansi sebesar $p = 0,003 (< 0,05)$, yang berarti terdapat perbedaan yang bermakna antara skor pre-test dan post-test. Dengan demikian, secara empiris dapat disimpulkan bahwa intervensi melalui media video edukasi terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai ASI eksklusif.



Gambar 3. Pelaksanaan Edukasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi berupa video edukasi tentang ASI eksklusif efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil. Hal ini ditunjukkan oleh adanya kenaikan skor rata-rata pengetahuan dari 7,89 pada pre-test menjadi 8,54 pada post-test. Uji Wilcoxon Signed Rank Test juga memberikan nilai signifikansi $p = 0,003 (< 0,05)$, yang mengindikasikan adanya perbedaan bermakna sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, secara statistik

dapat disimpulkan bahwa penyuluhan digital memberikan kontribusi nyata dalam peningkatan pengetahuan ibu hamil.

Peningkatan pengetahuan tersebut selaras dengan teori Edgar Dale's Cone of Experience, yang menjelaskan bahwa media audiovisual berada pada kategori pengalaman belajar yang lebih konkrit dibandingkan media verbal. Media audiovisual memberikan stimulus visual dan audio secara bersamaan sehingga memperkuat proses pengolahan informasi di otak, meningkatkan retensi, dan mempermudah pemahaman konsep. Hal ini menjelaskan mengapa ibu hamil lebih mudah memahami materi yang disajikan dalam bentuk video dibandingkan penyuluhan yang hanya bersifat ceramah.

Temuan ini juga mendukung penelitian Haryanti & Setiawan (2020) yang menyatakan bahwa penggunaan media video dalam penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan fokus perhatian dan mempermudah pemahaman sasaran karena visualisasi yang lebih jelas dan menarik. Nugroho (2021) juga menemukan bahwa media video edukasi lebih efektif dibandingkan leaflet atau penyuluhan lisan karena dapat diulang kembali sesuai kebutuhan sasaran. Hal serupa disampaikan oleh Sumarni & Kristiani (2021), bahwa media digital dapat mengatasi keterbatasan waktu dan tempat, serta meningkatkan partisipasi dan keterlibatan sasaran dalam proses edukasi.

Di sisi lain, meskipun mayoritas responden mengalami peningkatan pengetahuan, terdapat sebagian kecil responden yang mengalami penurunan nilai (7 orang) serta responden yang nilainya tetap (8 orang). Beberapa faktor yang dapat berkontribusi terhadap kondisi ini antara lain perbedaan tingkat pendidikan, kemampuan memahami materi, kondisi psikologis saat pengisian pre-test dan post-test, serta variasi konsentrasi selama menonton video edukasi. Beberapa penelitian, seperti yang dilakukan oleh Tadesse et al. (2021), menunjukkan bahwa faktor internal sasaran—termasuk usia, motivasi, dan pengalaman sebelumnya—dapat memengaruhi hasil edukasi.

Namun demikian, fakta bahwa 20 responden (mayoritas) mengalami peningkatan nilai menunjukkan bahwa intervensi video edukasi memiliki dampak positif yang konsisten terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai ASI eksklusif. Hasil ini juga sejalan dengan rekomendasi WHO dan UNICEF (2021) yang mendorong penggunaan media digital sebagai strategi inovatif dalam promosi kesehatan ibu dan anak karena dinilai lebih mudah diakses, dapat digunakan secara mandiri, serta lebih mampu menjangkau sasaran dalam jumlah besar.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menegaskan bahwa intervensi edukasi berbasis video merupakan metode yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pentingnya ASI eksklusif. Oleh karena itu, media ini dapat direkomendasikan sebagai salah satu strategi promosi kesehatan yang dapat diintegrasikan dalam program kelas ibu hamil di Puskesmas. Penggunaan video edukasi diharapkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mendorong perubahan sikap dan praktik pemberian ASI eksklusif setelah ibu melahirkan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data serta pembahasan yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Penyuluhan digital melalui media video edukasi terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif.
2. Nilai rata-rata pengetahuan responden meningkat dari 7,89 pada pre-test menjadi 8,54 pada post-test, dengan penurunan simpangan baku dari 1,53 menjadi 1,27. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan sekaligus distribusi pemahaman yang lebih merata setelah intervensi.
3. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test memperoleh nilai $p = 0,003 (< 0,05)$, yang menandakan terdapat perbedaan bermakna antara skor pre-test dan post-test.
4. Temuan ini mendukung teori pembelajaran audiovisual yang menyatakan bahwa media audio-visual dapat meningkatkan daya serap pengetahuan, serta memperkuat

temuan penelitian sebelumnya mengenai efektivitas media digital dalam pendidikan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Darmstadt, G. L., et al. (2020). Improving maternal practices through health education. *WHO Bulletin*, 98(3), 222–230.
- Haryanti, R., & Setiawan, E. (2020). Efektivitas video edukasi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 15(1), 45–52.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia 2022*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak & Badan Pusat Statistik. (2018). *Profil Anak Indonesia 2018*. Jakarta: KPPPA & BPS.
- Lawrence, R. A., & Lawrence, R. M. (2015). *Breastfeeding: A Guide for the Medical Profession* (8th ed.). Elsevier.
- Nugroho, S., Astuti, D., & Wulandari, P. (2022). Efektivitas pendidikan kesehatan berbasis video terhadap pengetahuan ibu hamil. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 10(2), 250–260.
- Nugroho, S. (2021). Pengaruh media audiovisual terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan pada ibu hamil. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 123–131.
- Sumarni, N., & Kristiani, E. (2021). Pemanfaatan media digital dalam promosi kesehatan ibu dan anak. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 12(1), 56–65.
- Tadesse, T., Alemu, A., & Abate, Z. (2021). Knowledge and practice of exclusive breastfeeding among mothers of infants aged 0–6 months. *BMC Public Health*, 21(1), 1–9.
- UNICEF. (2021). *Digital health for maternal and child nutrition*. New York: United Nations Children's Fund.
- WHO. (2020). *Infant and young child feeding: Fact sheet*. World Health Organization.
- Yuliani, F. (2019). Faktor-faktor yang memengaruhi pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan*, 10(2), 89–98.