
PENGARUH VIDEO PIJAT ENDHOPRIN TERHADAP KELANCARAN ASI PADA IBU MENYUSUI

¹⁾Dewi Andariya Ningsih, ²⁾Warda Anil Masyayih, ³⁾Tiara Indriani, ⁴⁾Susiana,
⁵⁾Umi nur kholifah, ⁶⁾Siti Romlah

¹⁾Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ibrahimy, ²⁾STIKES Husada Jombang, ^{3),4), 5),}
⁶⁾Mahasiswa Program studi S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ibrahimy
Jl. KHR. As'ad Syamsul Arifin Banyuputih – Situbondo – Jawa Timur - Indonesia
E-mail : ¹⁾dewiandariya01@gmail.com

Kata Kunci:

Video, Pijat endhoprin,
kelancaran ASI

ABSTRAK

Pemberian ASI dini dan eksklusif dapat membantu menurunkan angka kematian bayi yang masih tinggi di Indonesia. Rendahnya cakupan ASI eksklusif pada bayi di bawah enam bulan salah satunya disebabkan oleh terhambatnya produksi ASI ibu nifas pada hari-hari pertama setelah melahirkan sehingga sebagian besar bayi mendapat susu formula. Upaya untuk membantu pencapaian peran ibu nifas salah satunya dengan intervensi pijat endhoprin melalui media video learning multimedia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh media video multimedia terhadap pengetahuan ibu tentang pijat endorfin dan kelancaran menyusui. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu (one group pretest and posttest design). Dilaksanakan antara April dan Juli 2021. Ibu menyusui dalam penelitian ini berasal dari Puskesmas Arjasa Kecamatan Arjasa Kabupaten Situbondo. Purposive sampling digunakan dalam pengambilan sampel. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis pengetahuan ibu menyusui tentang massage endorphan melalui video learning multimedia pijat endhoprin untuk kelancaran ASI dengan hasil ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan video terhadap pengetahuan massage endorphan. Peneliti menyarankan agar petugas kesehatan lebih proaktif dalam melakukan kegiatan media outreach dengan pendekatan yang berpusat pada keluarga.

Keywords: Pijat endhoprin,
menyusui, nifas

ABSTRACT

Early and exclusive breastfeeding can help reduce infant mortality, which is still high in Indonesia. One of the reasons for the low coverage of exclusive breastfeeding for infants under six months of age is the delay in the production of postpartum mother's milk in the first days after giving birth so that most babies receive formula milk. multimedia learning. The purpose of this study was to determine the effect of multimedia video media on mother's knowledge about endorphan massage and breastfeeding smoothness. This research is a quasi-experimental research (one group pretest and posttest design). It was carried out between April and July 2021. The breastfeeding mothers in this study came from the Arjasa Health Center, Arjasa District, Situbondo Regency. Purposive sampling was used in sampling. The purpose of this study was to analyze the knowledge of breastfeeding mothers about endorphan massage through video learning multimedia of endorphan massage for smooth breastfeeding with the results that there was an effect before and after being given a video on knowledge of endorphan massage. Researchers suggest that health workers be more proactive in conducting media outreach activities with a family-centered approach.

Info Artikel

Tanggal dikirim: 29-12-2021
Tanggal direvisi: 23-01-2023
Tanggal diterima: 28-1-2023
DOI Artikel:
10.36341/jomis.v7i1.2248
[Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.](#)

PENDAHULUAN

Menurut hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI), Indonesia memiliki angka kematian bayi (AKB) yang tinggi yaitu 32/1000 kelahiran hidup, yang berarti 32 bayi meninggal untuk setiap 1000 kelahiran hidup. Angka ini masih lebih tinggi

dibandingkan di Filipina dan Thailand yang masing-masing berada pada angka 19/1000 dan 11/1000 [1]. Menurut United Nations Children's Fund, pemberian ASI dini dan eksklusif dapat membantu menurunkan angka kematian bayi yang tinggi di Indonesia. Hal ini didukung oleh data World

Health Organization (WHO) (2003) dalam Profil Kesehatan Indonesia 2019 yang menunjukkan bahwa faktor gizi menyebabkan 53% AKB di Indonesia. Malnutrisi menyebabkan beberapa penyakit, antara lain pneumonia (20%), diare (15%), dan kematian perinatal (23%), yang kesemuanya dapat dihindari dengan memulai menyusui sejak dini. Pada tahun 2018, Indonesia memiliki angka pemberian ASI eksklusif sebesar 54,3 persen untuk bayi usia 0-6 bulan [2]. Menurut Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2014, 60,0 persen bayi usia 0-6 bulan di Provinsi Jawa Timur mendapat ASI eksklusif. Salah satu penyebab rendahnya cakupan ASI eksklusif pada bayi di bawah usia enam bulan adalah produksi ASI ibu nifas terhambat pada hari-hari pertama setelah melahirkan, sehingga sebagian besar bayi menerima susu formula saat lahir [3].

Memberikan ASI kepada bayi segera setelah lahir dapat membantu mencegah kematian bayi yang biasa disebut inisiasi menyusui dini (IMD). ASI pertama mengandung kolostrum. Kolostrum adalah air susu pertama yang diproduksi oleh ibu, yang harus diberikan kepada bayi dalam 24 jam. Bayi membutuhkan sekitar 30 ml kolostrum selama 24 jam awal. ASI mengandung antibodi yang melindungi bayi dari infeksi. Selain itu, ASI mengandung nutrisi termasuk laktosa, lemak, pro-protein yang disebut laktalbumin, banyak vitamin dan mineral. Namun, kenyataannya hanya 39% bayi di bawah usia enam bulan yang diberi ASI eksklusif [3]. Hal tersebut termasuk kurangnya pengetahuan tentang manfaat ASI dan status ekonomi sosial ibu yang lebih rendah [4]. Namun, penyebab paling sering dari Kegagalan menyusui adalah produksi ASI yang tidak mencukupi [5]. Faktor lain seperti kurangnya dukungan keluarga dan sosial juga dapat mempengaruhi rendahnya praktik menyusui pada ibu nifas. Ibu mungkin mengalami trauma fisik dan emosional selama masa nifas, yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari seperti menyusui [6]. Periode transisi menjadi ibu adalah masa yang penuh tantangan dengan

melibatkan perubahan signifikan dalam aspek psikologis, sosial dan biologis. Perubahan ini dapat berkontribusi pada kebahagiaan tetapi juga dapat memberikan tekanan emosional sehingga menurut penelitian Ningsih dkk [7] perlu adanya pendampingan masa transisi salah satunya dengan menggunakan buku pegangan psikoedukasi masa nifas untuk bidan dan keluarga karena gangguan mood akan sangat memengaruhi pada produksi ASI. Tidak cukupnya sekresi ASI yang efisien menjadi salah satu dari banyak alasan untuk menyusui tidak eksklusif utamanya pada ibu yang pertama kali mempunyai bayi. Sekresi ASI dikendalikan oleh dua hormon: prolaktin dan oksitosin. Kelenjar hipofisis anterior, yang menyesuaikan dengan respons terhadap pengisapan, menghasilkan prolactin [8]. Sedangkan oksitosin akan menyebabkan sel-sel mioepitel payudara berkontraksi menyebabkan keluarnya ASI dari alveoli menuju puting. Selain itu, tingkatkan kesejahteraan, karena mengurangi sensitivitas rasa sakit dan menghasilkan efek anti-stres [9]. Banyak upaya telah diusulkan untuk memperlancar produksi ASI pada ibu nifas seperti sebagai teknik Relaksasi, dukungan psikologis dan terapi acupoint-tuina [10]. Beragam Teknik pijat dikenal sebagai metode yang ampuh untuk meningkatkan produksi ASI yaitu pijat laktasi yang dapat memberikan efek positif terhadap perilaku ibu dalam memberikan ASI Eksklusif dan menurut penelitian Ningsih dkk [11] juga dapat meningkatkan pengetahuan ibu terhadap pijat laktasi melalui demonstrasi. Selain itu pijat yang dapat memengaruhi proses laktasi termasuk pijat endorfin.

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pemberian ASI eksklusif antara lain dukungan petugas kesehatan, dukungan keluarga, dan promosi susu formula yang terus menerus [12] Peran ayah telah terbukti menjadi faktor penting dalam keputusan ibu untuk memulai dan melanjutkan menyusui bayinya [13]. Produksi ASI pada ibu menyusui dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain asupan nutrisi yang meningkatkan

produksi ASI, pijat payudara, dan faktor psikologis ibu menyusui. Keadaan psikologis yang tenang menyebabkan pelepasan endorfin yang mempengaruhi produksi ASI. Pijat endorfin adalah salah satu metode untuk mengatasi rasa sakit dan meningkatkan produksi ASI. Endorphin Massage adalah terapi sentuhan/pijatan ringan yang merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa Endorphin yang bersifat pereda nyeri dan dapat memberikan rasa nyaman [14].

Keuntungan pemberian ASI eksklusif sudah pasti dan ada banyak bukti untuk mendukung bahwa hal itu mudah dilakukan, biaya rendah dan dapat mengurangi kematian neonatal dan morbiditas. Namun, upaya untuk memastikan bahwa semua ibu menyusui bayinya secara eksklusif selama enam bulan pertama, terutama di negara berkembang, masih jauh dari memuaskan. Tingkat menyusui cenderung meningkat jika ibu menerima konseling antenatal yang memadai dan dukungan laktasi pascanatal.[1]. Dalam rangka meningkatkan keberhasilan menyusui terdapat metode inovatif yang menggabungkan media konseling dan video pijat endorfin.

Metode Video Learning Multimedia (VLM) dirasa cocok dan menarik. Metode VLM merupakan media pembelajaran modern yang populer di kalangan masyarakat. Merupakan media pembelajaran berupa video, media berupa gambar bergerak, dan merupakan media pembelajaran berupa gambar bergerak. Setiap informasi yang disajikan dalam bentuk kombinasi suara, animasi, teks, video, dan grafik disebut sebagai multimedia. Pembelajaran dengan media audio visual dapat meningkatkan kemampuan belajar jika dibandingkan dengan pembelajaran tanpa media. Oleh karena itu dalam penelitian ini peneliti lebih memilih media Video Learning Multimedia (VLM) karena dianggap lebih efisien dan modern, dan diharapkan dengan multimedia video learning akan memungkinkan pembelajaran cepat diserap dan dipahami [15].

Berdasarkan penelusuran awal di Desa Lamongan pada April 2021 dengan 10 ibu menyusui, wawancara dilakukan, dan 7 ibu menyusui menyatakan tidak memahami teknik pijat yang dapat mereka gunakan selama proses menyusui, dan hanya menerima informasi saat pemeriksaan kehamilan dan membaca buku KIA. 3 ibu menyusui pernah melihat di youtube. Uraian di atas menjadi latar belakang peneliti dalam menganalisis pengetahuan ibu menyusui tentang pijat endorfin melalui multimedia video pembelajaran pijat endorfin untuk kelancaran menyusui.

TINJAUAN PUSTAKA

Pijat adalah bentuk terapi sentuhan yang paling tradisional dan banyak digunakan. Pijat adalah jenis perawatan dan pengobatan yang telah digunakan selama berabad-abad, sejak awal kehidupan manusia di Bumi. Kemiripan ini mungkin disebabkan karena pijat erat kaitannya dengan proses kehamilan dan kelahiran manusia [1].

Pijat, secara umum, akan membantu menyeimbangkan energi dan pencegahan penyakit. Pijat dan mengatur tubuh, meningkatkan aliran darah dan kelenjar getah bening, dan memastikan bahwa oksigen, dan limbah diangkut secara efektif dari jaringan tubuh dan plasenta. Dengan menghilangkan dan menurunkan tekanan darah. Pijat dapat meningkatkan kemampuan kita untuk menyembuhkan diri sendiri ketika sakit, dan dapat digunakan untuk melengkapi terapi alami [1]

Pijat Endorphin adalah sentuhan dan pijatan ringan yang memberikan rasa tenang dan kenyamanan yang dapat meningkatkan hormone endorphin. Pijat endorphin yang dikembangkan oleh Constance Palinsky sebagai metode pengendali rasa sakit sehingga Ibu-ibu yang merasa nyaman dan santai setelah dilakukan pijatan maka akan tetap mencukupi produksi dan sekresi ASI-nya [14]. Produksi ASI yang cukup akan memberikan nutrisi yang cukup untuk bayi di bulan-bulan pertama kelahiran, yang memfasilitasi penambahan berat badan bayi hingga 10% dari berat lahir. Dari hasil penelitian Ningsih

bahwa penambahan berat badan lahir bayi dapat diperoleh dari tambahan informasi dari sebuah modul yang khusus mengedukasi ibu hamil agar dapat mempersiapkan persalinan dan meminimalisir terjadinya BBLR pada saat lahir [16]. ASI merupakan nutrisi yang di butuhkan bayi saat dilahirkan selain ASI mengandung energi dan nutrisi yang dibutuhkan bayi usia 0-2 tahun. Oleh karena itu, tenaga kesehatan harus memastikan bahwa semua keluarga dari ibu nifas mengetahui cara menyusui yang benar yang dilengkapi dengan pengetahuan pijat endhoprin

Endorfin berasal dari kata endogen dan morfin, dengan endogen mengacu pada kelas dan morfin mengacu pada morfin. Endorfin adalah sejenis hormon kebahagiaan yang tersusun dari molekul protein yang diproduksi oleh sel-sel di sistem saraf dan bagian tubuh lainnya. Endorfin sebelumnya dikenal sebagai zat dengan banyak manfaat. Beberapa di antaranya termasuk mengatur pertumbuhan dan produksi hormon seks, mengendalikan rasa sakit dan nyeri kronis, mengurangi stres, dan meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Endorfin dalam tubuh dapat diaktifkan dengan berbagai aktivitas, termasuk pernapasan dalam dan relaksasi, serta meditasi [14]

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu (one group pretest and posttest design). Berlangsung antara bulan April hingga Juli 2021. Penelitian ini melibatkan 31 ibu menyusui dari Puskesmas Arjasa, Kecamatan Arjasa, Kabupaten Situbondo. Purposive sampling digunakan dalam proses pengambilan sampel. Penelitian ini menggunakan media pembelajaran multimedia video. Pemberian video dengan mengirimkan file ke *handphone* responden. Memberikan penjelasan dan cara mempraktikkan pemijatan. Setiap minggu, dengan menggunakan instrumen lembar observasi, kaji pengetahuan tentang pijat endorfin. Ibu menyusui mengisi lembar observasi ini untuk menunjukkan bahwa dia mengerti dan merasakan efek pijat endorphin. Pengamatan yang dilakukan merupakan pengamatan tidak langsung.

Peneliti memilih mahasiswa semester akhir yang memenuhi kriteria aktif dalam kegiatan dan bersedia menjadi pengamat serta yang menandatangani lembar persetujuan. Sebelumnya observer diajari cara mengisi lembar observasi guna mengantisipasi pertanyaan dari observer yang tidak dipahami dan akan dibahas tuntas. Catatan peneliti digunakan untuk mengisi informasi demografi responden, seperti usia ibu, usia ibu, pendidikan, pekerjaan, paritas, dan pendidikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Ibu Menyusui Desa Lamongan

Kategori usia	Frekuensi	Persentase
17-25 tahun	13	42%
26-35 tahun	15	48%
>35 tahun	3	10%

Umur bayi (bulan)	Frekuensi	Persentase
0-3 bulan	3	9.68%
3-12 bulan	28	90.32%

Anak ke	Frekuensi	Persentase
1	23	74%
2	7	23%
3	1	3%

Pendidikan	Frekuensi	Persentase
SD	4	13%
SMP	8	26%
SMA	14	45%
PT	5	16%

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
Guru	3	10%
Wiraswasta	7	23%
Irt	21	68%

Berdasarkan tabel di atas, karakteristik ibu menyusui menurut usia menunjukkan persentase tertinggi berada pada kategori usia antara 26-35 tahun, yaitu sebanyak 48 persen

(15 orang), dan persentase terendah berada pada kategori usia > 35 tahun, dengan sedikitnya 10 persen (3 orang).

Pembagian diklasifikasikan menjadi SD, SMP, SMA, dan PT berdasarkan pendidikan terakhir ibu. Berdasarkan data, persentase tertinggi responden tamat SLTA (45 persen) dan persentase terendah tamat SD (13 persen (4 orang) dan SLTP (26 persen) (8 orang).

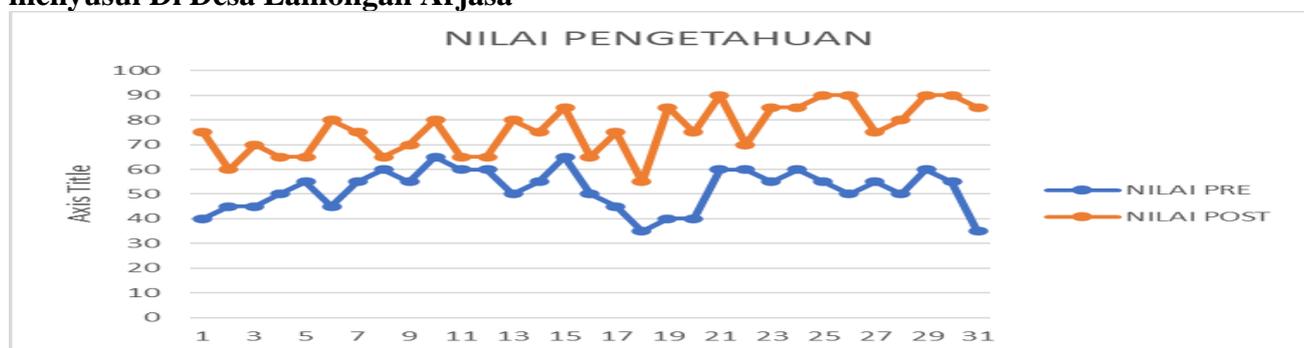
Guru, Pengusaha, Petani, dan IRT adalah pekerjaan yang terwakili dalam distribusi. Responden dengan persentase IRT tertinggi 68 persen (21 orang) adalah swasta, sedangkan guru memiliki persentase terendah (10 persen) (3 orang).

Tabel 2. Rekapitulasi nilai pre dan Post

RESPONDEN	NILAI PRE	NILAI POST
1	40	75
2	45	60
3	45	70
4	50	65
5	55	65
6	45	80
7	55	75
8	60	65
9	55	70
10	65	80

11	60	65
12	60	65
13	50	80
14	55	75
15	65	85
16	50	65
17	45	75
18	35	55
19	40	85
20	40	75
21	60	90
22	60	70
23	55	85
24	60	85
25	55	90
26	50	90
27	55	75
28	50	80
29	60	90
30	55	90
31	35	85
MEAN	51.94	76.13
KENAIKAN	46.58%	

Perubahan Pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian video learning multimedia pada ibu menyusui Di Desa Lamongan Arjasa



Berdasarkan tabel di atas, rata-rata skor sebelum perlakuan dan setelah perlakuan meningkat sebesar 53,56 persen.

Tabel 3. Uji Wilcoxon digunakan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan yang signifikan rerata hasil pretest dan posttest.:

Variabel	Sebelum	Setelah	P-Value
Pengetahuan	51.94	76.13	0.000

Uji Wilcoxon Signed Rank Test

Hasil uji Wilcoxon menunjukkan ranking positif yang menunjukkan bahwa semua responden memperoleh peningkatan pengetahuan sebagai hasil dari intervensi.

Uji Wilcoxon

Tabel 4. Test Statistics^b

	Post Test - Pre Test
Z	-4.636 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Kesimpulan: Dengan p-value 0,000 dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh kelancaran menyusui pada ibu menyusui sebelum dan sesudah menonton video tentang pengetahuan pijat endorfin.

Pengetahuan ibu menyusui tentang pijat Edhoprin melalui video learning multimedia

Beberapa faktor yang mempengaruhi perubahan pengetahuan lebih signifikan dalam penelitian ini karena media yang digunakan adalah multimedia pembelajaran video, dibandingkan dengan metode ceramah yang monoton. Responden akan lebih fokus dari awal materi sampai akhir materi jika sudah termasuk video learning media. Notoatmodjo 2014 dikutip. Sikap adalah kumpulan gejala yang terjadi sebagai respon terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap membutuhkan pemikiran, perasaan, dan konsentrasi. Keempat sikap tersebut adalah menerima

(receiving), menanggapi (responding), menghargai (valuing), dan bertanggung jawab (responsible). Penggunaan media pembelajaran video memudahkan responden untuk membangkitkan minat belajar, dan pengaruhnya terhadap pengetahuan dalam mempersiapkan mereka untuk proses menyusui cukup signifikan. Beberapa temuan penelitian, termasuk temuan dari Munir [15], mendukung penggunaan metode pembelajaran video dan pengaruhnya terhadap pengetahuan dalam penelitian ini. Penelitian Mardika juga menunjukkan adanya hubungan antara penggunaan media pembelajaran video dengan peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap siswa SMA Malang [17]. Sikap adalah suatu tindakan atau aktivitas yang menuntut kesiapan untuk bereaksi terhadap suatu objek serta menghargai objek tersebut. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Alini dan Indrawati, hasil uji statistik dengan menggunakan video diperoleh p-value sebesar 0,000. Artinya pengetahuan ibu menyusui tentang pijat endorfin berpengaruh terhadap kelancaran menyusui.

Kemampuan media video untuk menarik perhatian merupakan bagian penting dari individu untuk mengubah pengetahuan dan sikapnya. Kemampuan berpikir kritis responden dapat ditingkatkan dengan menggunakan media pembelajaran audio visual. Penggunaan media video pembelajaran multimedia dapat membantu ibu menyusui dalam mempersiapkan diri untuk menyusui. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya, yang menemukan bahwa ketika remaja mendekati menarche, mereka dipengaruhi oleh informasi yang diperoleh dari televisi, radio, majalah, atau media lainnya. Media video dengan tujuan sebagai alat bantu pendidikan memiliki fungsi persuasif dalam upaya mengontrol pengetahuan, sikap, dan perilaku khalayak, bukan hanya sekedar memberikan hiburan. Media video memiliki beberapa manfaat, antara lain menarik perhatian, menyajikan gambar-gambar yang realistis, memperjelas konsep-konsep abstrak, menggunakan teknik dan efek yang mempengaruhi emosi seseorang, dan menggambarkan suatu peristiwa secara akurat,

sehingga dapat digunakan untuk mengubah pengetahuan dan sikap. Asumsi peneliti tentang media pembelajaran multimedia video sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu menyusui bagi yang mengikuti penelitian ini karena kondisi saat ini serba digital dengan metode baru dalam pendidikan kesehatan, membangkitkan semangat dan minat belajar ibu menyusui dengan metode baru. , dan tentunya materi yang disampaikan merupakan materi edukasi yang dibutuhkan saat ini dan berdasarkan hasil penelitian. Video juga menjadi salah satu bagian dari pelatihan karena hasil menunjukkan pengetahuan peserta beragam bahkan setelah mengikuti pelatihan [1]

Dalam penelitian pijat endhoprin ini kualitas keseluruhan video cocok untuk tujuan akhir penelitian. Semua responden setuju bahwa videonya mudah digunakan dan dipahami. Memiliki video sebagai bagian dari alat penelitian membantu peneliti untuk menyampaikan isi modul dengan cara yang lebih efisien. Lebih sedikit demonstrasi yang dibutuhkan dan mudah untuk menarik perhatian peserta pada topik dibahas. Video menyimpulkan setiap topik dengan baik apalagi dengan unsur 'file di bawa pulang' poin pesan di akhir setiap video. Video berguna untuk ditinjau dan dibagikan karena dapat di bluetooth ke peserta yang mempunyai smartphone. Mereka dapat menonton berkali-kali video tersebut sebanyak yang diperlukan untuk lebih baik memahami topik yang mereka tidak jelas selama penjelasan. Hal itu dapat memberdayakan mereka untuk mendapatkan pengetahuan dan kepercayaan diri dalam mendukung ibu-ibu lain dalam masyarakat untuk meningkatkan pemberian ASI. Video pijat endhoprin yang relevan dengan para ibu sesuai dengan kebutuhan masing-masing dapat membantu dalam meningkatkan praktik menyusui mereka dan dapat membantu ibu baru menyusui dengan durasi lebih lama dan mempertahankan pemberian ASI eksklusif selama setidaknya 6 bulan pascapersalinan [18]. Adanya intervensi seperti konseling dan video pijat endhoprin atau kombinasi keduanya terbukti efektif dalam memulai dan melanjutkan proses menyusui pada saat masa

nifas. Video pijat endhoprin dapat dibagikan untuk mendukung ibu dan membantu menyampaikan pesan dan memahami konsep dan teknik pijatan yang lebih baik. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian Ezura Madiana Md Monoto yang menunjukkan bahwa Semua peserta merasa bahwa video menyusui dibuat pelatihan lebih efektif dan membantu mengubah pemahaman dan pendekatan mereka. Para pelatih setuju bahwa video telah mencakup semua topik utama yang perlu disampaikan dalam modul pelatihan dan membantu mereka untuk menyampaikan topik terpenting dalam membantu ibu menyusui dengan cara yang lebih praktis selain itu menurut Alison M. Taylor [19] penggunaan narasi video perempuan dalam pendidikan kebidanan, melalui kekuatan mereka untuk mengintegrasikan pembelajaran afektif, kognitif, dan untuk mempromosikan proses pembelajaran transformatif. Pendekatan baru ini membawa pembelajaran bernilai manfaat dengan meningkatkan potensi untuk meningkatkan sikap terhadap mendukung ibu menyusui dan meningkatkan praktek klinis [20] dan menurut Bethou Adhisivam bahwa program pendidikan kesehatan berbasis video dikombinasikan dengan laktasi rutin konseling meningkatkan pengetahuan tentang ASI eksklusif di kalangan postnatal ibu primipara lebih baik dibandingkan dengan konseling laktasi rutin saja [21]. Namun, keduanya intervensi memiliki efek yang sama pada tingkat menyusui eksklusif pada enam bulan dengan penggunaan media video pijat endhoprin dapat mensukseskan program ASI eksklusif dengan keterlibatan bidan dalam memberikan asuhan secara berkesinambungan [22]

Namun hal ini berbeda dengan hasil penelitian Ann L. Kellams yang menunjukkan bahwa video pendidikan menyusui saja tidak efektif dalam meningkatkan praktik menyusui. Tingkat menyusui pada populasi berisiko ini kemungkinan memerlukan upaya yang dimulai pada awal kehamilan atau prakonsepsi. Video itu ditunjukkan pada trimester ketiga untuk menjangkau wanita yang mendekati waktunya. Namun, ini mungkin sudah terlambat untuk berdampak pada keputusan untuk memulai

menyusui karena keputusan ini terjadi pada awal kehamilan, atau mungkin sebelum kehamilan [23] Pada saat konseling kehamilan trimester ketiga, ibu dapat diberikan informasi terkait laktasi dan persiapan menyusui. Untuk ibu bekerja agar dapat tetap memberikan ASI dapat menggunakan tehnik pemerah ASI. Berdasarkan hasil penelitian Ningsih dkk [24] buku pegangan ASI dapat memudahkan ibu hamil dalam mempelajari buku saku *ASI Perah*, karena buku saku ini dapat digunakan kapan saja, dimana saja dan oleh siapa saja

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil temuan penelitian dan analisis data penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh peningkatan pengetahuan ibu menyusui melalui multimedia video learning di Desa Lamongan Arjasa Kabupaten Situbondo. Pijat endorfin melalui video dapat dijadikan sebagai media edukasi bagi ibu menyusui dan dapat memberikan dampak positif terhadap pemberian ASI eksklusif.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] S. B. Pertami, B. Budiono, and I. Rahmawati, "Optimizing the Endorphin and Oxytocin Massage to Increase Breast Milk Production among Postpartum Mother in Indonesia," *NurseLine J.*, vol. 5, no. 1, p. 214, 2020, doi: 10.19184/nlj.v5i1.16825.
- [2] P. C. Saldana, S. I. Venancio, S. R. D. M. Saldavab, D. G. Vieira, and D. F. de Mello, "Milk Consumption In Infants Under One Year Of Age And Variables Associated With Non Maternal Milk Consumption," *Pediatrics (Santiago)*, vol. 35, no. 4, pp. 407–414, 2017, [Online]. Available: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5737270/>.
- [3] Depkes, "Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2015," 2015.
- [4] K. R. Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Puslitbang Humaniora dan Manajemen Kesehatan, "Hasil Utama Riskesdas 2018 Provinsi

- Jawa Timur," Surabaya, 2018. [Online]. Available: <https://dinkes.kedirikab.go.id/konten/uu/22033-hasil-riskesdas-jatim-2018.pdf>.
- [5] C. Castellote *et al.*, "Premature delivery influences the immunological composition of colostrum and transitional and mature human milk," *J Nutr*, vol. 141, no. 6, pp. 1181–7, 2011, doi: 10.3945/jn.110.133652.
- [6] Kemenkes, *Profil Kesehatan Indonesia 2014*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2014.
- [7] D. A. Ningsih and I. Sakinah, "The Effect of Development of a Psychoeducation Guidebook in the Management on Postpartum Depression Symptoms," *Int. J. Nurs. Heal. Serv.*, vol. 4, no. 3, pp. 266–276, 2021, doi: <https://doi.org/10.35654/ijnhs.v4i3.440>.
- [8] A. Yaqub and S. Gul, "Reasons for failure of exclusive breastfeeding in children less than six months of age," *J Ayub Med Coll Abbottabad*, vol. 25, no. 1, pp. 165–7, 2013, [Online]. Available: [https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25098086/#:~:text=The commonest reason of failure,in 6 \(1.9%25\) cases.](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25098086/#:~:text=The commonest reason of failure,in 6 (1.9%25) cases.)
- [9] N. J. Shoorab, M. Mirteimouri, A. Taghipour, and R. L. Roudsari, "Women's experiences of emotional recovery from childbirth-related perineal trauma: A qualitative content analysis," *Int. J. Community Based Nurs. Midwifery*, vol. 7, no. 3, pp. 181–191, 2019, doi: 10.30476/IJCBNM.2019.44993.
- [10] E. Özalkaya, Z. Aslandoğdu, A. Özkoral, S. Topcuoğlu, and G. Karatekin, "Effect of a galactagogue herbal tea on breast milk production and prolactin secretion by mothers of preterm babies," *Niger. J. Clin. Pract.*, vol. 21, no. 1, pp. 38–42, 2018, doi: 10.4103/1119-3077.224788.
- [11] D. A. Ningsih, D. M. Andini, T. Indriani, and U. N. Kholifah, "Pengaruh Demonstrasi Pijat Laktasi terhadap Kelancaran ASI," in *The 4th Conference on Innovation and*

- Application of Science and Technology (CIASTECH 2021)*, 2021, no. Ciastech, pp. 615–620, [Online]. Available: <http://publishing-widyagama.ac.id/ejournal-v2/index.php/ciastech/article/view/3361>.
- [12] Dewi Andariya Ningsih, “Faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif,” *J. Penelit. Kesehat. Suara Forikes*, vol. 9, no. 2, pp. 2013–2015, 2018, [Online]. Available: <http://forikes-ejournal.com/index.php/SF/article/view/9204/pdf>.
- [13] D. A. Ningsih, “Dukungan Ayah Dalam Pemberian Air Susu Ibu,” *OKSITOSIN J. Ilm. Kebidanan*, vol. 5, no. 1, pp. 50–57, 2018, doi: 10.35316/oksitosin.v5i1.360.
- [14] J. Winberg, “Oxytocin and Prolactin Levels in Breast-Feeding Women. Correlation with milk Yield and Duration of Breast-feeding,” *Acta Obstet. Gynecol. Scand.*, vol. 69, no. 4, pp. 301–306, 1990, doi: 10.3109/00016349009036151.
- [15] Munir, *Multimedia Konsep & Aplikasi Dalam Pendidikan*, vol. 58, no. 12. 2012.
- [16] D. A. Ningsih, “Penerapan Modul Abah Umi ‘Mahir Merawat’ untuk Deteksi Faktor Resiko BBLR terhadap Pengetahuan Ibu Hamil,” *J. Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, vol. 12, no. 1, pp. 91–96, 2021, [Online]. Available: <https://ejr.stikesmuhkudus.ac.id/index.php/jikk/article/view/884/585>.
- [17] R. Mardika, “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang BIs Menggunakan Media Video Dan Metode Demonstrasi Cpr Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Siswa SMA,” 2019. [Online]. Available: <https://eprints.umm.ac.id/53435/>.
- [18] L. M. Wallace, Y. Ma, L. Q. Qiu, and O. M. Dunn, “Educational videos for practitioners attending Baby Friendly Hospital Initiative workshops supporting breastfeeding positioning, attachment and hand expression skills: Effects on knowledge and confidence,” *Nurse Educ. Pract.*, vol. 31, no. April, pp. 7–13, 2018, doi: 10.1016/j.nepr.2018.04.005.
- [19] A. M. Taylor and M. Hutchings, “Using video narratives of women’s lived experience of breastfeeding in midwifery education: exploring its impact on midwives’ attitudes to breastfeeding,” *Matern Child Nutr.*, vol. 8, no. 1, pp. 88–102, 2012, doi: 10.1111/j.1740-8709.2010.00258.x.
- [20] M. S. Fewtrell *et al.*, “Optimal duration of exclusive breastfeeding: What is the evidence to support current recommendations?,” *Am. J. Clin. Nutr.*, vol. 85, no. 2, pp. 635–638, 2007, doi: 10.1093/ajcn/85.2.635s.
- [21] B. Adhisivam, B. V. Bhat, R. Poorna, M. Thulasingham, F. Pournami, and R. Joy, “Postnatal counseling on exclusive breastfeeding using video - experience from a tertiary care teaching hospital, south India,” *J Matern Fetal Neonatal Med*, vol. 30, no. 7, pp. 834–838, 2017, doi: 10.1080/14767058.2016.1188379.
- [22] A. McFadden *et al.*, “Support for healthy breastfeeding mothers with healthy term babies,” *Cochrane Database Syst Rev*, vol. 18, no. 8, 2017, doi: 10.1002/14651858.CD001141.pub5.
- [23] A. L. Kellams *et al.*, “The Impact of a Prenatal Education Video on Rates of Breastfeeding Initiation and Exclusivity during the Newborn Hospital Stay in a Low-income Population,” *J Hum Lact*, vol. 32, no. 1, pp. 152–9, 2016, doi: 10.1177/0890334415599402.
- [24] D. A. Ningsih and M. Rohmah, “Developing an Educational Package through Handbook of How to Express Breast Milk for Working Mother at Sumberejo Banyuputih Village in Situbondo,” *Str. J. Ilm. Kesehat.*, vol. 10, no. 1, pp. 1297–1306, 2021, doi: 10.30994/sjik.v10i1.613.

