

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar ASI

1. Definisi Air Susu Ibu

Air Susu Ibu (ASI) merupakan cairan biologis alami yang diproduksi oleh kelenjar mammae ibu setelah persalinan dan menjadi sumber nutrisi utama bagi bayi pada masa awal kehidupan. ASI mengandung zat gizi lengkap yang terdiri dari karbohidrat, protein, lemak, vitamin, serta mineral yang diperlukan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal. Selain itu, ASI juga memiliki komponen bioaktif seperti enzim pencernaan dan antibodi yang berperan dalam meningkatkan daya tahan tubuh bayi terhadap berbagai penyakit. Komposisi ASI telah disesuaikan secara fisiologis dengan kebutuhan bayi sehingga lebih mudah dicerna dan diserap dibandingkan makanan lain. Oleh sebab itu, pemberian ASI sejak dini merupakan bagian penting dalam pemenuhan kebutuhan dasar bayi sekaligus mendukung kesehatan bayi secara menyeluruh pada periode awal kehidupannya (Maryunani, 2022).

ASI juga memiliki karakteristik khusus yang tidak dapat sepenuhnya digantikan oleh susu formula karena kandungannya tidak hanya berfungsi sebagai sumber nutrisi, tetapi juga memberikan perlindungan imunologis. ASI mengandung zat kekebalan alami yang membantu melindungi bayi dari berbagai infeksi, terutama pada masa neonatal

ketika sistem imun bayi masih belum berkembang sempurna. Selain manfaat biologis tersebut, pemberian ASI juga mendukung keberhasilan proses menyusui karena hubungan langsung antara ibu dan bayi dapat membantu kelancaran produksi ASI. Dengan demikian, ASI merupakan makanan yang paling sesuai bagi bayi karena memiliki kandungan nutrisi sekaligus faktor protektif yang mendukung tumbuh kembang bayi secara optimal (Roesli, 2021).

ASI diposisikan sebagai makanan alami pertama yang mampu memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi bayi selama beberapa bulan pertama kehidupan. Pemberian ASI memberikan kontribusi penting dalam menurunkan risiko terjadinya penyakit infeksi seperti diare dan infeksi saluran pernapasan, yang sering menjadi penyebab utama kesakitan pada bayi. Selain itu, ASI juga berperan dalam mendukung perkembangan kognitif karena mengandung zat gizi esensial yang diperlukan untuk pertumbuhan otak. Pemberian ASI secara optimal tidak hanya memberikan manfaat jangka pendek berupa perlindungan terhadap penyakit, tetapi juga memberikan dampak kesehatan jangka panjang hingga usia dewasa, sehingga ASI menjadi intervensi dasar yang sangat penting dalam meningkatkan kualitas kesehatan anak (WHO, 2021).

Air Susu Ibu juga menjadi bagian penting dalam pemenuhan hak bayi untuk memperoleh nutrisi terbaik pada awal kehidupan. Pemberian ASI secara optimal dipandang sebagai strategi utama dalam mendukung

pertumbuhan bayi yang sehat serta menurunkan angka kesakitan bayi, khususnya pada enam bulan pertama kehidupan. Selain itu, praktik pemberian ASI berperan dalam mencegah masalah gizi seperti stunting dan malnutrisi yang masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat. Dengan demikian, pemberian ASI tidak hanya berpengaruh pada kesehatan individu bayi, tetapi juga memiliki kontribusi besar terhadap peningkatan kualitas kesehatan masyarakat secara global (UNICEF, 2022).

ASI tidak hanya memberikan manfaat biologis, tetapi juga memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan bayi secara holistik, termasuk aspek psikologis dan emosional. Proses menyusui menciptakan interaksi langsung antara ibu dan bayi melalui kontak kulit serta kedekatan emosional yang dapat memberikan rasa aman pada bayi. Selain itu, pemberian ASI sejak dini mendukung pembentukan sistem kekebalan tubuh bayi karena kandungan antibodi dan faktor imunologis di dalamnya membantu bayi beradaptasi dengan lingkungan luar. Oleh sebab itu, pemberian ASI dipandang sebagai upaya penting dalam mendukung tumbuh kembang bayi secara optimal sekaligus meningkatkan kesehatan bayi dalam jangka panjang (IDAI, 2022).

2. Kandungan dan komposisi Air Susu Ibu (ASI)

ASI memiliki komposisi zat gizi yang lengkap dan seimbang sehingga mampu memenuhi kebutuhan nutrisi bayi pada masa awal kehidupan. Kandungan utama ASI terdiri dari karbohidrat, protein,

lemak, vitamin, serta mineral yang diperlukan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal. Selain itu, ASI juga mengandung enzim dan hormon yang membantu proses pencernaan serta metabolisme bayi. Keunggulan ASI terletak pada komposisinya yang mudah diserap oleh tubuh bayi karena telah disesuaikan dengan kemampuan sistem pencernaan bayi yang masih berkembang, sehingga ASI menjadi makanan paling ideal bagi bayi sejak lahir (Maryunani, 2022).

Komponen karbohidrat utama dalam ASI adalah laktosa yang berperan sebagai sumber energi dan mendukung perkembangan sistem saraf pusat. Protein dalam ASI didominasi oleh whey yang lebih mudah dicerna dibandingkan kasein, sehingga mengurangi risiko gangguan pencernaan pada bayi. Lemak dalam ASI merupakan sumber kalori terbesar yang berfungsi penting dalam perkembangan otak serta pembentukan jaringan tubuh bayi. Dengan komposisi tersebut, ASI tidak hanya memberikan energi, tetapi juga mendukung perkembangan kognitif dan fisik bayi secara optimal (Roesli, 2021).

Selain kandungan zat gizi, ASI juga memiliki komponen imunologis yang berperan penting dalam meningkatkan daya tahan tubuh bayi. Kandungan imunoglobulin, terutama IgA, membantu melindungi bayi dari infeksi saluran pencernaan dan pernapasan. ASI juga mengandung sel darah putih serta faktor antiinflamasi yang berperan dalam mencegah kolonisasi bakteri patogen pada tubuh bayi. Oleh sebab itu, ASI tidak

hanya berfungsi sebagai sumber nutrisi, tetapi juga sebagai perlindungan alami terhadap berbagai penyakit infeksi pada awal kehidupan (WHO, 2021).

ASI juga mengandung berbagai faktor pertumbuhan dan komponen bioaktif lain yang mendukung pematangan organ tubuh bayi, terutama sistem pencernaan. Kandungan tersebut membantu bayi beradaptasi dengan lingkungan luar setelah lahir dan mendukung perkembangan fungsi tubuh secara optimal. Pemberian ASI secara optimal dipandang sebagai langkah penting dalam meningkatkan kesehatan bayi karena kandungan biologisnya tidak dapat sepenuhnya digantikan oleh susu formula maupun makanan lain (IDAI, 2022).

3. Jenis Air Susu Ibu (ASI)

ASI diproduksi melalui beberapa tahapan yang berbeda sesuai dengan usia bayi dan kebutuhan nutrisinya. Pada hari-hari pertama setelah persalinan, ASI yang keluar disebut kolostrum, yaitu cairan berwarna kekuningan dengan konsistensi lebih kental. Kolostrum mengandung antibodi dalam jumlah tinggi sehingga berperan sebagai perlindungan awal bagi bayi serta membantu sistem pencernaan bayi beradaptasi dengan makanan pertama. Kolostrum juga berfungsi sebagai imunisasi alami yang penting dalam mencegah infeksi pada masa neonatal (Roesli, 2021).

Setelah fase kolostrum, produksi ASI memasuki tahap transisi yang merupakan peralihan menuju ASI matur. Pada tahap ini, volume ASI

meningkat dan kandungan nutrisinya mulai menyesuaikan kebutuhan bayi yang sedang tumbuh. Selanjutnya, ASI matur diproduksi secara stabil sebagai sumber utama nutrisi bayi selama masa menyusui. Perubahan komposisi ASI tersebut menunjukkan bahwa ASI bersifat dinamis dan selalu menyesuaikan kebutuhan bayi sesuai tahap pertumbuhan dan perkembangan (Maryunani, 2022).

4. Manfaat Air Susu Ibu (ASI) bagi bayi

Pemberian ASI memberikan manfaat besar bagi bayi karena berperan dalam menurunkan risiko penyakit infeksi seperti diare dan infeksi saluran pernapasan. Kandungan antibodi alami dalam ASI membantu meningkatkan sistem kekebalan tubuh bayi sehingga bayi lebih terlindungi dari berbagai mikroorganisme penyebab penyakit. Selain itu, ASI juga mendukung perkembangan otak dan kemampuan kognitif bayi karena mengandung zat gizi esensial yang diperlukan untuk pertumbuhan sistem saraf. Dengan demikian, pemberian ASI berkontribusi dalam meningkatkan kualitas kesehatan bayi baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang (WHO, 2021).

ASI juga memberikan manfaat psikologis melalui kontak langsung antara ibu dan bayi selama proses menyusui. Interaksi ini mendukung terbentuknya ikatan emosional yang kuat serta memberikan rasa aman pada bayi. Selain itu, kandungan asam lemak esensial dalam ASI berperan penting dalam perkembangan otak sehingga mendukung pertumbuhan bayi secara menyeluruh. Oleh sebab itu, ASI tidak hanya

berfungsi sebagai makanan, tetapi juga sebagai faktor penting dalam mendukung tumbuh kembang bayi secara optimal (Roesli, 2021).

5. Manfaat Air Susu Ibu (ASI) bagi Ibu

Menyusui memberikan manfaat fisiologis bagi ibu karena dapat mempercepat pemulihan pascapersalinan. Hisapan bayi merangsang pelepasan hormon oksitosin yang membantu kontraksi uterus sehingga mengurangi perdarahan postpartum dan mempercepat involusi rahim. Selain itu, menyusui juga berkontribusi dalam menurunkan risiko kanker payudara dan kanker ovarium, sehingga memberikan keuntungan kesehatan jangka panjang bagi ibu (Maryunani, 2022).

Pemberian ASI juga memberikan manfaat psikologis karena meningkatkan kedekatan emosional antara ibu dan bayi. Keberhasilan menyusui dapat meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam merawat bayinya serta mendukung keberhasilan program ASI eksklusif. Oleh sebab itu, menyusui dipandang sebagai proses yang memberikan manfaat tidak hanya secara fisik tetapi juga secara emosional bagi ibu (Kemenkes RI, 2023).

B. Konsep ASI Eksklusif

1. Definisi ASI Eksklusif

ASI eksklusif merupakan pemberian Air Susu Ibu saja kepada bayi sejak lahir sampai usia enam bulan tanpa tambahan makanan atau minuman lain, termasuk air putih, kecuali obat, vitamin, atau mineral yang diberikan atas indikasi medis. Praktik ASI eksklusif dipandang

sebagai standar emas pemenuhan nutrisi bayi karena kandungan ASI telah memenuhi seluruh kebutuhan zat gizi bayi pada enam bulan pertama kehidupan. Pemberian ASI secara eksklusif juga mendukung pertumbuhan bayi yang optimal karena zat gizi dalam ASI mudah diserap dan sesuai dengan sistem pencernaan bayi yang masih berkembang (Kemenkes RI, 2023).

ASI eksklusif memiliki peran penting dalam memberikan perlindungan kesehatan bagi bayi karena kandungan imunologis di dalam ASI membantu meningkatkan daya tahan tubuh bayi terhadap berbagai penyakit infeksi. Pemberian ASI eksklusif juga berkontribusi dalam menurunkan angka kesakitan bayi akibat diare dan infeksi saluran pernapasan, sehingga menjadi salah satu strategi penting dalam upaya peningkatan kualitas kesehatan bayi. Oleh sebab itu, ASI eksklusif tidak hanya memenuhi kebutuhan nutrisi, tetapi juga berfungsi sebagai langkah preventif dalam menjaga kesehatan bayi sejak awal kehidupan (WHO, 2021).

ASI eksklusif dipandang sebagai praktik pemberian makan terbaik bagi bayi karena memberikan manfaat jangka panjang, termasuk menurunkan risiko obesitas, diabetes, serta penyakit metabolik pada usia dewasa. Selain itu, pemberian ASI eksklusif juga mendukung perkembangan kognitif bayi karena kandungan zat gizi esensial dalam ASI berperan dalam perkembangan otak. Dengan demikian,

keberhasilan ASI eksklusif menjadi faktor penting dalam mendukung kualitas tumbuh kembang anak secara menyeluruh (UNICEF, 2022).

2. Tujuan Pemberian ASI Eksklusif

Pemberian ASI eksklusif bertujuan untuk memastikan bayi memperoleh nutrisi yang optimal pada masa awal kehidupan sehingga dapat tumbuh dan berkembang secara maksimal. ASI eksklusif juga bertujuan untuk memberikan perlindungan alami melalui kandungan antibodi yang membantu mencegah penyakit infeksi pada bayi. Selain itu, praktik ini mendukung terciptanya pola pemberian makan yang sesuai dengan kebutuhan fisiologis bayi, sehingga risiko gangguan pencernaan dan malnutrisi dapat diminimalkan (Maryunani, 2022).

Tujuan lain dari pemberian ASI eksklusif adalah untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat melalui penurunan angka kesakitan dan kematian bayi. ASI eksklusif menjadi salah satu intervensi kesehatan yang efektif karena dapat mengurangi kejadian penyakit menular pada bayi serta meningkatkan status gizi bayi secara keseluruhan. Oleh sebab itu, keberhasilan program ASI eksklusif menjadi indikator penting dalam upaya peningkatan kesehatan ibu dan anak (Kemenkes RI, 2023).

3. Manfaat ASI Eksklusif

ASI eksklusif memberikan manfaat besar bagi bayi karena mampu memenuhi kebutuhan nutrisi lengkap serta memberikan perlindungan terhadap berbagai penyakit infeksi. Kandungan imunoglobulin dalam

ASI berperan dalam meningkatkan sistem kekebalan tubuh bayi sehingga bayi lebih terlindungi pada masa awal kehidupan. Selain itu, ASI eksklusif mendukung perkembangan kognitif karena kandungan asam lemak esensial dalam ASI penting bagi pertumbuhan otak bayi. Dengan demikian, ASI eksklusif berkontribusi dalam meningkatkan kualitas kesehatan bayi baik jangka pendek maupun jangka panjang (WHO, 2021).

ASI eksklusif juga memberikan manfaat bagi ibu karena menyusui dapat membantu mempercepat pemulihan pascapersalinan melalui kontraksi rahim yang dipicu oleh hormon oksitosin. Selain itu, menyusui secara eksklusif dapat menurunkan risiko kanker payudara dan kanker ovarium, sehingga memberikan keuntungan kesehatan jangka panjang bagi ibu. Pemberian ASI juga meningkatkan kedekatan emosional ibu dan bayi, sehingga mendukung kesehatan psikologis ibu dalam masa nifas (Maryunani, 2022).

4. Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan ASI Eksklusif

Keberhasilan pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah tingkat pengetahuan ibu mengenai manfaat dan cara pemberian ASI yang benar. Ibu dengan pengetahuan yang baik cenderung lebih siap dan memiliki motivasi tinggi untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Selain itu, dukungan keluarga terutama suami juga menjadi faktor penting dalam membantu ibu

mempertahankan praktik menyusui secara eksklusif selama enam bulan pertama (Roesli, 2021).

Keberhasilan pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah dukungan tenaga kesehatan melalui edukasi dan pendampingan sejak masa kehamilan hingga setelah persalinan. Informasi yang tepat mengenai manajemen laktasi, teknik menyusui, serta cara mengatasi masalah menyusui dapat meningkatkan keberhasilan ASI eksklusif. Oleh sebab itu, intervensi edukasi menjadi salah satu strategi utama dalam meningkatkan cakupan pemberian ASI eksklusif (IDAI, 2022).

Faktor lain yang mempengaruhi keberhasilan ASI eksklusif adalah tingkat pengetahuan ibu mengenai manfaat dan cara pemberian ASI yang benar. Ibu dengan pengetahuan yang baik cenderung lebih siap dan memiliki motivasi tinggi untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Selain itu, dukungan keluarga terutama suami juga menjadi faktor penting dalam membantu ibu

5. Hambatan dalam pemberian ASI eksklusif

Hambatan dalam pemberian ASI eksklusif dapat berasal dari faktor internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi kurangnya pengetahuan ibu, persepsi bahwa produksi ASI tidak cukup, serta adanya masalah laktasi seperti puting lecet atau bendungan ASI. Faktor eksternal meliputi pengaruh budaya, promosi susu formula, serta kurangnya dukungan keluarga dan lingkungan sekitar. Hambatan-

hambatan tersebut dapat menyebabkan ibu menghentikan pemberian ASI sebelum bayi mencapai usia enam bulan (Maryunani, 2022).

Hambatan lain juga berkaitan dengan kondisi sosial ekonomi dan pekerjaan ibu. Ibu yang bekerja sering mengalami kesulitan dalam mempertahankan ASI eksklusif karena keterbatasan waktu, kurangnya fasilitas menyusui di tempat kerja, serta minimnya kebijakan yang mendukung pemberian ASI. Oleh sebab itu, dukungan kebijakan dan lingkungan kerja ramah ASI menjadi faktor penting dalam keberhasilan program ASI eksklusif (UNICEF, 2022).

6. Mitos ASI Eksklusif

Pemberian ASI eksklusif masih sering terhambat oleh berbagai mitos yang berkembang di masyarakat. Mitos tersebut umumnya berasal dari kepercayaan turun-temurun, pengalaman subjektif, serta informasi yang tidak berbasis bukti ilmiah. Padahal, secara ilmiah ASI eksklusif telah direkomendasikan oleh World Health Organization dan UNICEF sebagai standar emas pemberian nutrisi bayi sejak lahir hingga usia enam bulan karena mampu memenuhi seluruh kebutuhan gizi dan cairan bayi tanpa tambahan makanan atau minuman lain (WHO, 2023).

Salah satu mitos yang paling sering ditemui adalah anggapan bahwa ASI saja tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi sampai usia enam bulan, sehingga bayi perlu diberikan tambahan makanan atau air putih lebih dini. Pandangan ini tidak sesuai dengan bukti ilmiah, karena ASI mengandung komposisi nutrisi yang lengkap, termasuk protein,

lemak, karbohidrat, vitamin, mineral, dan air dalam jumlah yang sesuai dengan kebutuhan fisiologis bayi. Pemberian makanan tambahan sebelum usia enam bulan justru berisiko meningkatkan gangguan pencernaan dan infeksi pada bayi (Victora et al., 2023).

Mitos lain yang masih dipercaya adalah bahwa ukuran atau bentuk payudara ibu menentukan banyak atau tidaknya produksi ASI. Secara ilmiah, produksi ASI tidak ditentukan oleh ukuran payudara, melainkan oleh mekanisme supply and demand, yaitu semakin sering bayi menyusu maka semakin banyak ASI yang diproduksi. Kurangnya pemahaman terhadap mekanisme ini dapat menurunkan kepercayaan diri ibu dan mendorong penggunaan susu formula secara dini (Rollins et al., 2024).

Selain itu, menangisnya bayi sering dianggap sebagai tanda bahwa bayi lapar dan ASI ibu tidak mencukupi. Padahal, menangis pada bayi dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti rasa tidak nyaman, popok basah, kelelahan, atau kebutuhan akan kontak dengan ibu. Persepsi keliru ini sering menjadi alasan utama pemberian makanan tambahan sebelum waktunya dan berkontribusi terhadap kegagalan ASI eksklusif (Binns et al., 2023).

Mitos mengenai kondisi psikologis ibu juga turut memengaruhi praktik ASI eksklusif. Banyak ibu percaya bahwa stres atau kelelahan akan menghentikan produksi ASI. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa stres lebih berpengaruh pada refleks pengeluaran ASI (let-down

reflex), bukan pada produksi ASI itu sendiri. Dengan dukungan emosional, edukasi, dan teknik menyusui yang benar, ibu tetap dapat menyusui secara optimal meskipun mengalami stres ringan hingga sedang (Brown & Shenker, 2024).

Studi-studi terkini juga menunjukkan bahwa kepercayaan terhadap mitos menyusui berhubungan erat dengan rendahnya breastfeeding self-efficacy pada ibu. Semakin banyak mitos yang dipercayai, semakin rendah kepercayaan diri ibu dalam memberikan ASI eksklusif, yang pada akhirnya berdampak pada keputusan untuk menghentikan ASI eksklusif sebelum enam bulan (Zhao et al., 2025).

C. Manajemen Laktasi

1. Definisi Manajemen Laktasi

Manajemen laktasi merupakan upaya terencana yang dilakukan untuk membantu ibu dalam mempersiapkan, melaksanakan, dan mempertahankan proses menyusui secara optimal sejak masa kehamilan, persalinan, hingga masa nifas. Manajemen laktasi mencakup berbagai aspek seperti persiapan payudara, teknik menyusui yang benar, pemberian ASI secara eksklusif, serta penanganan masalah yang dapat muncul selama menyusui. Penerapan manajemen laktasi yang tepat berperan penting dalam meningkatkan keberhasilan ibu dalam memberikan ASI kepada bayinya, sehingga kebutuhan nutrisi bayi dapat terpenuhi secara optimal selama enam bulan pertama kehidupan (Maryunani, 2022).

Manajemen laktasi juga berkaitan dengan kemampuan ibu untuk memahami proses fisiologis produksi ASI serta cara mempertahankan kelancaran pengeluaran ASI. Keberhasilan menyusui tidak hanya ditentukan oleh faktor biologis, tetapi juga dipengaruhi oleh dukungan psikologis dan lingkungan sekitar. Oleh sebab itu, manajemen laktasi menjadi bagian penting dalam asuhan kebidanan karena membantu ibu mengatasi hambatan menyusui serta meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam memberikan ASI secara berkelanjutan (Roesli, 2021).

2. Tujuan Manajemen Laktasi

Manajemen laktasi bertujuan untuk mendukung ibu agar mampu memberikan ASI secara optimal kepada bayinya sejak dini. Tujuan utama dari manajemen laktasi adalah memastikan bayi memperoleh nutrisi terbaik melalui ASI eksklusif serta mempertahankan pemberian ASI hingga usia dua tahun atau lebih dengan makanan pendamping yang sesuai. Selain itu, manajemen laktasi juga bertujuan untuk mencegah terjadinya masalah laktasi seperti bendungan ASI, puting lecet, maupun produksi ASI yang tidak lancar, sehingga proses menyusui dapat berlangsung dengan nyaman dan efektif (Maryunani, 2022).

Tujuan lain dari manajemen laktasi adalah meningkatkan kesehatan ibu dan bayi melalui praktik menyusui yang benar. Proses menyusui yang berhasil dapat membantu menurunkan angka kesakitan bayi akibat penyakit infeksi serta mendukung tumbuh kembang bayi secara optimal. Selain itu, menyusui juga memberikan manfaat bagi ibu karena

membantu pemulihan pascapersalinan serta menurunkan risiko penyakit tertentu. Oleh sebab itu, manajemen laktasi merupakan strategi penting dalam program kesehatan ibu dan anak (Kemenkes RI, 2023).

3. Tahapan Manajemen Laktasi

Manajemen laktasi dimulai sejak masa kehamilan melalui pemberian edukasi kepada ibu mengenai pentingnya ASI, manfaat ASI eksklusif, serta persiapan menyusui setelah persalinan. Pada masa ini, ibu perlu diberikan informasi mengenai perubahan fisiologis payudara, cara merawat payudara, serta kesiapan mental untuk menyusui.

Persiapan sejak hamil menjadi faktor penting karena dapat meningkatkan motivasi ibu dan mendukung keberhasilan pemberian ASI setelah bayi lahir (Roesli, 2021).

Tahapan manajemen laktasi berlanjut pada masa persalinan dan segera setelah bayi lahir melalui pelaksanaan inisiasi menyusui dini (IMD). IMD membantu merangsang produksi ASI serta meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Kontak kulit antara ibu dan bayi pada satu jam pertama kehidupan memberikan stimulasi hormonal yang penting bagi pengeluaran ASI. Oleh sebab itu, pelaksanaan IMD merupakan bagian penting dari manajemen laktasi yang harus dilakukan secara optimal (WHO, 2021).

Tahapan berikutnya adalah masa nifas, ketika ibu perlu menerapkan teknik menyusui yang benar, posisi dan perlekatan yang tepat, serta menjaga frekuensi menyusui sesuai kebutuhan bayi. Pada masa ini, ibu

juga perlu memperoleh dukungan tenaga kesehatan untuk mengatasi masalah yang sering muncul seperti puting lecet, bendungan ASI, atau bayi kesulitan menyusui. Dengan pendampingan yang baik, ibu dapat mempertahankan pemberian ASI secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi (IDAI, 2022).

4. Teknik Menyusui yang Benar dalam Manajemen Laktasi

Teknik menyusui yang benar merupakan salah satu komponen penting dalam manajemen laktasi karena dapat mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI. Posisi ibu dan bayi yang tepat serta perlekatan mulut bayi pada payudara yang benar akan membantu bayi memperoleh ASI secara optimal sekaligus mencegah masalah seperti puting lecet. Selain itu, teknik menyusui yang benar juga membantu merangsang pengeluaran ASI secara lancar sehingga produksi ASI dapat terjaga sesuai kebutuhan bayi (Maryunani, 2022).

Perlekatan yang baik ditandai dengan mulut bayi terbuka lebar, sebagian besar areola masuk ke dalam mulut bayi, serta dagu bayi menempel pada payudara ibu. Dengan teknik tersebut, proses menyusui menjadi lebih efektif dan bayi dapat menghisap ASI dengan maksimal. Oleh sebab itu, edukasi mengenai teknik menyusui yang benar perlu diberikan kepada ibu sejak masa kehamilan hingga masa nifas untuk mendukung keberhasilan manajemen laktasi (Roesli, 2021).

5. Cara memerah ASI

Memerah ASI merupakan salah satu bagian dari manajemen laktasi yang bertujuan untuk mempertahankan produksi ASI dan memastikan bayi tetap mendapatkan ASI ketika ibu tidak dapat menyusui secara langsung. Cara memerah ASI dapat dilakukan secara manual maupun menggunakan pompa ASI. Pemerahan secara manual dilakukan dengan mencuci tangan terlebih dahulu, kemudian memijat payudara secara lembut untuk merangsang refleks oksitosin, setelah itu ibu menempatkan ibu jari dan jari telunjuk di tepi areola membentuk huruf C, lalu menekan ke arah dada dan memijat secara ritmis tanpa menarik puting. Proses ini dilakukan secara berulang hingga ASI keluar dan payudara terasa lebih kosong. Pemerahan dilakukan setiap 2–3 jam untuk menjaga produksi ASI tetap optimal (Walyani & Purwoastuti, 2022).

6. Cara pemberian ASI Perah

ASI perah diberikan kepada bayi dengan memperhatikan keamanan dan kebersihan. ASI yang disimpan di lemari es atau freezer harus dicairkan terlebih dahulu dengan merendam wadah dalam air hangat, tidak direbus dan tidak menggunakan microwave karena dapat merusak kandungan nutrisi dan antibodi dalam ASI. Pada bayi usia dini, pemberian menggunakan sendok atau cangkir (cup feeder) lebih dianjurkan untuk mencegah bingung puting. ASI yang telah dihangatkan

sebaiknya segera diberikan dan tidak disimpan kembali (Purwoastuti & Walyani, 2023).

7. Cara Penyimpanan ASI Perah

Penyimpanan ASI perah harus menggunakan wadah steril berbahan kaca atau plastik khusus penyimpanan ASI yang bebas BPA serta diberi label tanggal dan waktu pemerahan. Pada suhu ruang sekitar 25°C, ASI dapat bertahan selama 4–6 jam; dalam lemari es pada suhu $\pm 4^{\circ}\text{C}$ dapat disimpan selama 3–5 hari; dan dalam freezer pada suhu -18°C dapat bertahan hingga 6 bulan. ASI yang telah dicairkan tidak dianjurkan untuk dibekukan kembali karena dapat menurunkan kualitas dan meningkatkan risiko kontaminasi (Haryono & Setianingsih, 2022).

8. Permasalahan dalam Manajemen Laktasi

Permasalahan dalam manajemen laktasi dapat terjadi akibat kurangnya pengetahuan ibu mengenai teknik menyusui yang benar serta kurangnya dukungan lingkungan. Masalah yang sering muncul meliputi bendungan ASI, puting lecet, mastitis, serta persepsi ibu bahwa produksi ASI tidak mencukupi. Kondisi tersebut dapat menyebabkan ibu menghentikan pemberian ASI lebih awal sehingga menghambat keberhasilan ASI eksklusif (Maryunani, 2022).

Permasalahan lain juga berkaitan dengan faktor psikologis seperti stres dan kecemasan ibu yang dapat mempengaruhi refleks pengeluaran ASI. Dukungan tenaga kesehatan dan keluarga sangat diperlukan agar ibu mampu mengatasi hambatan menyusui dan mempertahankan

pemberian ASI secara optimal. Oleh sebab itu, intervensi edukasi dan pendampingan merupakan bagian penting dalam manajemen laktasi untuk meningkatkan keberhasilan menyusui (IDAI, 2022).

D. Pengetahuan Ibu tentang ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi

1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari proses penginderaan seseorang terhadap suatu objek melalui pancaindra, sehingga individu mampu memahami dan menginterpretasikan informasi yang diterima. Pengetahuan menjadi dasar terbentuknya perilaku karena seseorang cenderung bertindak sesuai dengan apa yang diketahui dan dipahami. Dalam konteks kesehatan, pengetahuan memegang peranan penting karena menentukan kemampuan individu dalam mengambil keputusan yang tepat terkait pemeliharaan kesehatan dirinya maupun keluarganya. Oleh sebab itu, tingkat pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif dan manajemen laktasi menjadi faktor mendasar yang mempengaruhi keberhasilan praktik menyusui (Notoatmodjo, 2021).

Pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif mencakup pemahaman tentang manfaat ASI, waktu pemberian, serta cara menyusui yang benar. Ibu yang memiliki pengetahuan baik cenderung lebih siap untuk memberikan ASI secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Sebaliknya, keterbatasan pengetahuan dapat menimbulkan kesalahan persepsi, seperti anggapan bahwa ASI tidak cukup sehingga ibu lebih mudah memberikan makanan tambahan

sebelum waktunya. Dengan demikian, pengetahuan ibu merupakan faktor penting yang mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Roesli, 2021).

2. Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan seseorang memiliki beberapa tingkatan yang menggambarkan kedalaman pemahaman terhadap suatu informasi. Tingkatan tersebut dimulai dari mengetahui (*know*), yaitu kemampuan mengingat fakta atau informasi, kemudian memahami (*comprehension*), yaitu kemampuan menjelaskan makna dari informasi tersebut. Selanjutnya adalah aplikasi (*application*), yaitu kemampuan menggunakan pengetahuan dalam situasi nyata, serta analisis (*analysis*) yang mencakup kemampuan menguraikan informasi secara lebih mendalam. Tingkatan pengetahuan ini menjadi dasar dalam menilai sejauh mana ibu mampu menerapkan informasi tentang ASI eksklusif dan manajemen laktasi dalam praktik menyusui sehari-hari (Notoatmodjo, 2021).

Pengetahuan ibu yang berada pada tingkat aplikasi akan terlihat ketika ibu mampu mempraktikkan teknik menyusui yang benar, memahami tanda bayi cukup ASI, serta mampu mengatasi masalah laktasi yang muncul. Dengan demikian, tingkatan pengetahuan tidak hanya berhenti pada pemahaman teoritis, tetapi juga harus tercermin dalam kemampuan ibu untuk menerapkan informasi tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Oleh sebab itu, peningkatan pengetahuan ibu

menjadi langkah penting dalam mendukung keberhasilan program ASI eksklusif (Maryunani, 2022).

3. Faktor yang mempengaruhi pengetahuan ibu

Menurut Soekidjo Notoatmodjo (2012), pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berasal dari dalam diri individu maupun dari lingkungan sekitarnya. Faktor yang berasal dari dalam diri individu meliputi pendidikan, usia, pengalaman, dan pekerjaan. Pendidikan berperan dalam meningkatkan kemampuan seseorang untuk menerima dan memahami informasi, sehingga individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik. Usia juga mempengaruhi tingkat kematangan berpikir seseorang, sedangkan pengalaman dapat menjadi sumber pembelajaran yang membantu individu memahami suatu informasi dengan lebih baik. Selain itu, pekerjaan dapat memberikan kesempatan bagi seseorang untuk memperoleh pengalaman dan informasi baru.

Selain faktor individu, pengetahuan juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan seperti media edukasi, akses informasi, sarana kesehatan, tenaga kesehatan, dukungan keluarga, dan lingkungan sosial. Media edukasi dan akses informasi dapat membantu menyampaikan informasi kesehatan secara lebih mudah dipahami. Ketersediaan sarana kesehatan dan peran tenaga kesehatan juga berperan dalam memberikan edukasi kepada masyarakat. Sementara itu, dukungan keluarga dan lingkungan

sosial dapat memperkuat penerimaan informasi serta mendorong seseorang untuk meningkatkan pengetahuannya tentang kesehatan.

4. Pengetahuan Ibu dalam Keberhasilan ASI Eksklusif

Pengetahuan ibu memiliki hubungan erat dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif karena ibu yang memahami manfaat dan cara pemberian ASI cenderung lebih termotivasi untuk menyusui secara optimal. Pemahaman yang baik mengenai komposisi ASI, kebutuhan bayi, serta pentingnya pemberian ASI tanpa tambahan makanan lain dapat meningkatkan keberhasilan ibu dalam mempertahankan ASI eksklusif selama enam bulan. Oleh sebab itu, pengetahuan ibu merupakan faktor kunci yang menentukan keberhasilan praktik menyusui (Roesli, 2021).

Pengetahuan ibu juga mempengaruhi kemampuan dalam mengatasi masalah menyusui seperti bendungan ASI, puting lecet, maupun persepsi produksi ASI kurang. Ibu yang memiliki informasi cukup akan lebih mampu mencari solusi dan mendapatkan bantuan tenaga kesehatan sehingga proses menyusui dapat tetap berjalan. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan ibu melalui edukasi dan pendampingan menjadi bagian penting dalam upaya meningkatkan cakupan ASI eksklusif (Maryunani, 2022).

E. Edukasi Kesehatan melalui Media

1. Pengertian Edukasi Kesehatan

Edukasi kesehatan merupakan proses pemberian informasi dan pembelajaran yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku individu maupun kelompok dalam menjaga serta meningkatkan derajat kesehatan. Edukasi kesehatan tidak hanya berfokus pada penyampaian informasi, tetapi juga membangun kesadaran dan kemampuan individu untuk menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Dalam konteks pelayanan kebidanan, edukasi kesehatan menjadi bagian penting untuk membantu ibu memahami informasi mengenai kehamilan, persalinan, serta praktik menyusui yang benar sehingga dapat mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif dan manajemen laktasi (Notoatmodjo, 2021).

Edukasi kesehatan juga dipandang sebagai strategi promotif dan preventif dalam pelayanan kesehatan karena dapat meningkatkan kemampuan masyarakat untuk mengambil keputusan yang tepat terkait kesehatan. Melalui edukasi yang efektif, ibu dapat memahami manfaat ASI eksklusif, cara menyusui yang benar, serta langkah-langkah manajemen laktasi sehingga mampu memberikan nutrisi optimal bagi bayinya. Oleh sebab itu, edukasi kesehatan menjadi salah satu intervensi utama dalam meningkatkan keberhasilan program kesehatan ibu dan anak (Kemenkes RI, 2023).

2. Media dalam edukasi Kesehatan

Media edukasi merupakan sarana yang digunakan untuk menyampaikan pesan atau informasi kesehatan kepada sasaran agar lebih mudah dipahami. Pemanfaatan media dalam edukasi kesehatan dapat meningkatkan efektivitas penyampaian informasi karena media mampu menarik perhatian serta membantu individu memahami materi secara lebih jelas. Media edukasi dapat berupa media cetak, media audio, media visual, maupun media audiovisual. Pemilihan media yang tepat menjadi faktor penting dalam keberhasilan edukasi kesehatan, terutama bagi ibu hamil yang membutuhkan pemahaman praktis mengenai ASI eksklusif dan manajemen laktasi (Notoatmodjo, 2021).

Media edukasi kesehatan berfungsi untuk memperkuat pemahaman sasaran melalui kombinasi rangsangan visual dan audio. Informasi yang disampaikan melalui media cenderung lebih mudah diingat dibandingkan penyampaian secara lisan saja. Oleh sebab itu, penggunaan media edukasi yang inovatif seperti video animasi dapat menjadi metode yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu mengenai praktik menyusui dan manajemen laktasi (Arsyad, 2021).

Hal yang sama, metode edukasi konvensional melalui media cetak, seperti buku saku, juga masih banyak digunakan dalam praktik pelayanan kesehatan. Buku saku berisi informasi kesehatan yang disusun secara ringkas dan terstruktur, sehingga dapat dibaca ulang oleh ibu hamil untuk memperkuat pemahaman terhadap materi manajemen

laktasi dan pemberian ASI eksklusif. Meskipun metode ini bersifat satu arah, buku saku tetap berperan penting karena memudahkan sasaran mempelajari informasi secara mandiri dan konsisten (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurhalisa dan Rizqi (2024), yang menyatakan bahwa edukasi menggunakan media video animasi mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil secara signifikan dibandingkan metode edukasi konvensional. Video animasi menyajikan informasi secara visual dan audio secara bersamaan, sehingga memudahkan ibu hamil memahami materi kesehatan. Selain itu, penggunaan animasi meningkatkan ketertarikan responden terhadap materi, sehingga proses penerimaan informasi menjadi lebih optimal dan mudah diingat.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Imiliana et al. (2023) menunjukkan bahwa pemberian edukasi melalui media video dapat meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan setelah diberikan intervensi melalui video. Media video menyajikan informasi secara sistematis dan komunikatif, sehingga memudahkan ibu hamil memahami manfaat ASI eksklusif, teknik menyusui yang benar, serta dampak apabila bayi tidak mendapatkan ASI eksklusif.

Selain itu, penelitian Fazira et al. (2025) juga menunjukkan bahwa penggunaan media video efektif meningkatkan pengetahuan ibu mengenai manajemen laktasi. Media video memberikan gambaran proses menyusui secara lebih nyata dan terstruktur, sehingga membantu ibu hamil primigravida trimester III memahami langkah-langkah manajemen laktasi sejak masa kehamilan hingga masa menyusui. Penggunaan video juga meningkatkan motivasi ibu dalam mempersiapkan pemberian ASI eksklusif setelah persalinan.

Berdasarkan tinjauan teori dan penelitian terdahulu, penelitian ini menggunakan media video animasi sebagai intervensi dan buku saku sebagai metode edukasi konvensional (kelompok kontrol). Perbandingan kedua media ini penting untuk mengetahui media edukasi mana yang lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil primigravida trimester III mengenai manajemen laktasi (ASI eksklusif). Hasil penelitian diharapkan menjadi dasar ilmiah bagi praktik mandiri bidan maupun layanan kesehatan dalam memilih metode edukasi yang tepat (Arsyad, 2021; Kementerian Kesehatan RI, 2020).

3. Pengertian Media Video Animasi

Media video animasi merupakan bentuk media audiovisual yang menyajikan informasi melalui kombinasi gambar bergerak, suara, dan teks, sehingga pesan yang disampaikan menjadi lebih menarik dan mudah dipahami. Video animasi mampu menggambarkan konsep abstrak atau prosedur tertentu secara visual, sehingga membantu sasaran

edukasi memahami materi secara lebih jelas. Video animasi memiliki daya tarik visual yang kuat seperti, gambar, Gerak, teks, dan juga audio (Arsyad, 2021).

Keunggulan lain dari media video animasi adalah kemampuannya untuk digunakan secara berulang, sehingga ibu hamil dapat mengakses informasi kapan saja sesuai kebutuhan. Penyajian materi melalui video animasi dapat meningkatkan daya tarik pembelajaran karena melibatkan lebih banyak indera, sehingga informasi yang diterima cenderung lebih mudah dipahami dan diingat. Oleh sebab itu, media video animasi menjadi salah satu inovasi edukasi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil primigravida trimester III tentang manajemen laktasi dan ASI eksklusif (Daryanto, 2022).

Selain itu, video animasi juga dapat dibandingkan dengan metode edukasi konvensional, seperti penggunaan buku saku. Media cetak ini bersifat satu arah, namun dapat dibaca ulang oleh sasaran sehingga memperkuat pemahaman secara mandiri. Perbandingan antara video animasi dan buku saku menjadi penting untuk mengetahui media edukasi mana yang lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil primigravida trimester III tentang manajemen laktasi dan ASI eksklusif (Kementerian Kesehatan RI, 2020; Arsyad, 2021).

4. Keunggulan Media Video Animasi dalam Edukasi Kesehatan

Media video animasi memiliki keunggulan dalam edukasi kesehatan karena mampu menyampaikan pesan secara lebih jelas, menarik, dan mudah dipahami. Video animasi dapat menggambarkan proses fisiologis menyusui, teknik perlekatan bayi, serta manfaat ASI eksklusif secara visual sehingga membantu ibu memahami materi dengan lebih baik. Selain itu, video animasi dapat meningkatkan motivasi belajar karena penyampaian informasi lebih interaktif dibandingkan metode ceramah konvensional. Dengan demikian, penggunaan video animasi dalam edukasi kesehatan berpotensi meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu dalam menerapkan praktik menyusui yang benar (Arsyad, 2021).

Keunggulan lain dari video animasi adalah kemampuannya menjangkau sasaran edukasi secara luas karena dapat diputar melalui berbagai perangkat seperti telepon genggam atau komputer. Hal ini memudahkan tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi secara efektif, terutama pada ibu hamil primigravida trimester III yang membutuhkan informasi menyeluruh mengenai manajemen laktasi. Oleh sebab itu, media video animasi menjadi salah satu pendekatan edukasi yang relevan untuk meningkatkan keberhasilan program ASI eksklusif (Daryanto, 2022).

5. Pengaruh Edukasi Media Video Animasi terhadap Pengetahuan Ibu

Edukasi menggunakan media video animasi dapat meningkatkan pengetahuan ibu karena informasi disampaikan melalui kombinasi audio dan visual yang lebih mudah dipahami. Pengetahuan ibu yang meningkat akan berpengaruh pada kesiapan ibu dalam memberikan ASI eksklusif serta menerapkan manajemen laktasi secara optimal setelah persalinan. Ibu yang mendapatkan edukasi melalui media video cenderung lebih mampu memahami manfaat ASI, teknik menyusui yang benar, serta cara mengatasi masalah laktasi. Dengan demikian, media video animasi menjadi salah satu strategi edukasi yang efektif dalam mendukung keberhasilan praktik menyusui (Notoatmodjo, 2021).

Penggunaan media video animasi dalam edukasi kesehatan juga membantu meningkatkan retensi informasi karena sasaran edukasi dapat melihat langsung ilustrasi materi yang diberikan. Hal ini sangat penting bagi ibu hamil primigravida trimester III yang belum memiliki pengalaman menyusui sebelumnya. Oleh sebab itu, edukasi berbasis video animasi dapat menjadi intervensi yang tepat dalam meningkatkan pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif dan manajemen laktasi sehingga mendukung kesehatan ibu dan bayi secara optimal (Arsyad, 2021).

6. Buku saku sebagai media edukasi kesehatan

Buku saku merupakan salah satu bentuk media cetak yang berisi informasi kesehatan yang disusun secara ringkas dan terstruktur,

sehingga dapat dibaca ulang oleh sasaran secara mandiri (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Media ini sering digunakan dalam edukasi kesehatan karena sifatnya yang sederhana, praktis, dan mudah dibawa dalam berbagai kegiatan pelayanan kesehatan masyarakat (Nurhadi et al., 2022).

Buku saku memuat pesan kesehatan yang penting secara sistematis, sehingga dapat membantu sasaran dalam memahami materi dan memperkuat pengetahuan yang diperoleh selama penyuluhan. Penelitian kuasi eksperimen menunjukkan bahwa penggunaan buku saku sebagai media edukasi terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap sasaran terhadap topik kesehatan tertentu, seperti pemberian makanan pendamping ASI dalam upaya pencegahan stunting dan pencegahan penyakit tidak menular melalui edukasi faktor risiko (Imani et al., 2023).

Pengaruh buku saku sebagai media edukasi kesehatan juga terlihat pada penelitian yang menilai perubahan pengetahuan sasaran sebelum dan sesudah intervensi pendidikan. Hasilnya menunjukkan bahwa buku saku mampu meningkatkan pengetahuan ibu atau remaja tentang perilaku kesehatan tertentu setelah diberikan edukasi berbasis buku saku (Fadillah, 2022).

Selain itu, hasil studi di wilayah kerja Puskesmas menunjukkan bahwa promosi kesehatan menggunakan media booklet dapat berkontribusi pada peningkatan pengetahuan dan sikap ibu terkait pemberian ASI

eksklusif, menegaskan peran buku saku atau booklet sebagai media edukasi yang efektif khususnya dalam topik kesehatan ibu dan anak (Rahmawati, 2023).

7. Perbandingan Edukasi Media Video Animasi dan Media Buku Saku

Penggunaan media edukasi dalam kesehatan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku sasaran. Efektivitas media edukasi dipengaruhi oleh cara penyampaian informasi, keterlibatan indera, serta kemampuan sasaran dalam memahami materi (Notoatmodjo, 2021).

Media video animasi sebagai media audiovisual menyajikan informasi melalui kombinasi gambar bergerak, suara, dan teks sehingga pesan menjadi lebih menarik, interaktif, dan mudah dipahami (Arsyad, 2021; Daryanto, 2022). Video animasi mampu memvisualisasikan konsep abstrak atau prosedur tertentu, misalnya teknik menyusui dan manajemen laktasi, sehingga ibu hamil lebih mudah memahami dan mengingat materi yang diberikan (Nurhalisa & Rizqi, 2024).

Keunggulan lain dari media ini adalah kemampuan untuk digunakan secara berulang, sehingga ibu dapat mengakses informasi kapan saja sesuai kebutuhan (Munir, 2020). Di sisi lain, buku saku merupakan media cetak yang menyajikan informasi secara ringkas dan terstruktur sehingga dapat dibaca ulang oleh sasaran. Buku saku efektif dalam memperkuat pemahaman secara mandiri, namun bersifat satu arah dan kurang interaktif dibandingkan media audiovisual (Kementerian

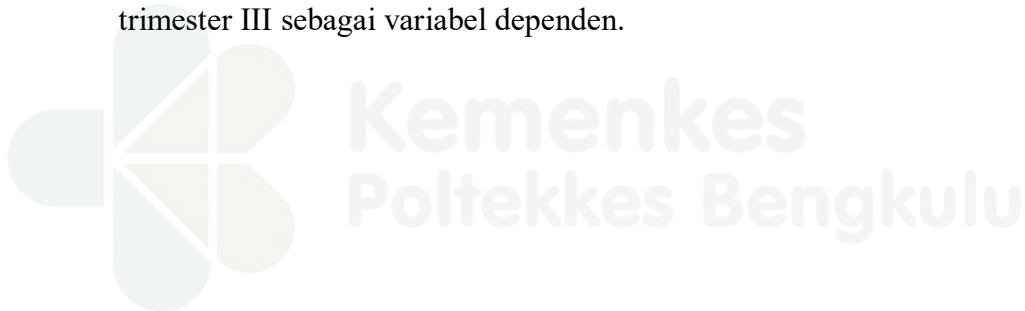
Kesehatan RI, 2020; Rahmawati, 2023). Meskipun demikian, buku saku tetap menjadi media konvensional yang banyak digunakan karena praktis dan dapat menjangkau sasaran yang sulit diakses secara digital (Fadillah, 2022).

Beberapa penelitian quasi-eksperimen membandingkan efektivitas media video animasi dan media cetak dalam edukasi kesehatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua media mampu meningkatkan pengetahuan sasaran, namun media video animasi cenderung lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dan motivasi belajar karena melibatkan lebih banyak indera dan menampilkan materi secara visual dan audio secara bersamaan (Imiliana et al., 2023; Fazira et al., 2025). Sementara buku saku lebih efektif untuk memperkuat ingatan dan pemahaman jangka panjang melalui kemampuan membaca ulang (Nurhadi et al., 2022).

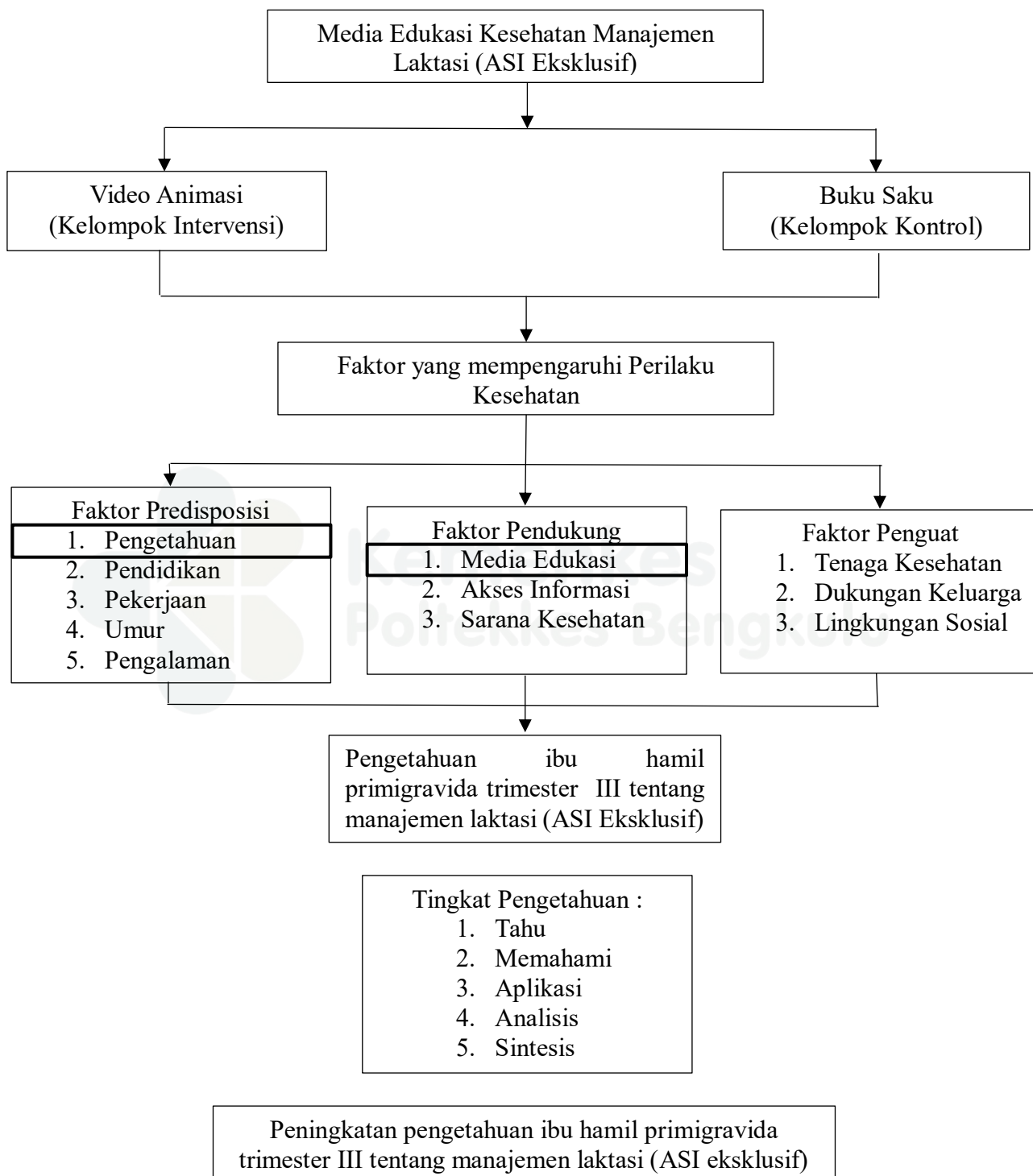
Berdasarkan bukti tersebut, perbedaan selisih rata – rata skor pengetahuan menggunakan kedua media edukasi ini penting untuk menentukan metode yang paling efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil primigravida trimester III mengenai manajemen laktasi (ASI eksklusif). Penelitian ini menggunakan video animasi sebagai intervensi dan buku saku sebagai media kontrol, sehingga dapat memberikan gambaran ilmiah tentang media edukasi yang lebih efektif dalam praktik pelayanan kesehatan (Arsyad, 2021; Kementerian Kesehatan RI, 2020).

F. Kerangka Teori

Kerangka teori merupakan dasar ilmiah yang digunakan untuk memperkuat penelitian melalui konsep-konsep dan teori yang relevan dengan variabel penelitian. Kerangka teori membantu peneliti dalam memahami hubungan antarvariabel yang diteliti. Kerangka teori penelitian ini didasarkan pada teori promosi kesehatan yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan faktor awal dalam perubahan perilaku kesehatan. Media video animasi dan buku saku digunakan sebagai sarana edukasi yang diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil primigravida trimester III sebagai variabel dependen.



Bagan 2.1 Kerangka Teori



Keterangan : → Yang diteliti

Sumber : Modifikasi teori Lawrence Green dalam Notoatmodjo (2012), Arsyad (2021), dan Bloom dalam Notoatmodjo (2021).

G. Hipotesis Penelitian

H₁ (Hipotesis Alternatif): ada pengaruh media video animasi terhadap pengetahuan ibu hamil primigravida trimester III tentang manajemen laktasi (ASI Eksklusif).

