



Pemaknaan Kreator Konten Ibu Menyusui dalam Mempublikasikan Aktivitas *Pumping* ASI di Media Sosial TikTok

Gabriella Meltina Kifta¹, Formas Juitan Lase²

^{1,2} Universitas Kristen Indonesia, Jakarta

gabriellameltina@gmail.com

Abstract

This study explores the meaning-making of breast milk pumping activities among breastfeeding mother content creators on TikTok. Employing a descriptive qualitative approach, the research examines how breast milk pumping practices are constructed and shared through the TikTok platform. The study aims to analyze how breastfeeding experiences, once regarded as private or even taboo, are now openly displayed in digital spaces, while also investigating the motivations that encourage women to publicize these activities. Through this focus, the research seeks to provide insights into the changing perspectives of women regarding their bodies, identities, and digital spaces, as well as to contribute both practically and academically to the discourse on the public representation of motherhood. The study adopts a phenomenological approach grounded in Self-Disclosure Theory, originally proposed by Sidney Marshall Jourard. Data were analyzed using Strauss and Corbin's coding procedures, consisting of open, axial, and selective coding. The findings reveal that participants perceive breast milk pumping as an expression of maternal dedication and caregiving commitment despite physical limitations and work-related demands, which gradually evolves into a form of solidarity among mothers. Content creation serves a dual function as both a digital diary for self-monitoring lactation and a coping mechanism for managing emotional exhaustion. Furthermore, the motivation to share pumping experiences develops into a collective movement aimed at educating the public and deconstructing the idealized standard of breast milk oversupply. Audience support and TikTok's algorithm further facilitate this transformation by shifting breast milk pumping from an activity traditionally considered private and taboo into a normalized social practice. The study concludes that the practice of sharing breast milk pumping content represents the outcome of a dynamic negotiation between the reconstruction of personal motherhood roles, relational support within digital communities, and the monetization opportunities afforded by digital platforms.

Keywords: *breast pumping, content creator, TikTok, self disclosure, motherhood practices*

Riwayat Artikel: Masuk: 15 April 2026 | Revisi: 10 Mei 2026 | Diterima: 03 Juni 2026 | Diterbitkan: 30 Juni 2026



Pendahuluan

Fase kehidupan kompleks yang dihadapi perempuan diantaranya adalah menjadi ibu karena tidak hanya melibatkan transformasi fisik tetapi juga pergeseran identitas dan munculnya tanggung jawab baru (Szasz, 2023). Dalam fase ini, menyusui menjadi salah satu pengalaman krusial yang melekat erat pada peran keibuan (Susilawati, 2017). Bagi ibu bekerja maupun mereka yang menghadapi kendala klinis dalam menyusui langsung, aktivitas memompa ASI (*pumping*) hadir sebagai solusi alternatif yang signifikan (Sheehan & Bowcher, 2017). Namun, *pumping* bukan sekadar aktivitas biologis pemenuhan nutrisi anak, melainkan juga sebuah praktik yang kerap kali menguras emosi, memicu rasa terisolasi, hingga memunculkan distress psikologis bagi ibu (Li et al., 2024). Tantangan ini diperparah oleh faktor struktural seperti keterbatasan cuti melahirkan, minimnya fasilitas ruang laktasi, dan stigma sosial di lingkungan kerja (D'Ignazio et al., 2016). Dinamika tersebut menegaskan bahwa tubuh ibu tidak berdiri sendiri secara biologis, melainkan bertindak sebagai "tubuh sosial" yang terikat pada aturan, ekspektasi, dan kebijakan masyarakat (D'Ignazio et al., 2016).

Seiring pesatnya perkembangan teknologi komunikasi, lanskap pengalaman privat ini mengalami pergeseran ke ranah digital. Kehadiran media sosial memberikan ruang baru bagi ibu menyusui untuk menceritakan pengalaman mereka. TikTok pun kini telah menjadi ruang utama bagi pembahasan tersebut. Sebagai salah satu platform terbesar di dunia, TikTok diperkirakan memiliki 1,58 miliar pengguna global dengan 157,6 juta di antaranya berada di Indonesia pada tahun 2024 (Fatika, 2024). Melalui tagar populer seperti *#pumpinglife* dan *#breastmilkssupply*, para ibu membagikan berbagai konten mulai dari tips laktasi hingga rutinitas harian



<https://ejournal.uki.ac.id/index.php/inada/> email: jurnal.inada@uki.ac.id

memompa ASI (Latifi, 2025). Fenomena ini menandai dekonstruksi batasan domestik, di mana aktivitas yang semula dianggap tabu dan privat kini secara terbuka ditransisikan ke dalam ruang publik digital, sehingga tubuh dan aktivitas keibuan dapat dilihat, dikomentari, dihakimi, sekaligus diapresiasi oleh khalayak luas (Toffoletti et al., 2025).

Di satu sisi, keterbukaan informasi di TikTok memberikan dampak positif berupa terbentuknya ruang suportif bagi sesama ibu menyusui. Publikasi konten *pumping* memungkinkan para ibu domestik maupun pekerja untuk saling bertukar narasi dan menemukan komparasi pengalaman yang setara. Melalui interaksi ini, mereka bisa mendapatkan dukungan emosional yang kuat dari komunitas digital (Puspita & Edvra, 2020). Intensitas kemunculan konten ini bahkan menciptakan pola imitasi sosial di antara sesama pengguna platform. Kreator konten *pumping* seperti akun @si.fika, @salvaatores, dan @kimberlybriggs kini telah menjadi referensi serta inspirasi bagi ibu-ibu lain untuk memproduksi konten serupa.



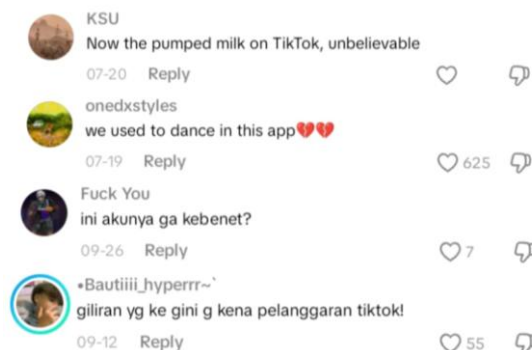
Sumber: TikTok (@si.fika, @salvaatores, @kimberlybriggs)

Gambar 1. Contoh Konten Aktivitas *Pumping* ASI di TikTok



<https://ejournal.uki.ac.id/index.php/inada/> email: jurnal.inada@uki.ac.id

Namun, di sisi lain, transisi aktivitas laktasi dari ruang privat ke publik ini memicu resistensi dan perdebatan moral dari audiens. Sentimen negatif yang muncul di kolom komentar kerap mempertanyakan kelayakan konten tersebut untuk dikonsumsi masyarakat luas. Sebagian netizen bahkan merindukan fungsi awal TikTok yang murni dianggap sebagai platform hiburan atau tarian saja. Kritik tajam juga diarahkan terhadap kebijakan moderasi platform yang meloloskan konten laktasi tersebut karena dinilai melanggar norma. Perbedaan pandangan ini mempertegas bahwa batasan antara ranah privat dan publik di media sosial masih kabur serta bersifat multidimensional (Harper, 2024).



Sumber: TikTok (@artinuch, @joannafranken, dan @breannaseibel)

Gambar 2 Komentar Pengguna di TikTok terkait Unggahan *Pumping*

Sejumlah penelitian terdahulu telah berupaya memotret peran media sosial dalam mendukung aktivitas menyusui. Marcon et al. (2019) melalui analisis ribuan unggahan Instagram menyimpulkan bahwa konten menyusui didominasi oleh atmosfer positif dan suportif, meskipun minim fungsi edukasi formal (Marcon et al., 2019). Selanjutnya, Puspita & Edvra (2020) mengkaji bagaimana grup Facebook *Exclusive Pumping Mama Indonesia* (Eping) bertindak sebagai ruang pemberdayaan



kolektif untuk membangun kesadaran ASI eksklusif (Puspita & Edvra, 2020). Di sisi lain, Davis et al. (2025) mengungkapkan bahwa publikasi foto menyusui tidak hanya berfungsi sebagai media berbagi pengalaman, tetapi juga berkontribusi dalam membentuk konstruksi sosial tentang keibuan sebagai pengalaman yang penuh makna (Davis et al., 2025).

Meskipun penelitian-penelitian di atas memberikan fondasi yang kuat mengenai pemanfaatan media sosial oleh ibu menyusui, masih terdapat celah penelitian yang signifikan. Studi dari Marcon et al. (2019) baru sebatas melihat gambaran besar konten visual di Instagram, tanpa membedah bagaimana para ibu secara pribadi memaknai aktivitas berbagi tersebut. Penelitian Puspita & Edvra (2020) juga hanya berfokus pada interaksi di dalam kelompok tertutup seperti grup Facebook, bukan pada unggahan publik di platform video pendek berbasis algoritma seperti TikTok. Sementara itu, Davis et al. (2025) lebih berfokus pada tren visual foto menyusui langsung (*breelfie*), sehingga mengabaikan kerumitan teknis serta beban emosional yang secara spesifik melekat pada aktivitas memompa ASI (*pumping*).

Penelitian ini hadir untuk mengisi celah tersebut dengan berfokus pada cara para ibu memaknai aktivitas *pumping* yang mereka bagikan di TikTok, di tengah dinamika antara dukungan komunitas dan penolakan publik. Studi terhadap fenomena ini sangat penting karena mencerminkan perubahan mendasar tentang bagaimana masyarakat memandang tubuh, peran gender, dan teknologi di era digital. Di balik algoritma TikTok, terdapat proses adaptasi identitas yang rumit antara upaya memenuhi standar "ibu ideal", kebutuhan untuk melepas penat, serta perjuangan melawan stigma sosial. Melalui pendekatan ini, penelitian diharapkan dapat memperkaya studi keibuan di era modern, sekaligus memberikan sudut pandang



kritis mengenai cara perempuan menegosiasikan hak atas tubuh mereka di ruang digital.

Kebaruan penelitian ini terletak pada fokusnya yang mengkaji pemaknaan aktivitas pumping ASI oleh kreator konten ibu menyusui di TikTok berdasarkan pengalaman subjektif mereka. Berbeda dengan penelitian terdahulu yang lebih banyak membahas media sosial sebagai sarana edukasi, dukungan komunitas, atau representasi visual menyusui, penelitian ini berfokus pada bagaimana para ibu mengonstruksi makna atas aktivitas pumping yang dipublikasikan di ruang digital. Penelitian ini juga mengangkat aktivitas pumping sebagai praktik keibuan yang memiliki dimensi emosional, sosial, dan identitas yang khas. Dengan demikian, penelitian ini memberikan perspektif baru dalam kajian komunikasi digital mengenai representasi keibuan dan negosiasi identitas perempuan di media sosial.

Penelitian ini menggunakan teori pengungkapan diri (*self disclosure theory*) untuk memahami bagaimana individu membagikan informasi pribadi, pikiran, dan perasaannya kepada orang lain melalui media digital (Al Azis & Irwansyah, 2021). Selain teori tersebut, studi ini juga mengacu pada konseptualisasi identitas dan peran keibuan, yang memandang identitas seorang ibu terbentuk secara dinamis melalui pengalaman serta interaksi sosial (Hall et al., 2021). Kedua landasan ini saling berkaitan dengan fenomena pergeseran ranah privat ke publik di internet, di mana praktik keibuan kini semakin sering dipublikasikan secara terbuka oleh para ibu untuk merepresentasikan diri mereka (Livingstone, 2008). Melalui ruang digital tersebut, berbagai aktivitas domestik yang semula tertutup kini dinegosiasikan ulang sebagai bagian dari ekspresi diri dan pembentukan identitas sosial di dunia maya. Dengan demikian, media sosial tidak lagi sekadar menjadi alat komunikasi,



melainkan telah bertransformasi menjadi ruang baru bagi individu untuk membagikan pengalaman personal mereka kepada khalayak yang jauh lebih luas.

Meneliti pengalaman ibu dalam membagikan aktivitas *pumping* menjadi sangat penting karena fenomena ini merefleksikan perubahan memandang peran serta tubuh perempuan di era digital. Melalui kajian ini, fokus utama diarahkan untuk membedah bagaimana kreator konten ibu menyusui memaknai aktivitas laktasi yang semula dianggap privat, hingga akhirnya bertransformasi menjadi konsumsi publik di platform TikTok. Pengkajian tersebut tidak hanya bertujuan mengungkap motivasi emosional maupun sosial yang mendorong perempuan menunjukkan aktivitas mereka, tetapi juga mengisi celah dalam studi mengenai keibuan di ruang digital. Dengan menawarkan perspektif kritis mengenai relasi antara gender, teknologi, dan budaya, penelitian ini diharapkan dapat mengurai kompleksitas makna keibuan modern. Pada akhirnya, seluruh rangkaian analisis ini ditargetkan mampu menggambarkan pergeseran cara perempuan memaknai identitas dan ruang digital, sekaligus memetakan ruang dukungan yang lebih luas bagi para ibu di tengah masyarakat modern.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan tipe deskriptif karena peneliti bertujuan untuk menggali dan memahami makna yang dimaknai oleh individu atau kelompok terhadap suatu permasalahan sosial maupun kemanusiaan, sehingga memungkinkan peneliti untuk menggambarkan fenomena yang diteliti secara rinci, mendalam, dan menyeluruh (Creswell, 2019). Pendekatan ini dipilih agar peneliti dapat memahami berbagai aspek yang berkaitan dengan fenomena tersebut



secara lebih luas. Penelitian ini juga menggunakan paradigma interpretivisme yang berfokus pada upaya memahami realitas melalui pengalaman subjektif manusia (Rahardjo, 2018). Oleh karena itu, metode fenomenologi dipilih karena penelitian ini berupaya menggali pengalaman langsung yang dialami oleh para kreator konten ibu menyusui. Untuk memperoleh data yang mendalam, penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa wawancara mendalam dengan para informan.

Subjek dalam penelitian ini terdiri dari 10 informan, di mana tujuh diantaranya merupakan ibu bekerja dan sisanya merupakan ibu rumah tangga. Pemilihan informan diambil menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria antara lain, seorang ibu yang sedang menyusui, pernah melakukan aktivitas *pumping* atau memompa ASI, aktif menggunakan media sosial, khususnya TikTok, pernah mempublikasikan aktivitas *pumping* atau memompa ASI di media sosial, khususnya TikTok, dan bersedia memberikan informasi secara terbuka terkait motivasi dan makna di balik publikasi tersebut. Tabel 1 berikut menunjukkan secara detail rincian informan penelitian.

Penentuan informan dalam penelitian ini dilakukan secara digital dengan memanfaatkan platform media sosial TikTok. Proses pencarian dimulai dengan memasukkan kata kunci "*pumping* ASI" pada kolom pencarian untuk menyaring para kreator konten ibu yang berasal dari Indonesia. Berdasarkan hasil penelusuran tersebut, peneliti melakukan *tracking* dan berhasil mengidentifikasi sebanyak 85 kreator konten yang memenuhi seluruh kriteria penelitian. Peneliti kemudian membangun komunikasi secara personal melalui fitur *Direct Message* (DM), di mana sebanyak 15 kreator merespons ajakan tersebut. Pada tahap akhir, diperoleh sebanyak



10 informan yang secara sukarela menyatakan bersedia meluangkan waktunya untuk terlibat dalam sesi wawancara mendalam.

Tabel 1 Informan Penelitian

No	Informan	Usia	Domisili	Kegiatan sehari-hari	Nama Pengguna	Jumlah Pengikut
1.	P1	26	Jakarta Barat	Ibu Bekerja	@g0ddessdurga	1.299
2.	P2	34	Bandung	Ibu Rumah Tangga	@ibusae	1.136
3.	P3	26	Kotawaringin Barat	Ibu Rumah Tangga	@hawapuandara	1.493
4.	P4	31	Manado	Ibu Bekerja	@momenkaenzy	1.092
5.	P5	28	Jakarta Timur	Ibu Rumah Tangga	@nand.oct	13.561
6.	P6	28	Surabaya	Ibu Bekerja	@laurensiolux	18.053
7.	P7	29	Bogor	Ibu Bekerja	@ristynadyas	9.827
8.	P8	29	Jakarta Barat	Ibu Bekerja	@mariazejanya26	9.182
9.	P9	29	Medan	Ibu Bekerja	@azaleaa251	1.598
10.	P10	29	Bandung	Ibu Bekerja	@si.fika	2.723

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan sistematis dari Strauss dan Corbin yang terdiri atas tiga tahap pengodean utama, yaitu pengodean terbuka (*open coding*), berporos (*axial coding*), dan selektif (*selective coding*) (Emzir, 2010). Pada tahap awal, peneliti melakukan pengodean terbuka dengan membaca seluruh transkrip data secara saksama untuk mengurai, memilah, dan memberikan label khusus pada setiap informasi penting yang muncul di lapangan. Langkah berikutnya adalah pengodean berporos, di mana fokus analisis bergeser untuk mengorganisasi kembali kode-kode tersebut dengan mencari keterkaitan, pola, serta hubungan kausalitas di antaranya. Rangkaian analisis ini kemudian ditutup dengan



pengodean selektif yang bertujuan menentukan satu kategori sentral atau ide pokok sebagai poros pengikat seluruh hasil temuan. Melalui proses pengerucutan tersebut, data mentah yang kompleks dapat dipersempit menjadi bagian paling esensial guna mempermudah peneliti dalam menjelaskan inti penelitian secara jelas, mendalam, dan ilmiah.

Hasil dan Pembahasan

Hasil

Secara umum, penelitian ini menunjukkan bahwa aktivitas *pumping* ASI yang dipublikasikan di TikTok memiliki makna yang lebih luas daripada sekadar praktik pemberian ASI kepada anak. Bagi para kreator, *pumping* dimaknai sebagai bentuk pengorbanan, tanggung jawab, serta bagian dari identitas keibuan yang kemudian mendorong mereka membagikan pengalaman tersebut di media sosial. Publikasi aktivitas *pumping* juga berfungsi sebagai sarana edukasi, normalisasi, dokumentasi, dan pembentukan solidaritas antarsesama ibu, sekaligus menunjukkan adanya negosiasi terhadap batas privasi dan etika tubuh di ruang digital. Temuan penelitian juga memperlihatkan bahwa TikTok dipersepsikan sebagai ruang yang mendukung proses berbagi pengalaman melalui interaksi yang positif, algoritma yang memperluas jangkauan informasi, serta dukungan audiens yang memperkuat konsistensi kreator dalam memproduksi konten. Secara keseluruhan, hasil penelitian mengindikasikan bahwa representasi aktivitas *pumping* di TikTok tidak hanya mengubah cara ibu memaknai pengalaman menyusui, tetapi juga berkontribusi pada proses normalisasi praktik tersebut di ruang publik digital.

Makna Aktivitas *Pumping*



Berdasarkan hasil analisis terhadap 10 informan yang telah diwawancarai, ditemukan bahwa para informan memiliki pemaknaan yang beragam terhadap aktivitas *pumping* ASI. Salah satu informan memaknai *pumping* sebagai bentuk pengorbanan seorang ibu bagi anaknya. Informan tersebut memandang bahwa aktivitas *pumping* bukan sekadar proses mengeluarkan ASI, tetapi juga berkaitan dengan berbagai perasaan dan pengalaman yang dialami oleh seorang ibu dalam proses menyusui. Hal ini mencakup rasa sakit, kelelahan, kurang tidur, serta tuntutan untuk tetap konsisten dalam melakukan *pumping* demi memenuhi kebutuhan anak. Hal tersebut sebagaimana diungkapkan oleh P5:

"Bagiku, pumping bukan sekadar merah ASI lalu memberikannya ke anak. Di dalamnya ada pengorbanan besar, mulai dari rasa sakit, kurang tidur, hingga konsistensi jangka panjang. Pumping adalah bentuk nyata dari dedikasi dan arti perjuangan seorang ibu yang sesungguhnya."

Selain itu, beberapa informan juga memaknai aktivitas *pumping* sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan nutrisi anak. Aktivitas tersebut dipersepsikan sebagai bentuk tanggung jawab ibu dalam memastikan bahwa anak memperoleh asupan ASI yang cukup. Perasaan senang dan kepuasan pribadi juga muncul ketika ibu melihat hasil *pumping* yang dianggap mampu memenuhi kebutuhan anak. Hal ini sebagaimana disampaikan oleh P4:

"Melihat hasil pumping yang melimpah selalu membuatku senang karena artinya kebutuhan nutrisi anak terpenuhi. Fokus utamaku melakukan ini memang demi memberikan yang terbaik bagi anak, yaitu memastikan ia mendapatkan nutrisi eksklusif dari ASI."

Temuan lainnya menunjukkan bahwa aktivitas *pumping* juga mendorong ibu untuk belajar mengatur waktu dan melakukan perencanaan dalam kehidupan sehari-hari. Informan menyampaikan bahwa jadwal *pumping* yang rutin membuat mereka



harus menyesuaikan berbagai aktivitas lain agar tidak bertabrakan dengan waktu *pumping*. Kondisi ini secara tidak langsung membentuk kemampuan manajemen waktu dalam kehidupan sehari-hari sebagai seorang ibu. Hal ini diungkapkan oleh P3:

*“Setelah menikah, aku harus pintar manajemen waktu karena jadwal pergi sering bentrok dengan jam *pumping*. Sekarang aku sadar kalau mau berangkat jam 3 sore, persiapannya harus dari jam 10 pagi. Banyak yang harus disiapkan, mulai dari diaper bag, botol susu, hingga perlengkapan makan, jadi tidak bisa lagi asal berangkat.”*

Motivasi Berbagi Konten *Pumping*

Motivasi lain yang mendorong informan membagikan konten *pumping* adalah keinginan untuk menyeimbangkan narasi dominan mengenai produksi ASI yang banyak beredar di media sosial. Sebagian informan menilai bahwa konten yang sering muncul cenderung menampilkan produksi ASI yang melimpah sehingga berpotensi memunculkan tekanan bagi ibu yang mengalami kondisi berbeda. Oleh karena itu, mereka berupaya menghadirkan perspektif yang lebih realistis mengenai dinamika produksi ASI, termasuk kemungkinan terjadinya penurunan produksi ketika anak mulai mengonsumsi makanan pendamping ASI (MPASI). Hal ini tercermin dari pernyataan P3 berikut:

*“Aku ingin mengingatkan para ibu bahwa penurunan produksi ASI saat anak mulai MPASI itu wajar. Jangan stres jika di usia 15 bulan ASI berkurang, karena fokus utama anak sudah beralih ke makanan. Produksi ASI itu fluktuatif, tidak harus selalu oversupply selama dua tahun. Intinya, meski tidak menyusui langsung, kita tetap bisa sukses mengasahi hingga dua tahun melalui *pumping*.”*

Selain menghadirkan perspektif yang lebih realistis, berbagi konten *pumping* juga dimaknai sebagai upaya untuk menormalisasi praktik *pumping* sebagai bagian dari pengalaman keibuan, khususnya bagi ibu yang bekerja. Melalui konten yang



dibagikan, informan ingin menunjukkan bahwa pemberian ASI tetap dapat dilakukan meskipun ibu tidak selalu dapat menyusui secara langsung karena tuntutan pekerjaan. Dengan demikian, praktik *pumping* dipandang sebagai alternatif yang memungkinkan ibu tetap memenuhi kebutuhan nutrisi anak. Hal ini disampaikan oleh P2 yang menyatakan bahwa ia ingin menunjukkan bahwa ibu yang bekerja tetap dapat memberikan ASI kepada anaknya dengan cara melakukan *pumping*.

Di sisi lain, praktik berbagi konten *pumping* juga memunculkan rasa solidaritas di antara para ibu yang menjalani pengalaman serupa. Informan menyadari bahwa melihat pengalaman ibu lain sebelumnya dapat memberikan dorongan semangat dalam menjalani proses *pumping*, sehingga mereka berharap konten yang dibagikan dapat memberikan dampak yang sama bagi orang lain. Sebagaimana disampaikan oleh P7:

“Harapanku, berbagi cerita ini bisa menyemangati ibu-ibu lain, sama seperti aku dulu yang termotivasi melihat perjuangan ibu lain. Aku ingin menunjukkan bahwa banyak orang yang berjuang melalui pumping. Jadi, tidak ada alasan untuk merasa malu. Semoga dengan berbagi, kita bisa saling menguatkan.”

Bukan hanya solidaritas dalam bentuk emosional saja, namun solidaritas informasional juga terkandung dalam publikasi aktivitas *pumping* ASI. Proses saling berbagi pengalaman, bertukar informasi, serta memberikan dukungan antarsesama ibu dipandang sebagai bentuk interaksi yang positif di ruang digital. Hal ini sebagaimana disampaikan oleh P8:

“Saya lebih memposisikan diri untuk saling berbagi dengan sesama ibu baru. Di tengah diskusi tersebut, saya memilih untuk fokus pada hal-hal positif saja. Saya sangat bersyukur bisa mengasihi hingga sekarang dan senang jika pengalaman saya bisa bermanfaat bagi orang lain.”



Selain berfungsi sebagai sarana berbagi pengalaman, bagi sebagian informan konten *pumping* juga dimaknai sebagai bentuk dokumentasi pribadi. Aktivitas merekam dan mengunggah konten memungkinkan mereka menyimpan catatan mengenai perjalanan menyusui yang dijalani, termasuk perubahan produksi ASI, jadwal *pumping*, serta berbagai pengalaman teknis yang dialami selama proses tersebut. Dalam konteks ini, media sosial berperan layaknya *digital diary* yang membantu informan merefleksikan sekaligus mengevaluasi praktik *pumping* yang mereka lakukan. Hal ini terlihat dari penjelasan P3 berikut:

“Tujuan utamaku membuat konten adalah sebagai digital diary atau ‘rapot’ pribadi. Dengan mendokumentasikan perjalanan ASI dari oversupply hingga undersupply, aku bisa mengevaluasi diri dengan lebih mudah. Saat produksi ASI turun, aku tinggal membuka konten lama untuk mencari tahu penyebabnya, apakah karena telat pumping, tersumbat, atau ketidakcocokan suplemen. Jika hanya disimpan di galeri HP, datanya sering tenggelam. Jadi, konten ini adalah caraku untuk terus belajar dan memperbaiki diri.”

Selain sebagai dokumentasi, bagi sebagian informan aktivitas membuat dan membagikan konten juga berfungsi sebagai cara untuk mengelola tekanan emosional selama menjalani proses *pumping*. Aktivitas *pumping* yang bersifat rutin dan melelahkan terkadang menimbulkan rasa bosan, sehingga pembuatan konten justru memberikan hiburan tersendiri bagi mereka. Hal ini diungkapkan oleh P10 bahwa “Karena menurut aku sendiri pumping itu berat, capek, bosan. Jadi, dengan video aku merasa terhibur.”

Transformasi Makna: dari Tabu ke Normal

Hasil wawancara menunjukkan bahwa pada tahap awal, rasa malu dan persepsi bahwa aktivitas *pumping* merupakan sesuatu yang tabu menjadi hambatan bagi sebagian ibu untuk membagikan konten tersebut di media sosial. Aktivitas yang



berkaitan dengan tubuh dan proses menyusui sering kali dianggap sebagai ranah privat sehingga tidak pantas untuk ditampilkan secara publik. Seiring berjalannya waktu, pengalaman membagikan konten serta respons positif dari audiens mendorong terjadinya perubahan makna terhadap aktivitas tersebut. Rasa malu yang sebelumnya muncul perlahan berubah menjadi rasa percaya diri, bahkan kebanggaan dapat mengedukasi orang lain. Perubahan perspektif ini tercermin dalam pernyataan P1 berikut:

“Awalnya aku merasa malu dan tabu, namun ternyata respon di luar sana sangat positif. Banyak yang merasa terbantu dan ternyata memiliki pengalaman serupa. Dari situlah motivasi aku muncul, selain untuk mengedukasi dan menjalankan affiliate, dukungan mereka membuatku konsisten meneruskan konten ini sampai sekarang.”

Pandangan serupa juga disampaikan oleh P9 yang menekankan bahwa aktivitas *pumping* tidak seharusnya dipandang sebagai sesuatu yang tabu, melainkan sebagai bentuk usaha ibu dalam memenuhi kebutuhan nutrisi anak. Dalam konteks ini, berbagi pengalaman *pumping* di media sosial juga dipahami sebagai bagian dari upaya mengedukasi dan menormalisasi praktik tersebut di ruang publik. Hal ini terlihat pada pernyataan P9 berikut:

“Tujuannya adalah mengedukasi masyarakat agar melihat pumping di tempat umum bukan lagi sebagai hal asing, melainkan hal wajar. Aku ingin menunjukkan bahwa itu adalah bentuk nyata perjuangan seorang ibu dalam memberikan nutrisi terbaik bagi anaknya.”

Selain *pumping*, beberapa informan juga menilai bahwa normalisasi seharusnya tidak terbatas pada praktik *pumping* saja, melainkan mencakup seluruh aktivitas menyusui. Hal ini diungkapkan oleh P10 yang menilai bahwa menyusui secara umum masih sering menghadapi stigma di ruang publik:



“Bagiku, bukan hanya pumping yang perlu dinormalisasi, tapi menyusui secara umum. Selama ini pumping mungkin lebih mudah ‘disembunyikan’, sementara menyusui langsung (DBF) masih sering dianggap tabu karena lebih terlihat. Aku ingin menyuarakan bahwa apa pun metodenya, semua kegiatan menyusui adalah hal wajar dan tidak seharusnya membuat ibu merasa malu.”

Meskipun demikian, hasil wawancara juga menunjukkan bahwa penerimaan terhadap konten *pumping* di media sosial bersifat bersyarat, terutama terkait dengan aspek etika tubuh dan visual. Beberapa informan menilai bahwa praktik berbagi konten tetap perlu memperhatikan batasan tertentu, seperti menjaga agar tubuh tetap tertutup dan fokus pada tujuan pemberian ASI. Pandangan ini tercermin dalam pernyataan P4:

“Menurutku, berbagi di media sosial sah-sah saja asalkan tetap sopan dan tidak memperlihatkan bagian tubuh yang tertutup. Hal terpenting adalah menjaga komitmen untuk memberikan ASI eksklusif bagi anak.”

Selain itu, frekuensi paparan terhadap konten serupa juga berkontribusi terhadap meningkatnya penerimaan sosial terhadap praktik *pumping*. Ketika aktivitas tersebut semakin sering terlihat di media sosial, masyarakat cenderung mulai memandangnya sebagai sesuatu yang wajar. Hal ini diungkapkan oleh P10 yang menyatakan bahwa:

“Menurutku, karena aktivitas ini sudah sering dilakukan dan dibagikan secara luas, rasa malu itu hilang dengan sendirinya. Saat melihat orang lain menganggapnya biasa, aku pun merasa percaya diri untuk melakukan hal yang sama.”

Selain faktor pengalaman personal, perubahan nilai generasi serta kemudahan akses informasi melalui media sosial juga disebut berperan dalam proses normalisasi praktik *pumping* ASI. Informan menilai bahwa generasi yang lebih muda cenderung memiliki sikap yang lebih terbuka terhadap berbagai praktik keibuan yang



sebelumnya dianggap tabu. Hal ini juga didukung oleh perkembangan teknologi dan berbagai alat pendukung menyusui yang membuat aktivitas *pumping* atau menyusui di ruang publik menjadi lebih memungkinkan. Pandangan tersebut diungkapkan oleh P3 dalam wawancara.

Terakhir, dukungan lingkungan sosial dan institusi juga turut memperkuat penerimaan terhadap praktik *pumping*. Kehadiran komunitas ibu, kegiatan edukasi, serta berbagai program yang melibatkan ibu baru memberikan ruang bagi mereka untuk saling berbagi pengalaman dan dukungan. Melalui interaksi tersebut, praktik *pumping* tidak lagi dipandang sebagai sesuatu yang memalukan, melainkan sebagai bagian dari perjuangan ibu dalam memberikan ASI kepada anak. Hal ini terlihat dalam pernyataan P5 yang menekankan pentingnya komunitas dan dukungan sosial dalam membangun penerimaan terhadap praktik tersebut.

Negosiasi Privasi dan Etika Tubuh

Temuan penelitian menunjukkan bahwa para informan memiliki kesadaran yang cukup kuat mengenai batas-batas visual tubuh ketika membagikan konten *pumping* di media sosial. Meskipun aktivitas *pumping* berkaitan langsung dengan tubuh, para informan tetap mempertimbangkan bagian tubuh mana yang masih dapat ditampilkan di ruang publik dan mana yang perlu dibatasi. Kesadaran ini membuat mereka secara aktif melakukan seleksi terhadap konten yang akan diunggah, terutama untuk menghindari tampilan tubuh yang dianggap terlalu privat atau vulgar. Hal tersebut tercermin dari pernyataan P2 berikut:

“Konten pumping yang saya bagikan di TikTok tetap mengutamakan batasan privasi. Jika ada bagian yang terlihat terlalu vulgar atau terbuka, seperti saat teknik marmet, saya memilih untuk menutupnya atau tidak mengunggahnya sama sekali, meski sudah disensor.”



Selain mempertimbangkan batas visual tubuh, beberapa informan juga secara sadar membatasi jenis informasi atau pengalaman yang mereka bagikan. Mereka cenderung memilih untuk menampilkan aspek yang bersifat informatif, seperti metode *pumping*, penggunaan alat, atau rekomendasi produk, sementara pengalaman yang dianggap terlalu sensitif tidak dibagikan. Sebagaimana disampaikan oleh P5:

“Saya membatasi konten hanya pada edukasi metode pumping, ulasan produk, serta panduan do’s and don’ts. Saya memilih untuk tidak membagikan hal-hal sensitif seperti kondisi luka atau lecet akibat menyusui demi kenyamanan penonton.”

Selain pertimbangan personal, pengelolaan konten juga dipengaruhi oleh aturan platform media sosial serta standar yang ditetapkan oleh pihak brand ketika bekerja sama dalam pembuatan konten. Dalam beberapa situasi, kreator perlu menyesuaikan cara pengambilan gambar atau penyuntingan video agar tidak melanggar kebijakan platform maupun pedoman brand. Hal ini sebagaimana disampaikan oleh P9:

“Saat bekerja sama dengan brand yang meminta visual tetesan ASI, saya tetap mengutamakan kehati-hatian. Saya memastikan pengambilan gambar dilakukan secara profesional tanpa mengekspos area sensitif, guna menghindari pelanggaran kebijakan platform (community guidelines).”

Dalam menentukan batas tersebut, sebagian informan juga menggunakan konten kreator lain sebagai referensi untuk menilai apakah suatu konten dianggap aman atau pantas untuk dipublikasikan. Pengamatan terhadap praktik yang dilakukan oleh kreator lain membantu mereka membentuk standar tidak tertulis mengenai apa yang dapat diterima oleh audiens di ruang digital. Hal ini sebagaimana disampaikan oleh P1 bahwa “Saya cenderung berhati-hati dalam mengonten dengan memerhatikan referensi orang lain guna memastikan apa yang saya bagikan tetap aman dan pantas diposting.”



Media Sosial sebagai Ruang Edukatif, Interaktif, dan Aman

Hasil penelitian menunjukkan bahwa media sosial dipersepsikan oleh informan sebagai ruang yang tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga edukatif dan interaktif bagi para ibu. Bagi sebagian informan, media sosial bahkan dinilai lebih relevan dengan kebutuhan informasi mengenai praktik menyusui dibandingkan sumber informasi konvensional. Perkembangan media sosial membuat informasi mengenai keibuan, termasuk praktik *pumping*, menjadi lebih mudah diakses dan dipelajari secara mandiri oleh para ibu. Hal ini disampaikan oleh P3 sebagai berikut:

"Informasi spesifik tentang teknik pumping dan jenis pompa ASI kini jauh lebih mudah ditemukan di TikTok dibandingkan di platform lama atau Google. Edukasi yang dulu hanya bisa didapat dari konselor, sekarang sudah banyak dibagikan secara gratis dan detail oleh para kreator konten."

Selain sebagai sumber informasi, media sosial juga dipersepsikan sebagai ruang yang memungkinkan terjadinya interaksi dan pertukaran pengalaman antaribu. Hal ini sebagaimana disampaikan oleh P8 dalam wawancara yang menyebutkan bahwa para ibu sering saling berbagi cerita dan pengalaman melalui konten yang diunggah. Melalui proses tersebut, para ibu dapat saling belajar dari pengalaman satu sama lain sehingga tercipta lingkungan pembelajaran yang lebih terbuka. Dalam konteks ini, media sosial tidak hanya berfungsi sebagai medium penyebaran informasi, tetapi juga sebagai ruang diskusi yang berkontribusi pada terbentuknya pemahaman bersama mengenai praktik menyusui.

Lebih lanjut, temuan penelitian menunjukkan bahwa platform TikTok secara khusus dipersepsikan sebagai ruang yang relatif lebih aman secara sosial dibandingkan platform lain, seperti Instagram. Salah satu alasan yang muncul adalah adanya kemungkinan untuk memisahkan identitas personal dari identitas sebagai



kreator konten. Dengan menggunakan TikTok, informan merasa dapat berbagi pengalaman tanpa harus sepenuhnya membuka kehidupan personal mereka kepada lingkaran sosial terdekat. Hal ini dijelaskan oleh P9 sebagai berikut:

“Awalnya saya ingin menjaga Instagram tetap private sebagai ruang personal bagi orang terdekat. Namun, karena ingin berbagi inspirasi tanpa mengganggu privasi tersebut, saya memilih TikTok. Perbedaan utamanya adalah algoritma TikTok yang fokus pada FYP, sehingga konten saya bisa menjangkau audiens luas secara acak tanpa harus membuka akses ke kehidupan pribadi saya di Instagram.”

Keunggulan lain yang turut memperkuat pilihan informan terhadap TikTok adalah sistem algoritma yang memudahkan distribusi konten kepada audiens yang lebih luas. Dibandingkan dengan platform lain, informan menilai bahwa konten di TikTok lebih mudah menjangkau pengguna baru melalui halaman *For You Page* (FYP). Hal ini membuat konten yang dibagikan berpotensi menjangkau orang-orang di luar jaringan pertemanan personal. Sebagaimana dijelaskan oleh P3:

“Menurut saya, algoritma TikTok jauh lebih memudahkan konten untuk masuk FYP dan menjangkau orang baru (reach). Berbeda dengan Instagram yang terasa lebih sulit dan butuh usaha ekstra untuk meningkatkan followers serta engagement.”

Dinamika Komentar Audiens dalam Representasi Praktik *Pumping*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar informan tidak secara langsung menerima komentar negatif terhadap konten *pumping* yang mereka bagikan di media sosial. Respons yang muncul dari audiens cenderung bersifat netral hingga positif, serta lebih banyak berupa dukungan atau rasa ingin tahu terhadap pengalaman yang dibagikan. Hal ini tercermin dari pernyataan P7 yang menyebutkan bahwa dirinya tidak pernah menerima komentar negatif secara langsung, sebagaimana diungkapkan dalam pernyataan “Aku sampai saat ini ga pernah sih.” yang merujuk pada ketiadaan komentar bernada negatif.



Meskipun demikian, temuan penelitian juga menunjukkan adanya bentuk stigmatisasi terhadap praktik *pumping* jika dibandingkan dengan praktik *direct breastfeeding* (DBF). Beberapa audiens di media sosial masih memandang bahwa kedekatan emosional antara ibu dan bayi lebih kuat terbentuk melalui DBF dibandingkan melalui pemberian ASI dengan metode *pumping*. Pandangan tersebut menunjukkan adanya hierarki praktik menyusui yang menempatkan DBF sebagai cara yang dianggap paling ideal. Hal ini sebagaimana disampaikan oleh P6 berikut:

“Metode pemberian ASI tidak seharusnya dibanding-bandingkan. Meskipun DBF sering dianggap paling ideal untuk bonding, ibu yang melakukan pumping tetap memiliki tujuan yang sama. Setiap ibu memiliki kondisi berbeda, dan memberikan ASI melalui media apa pun adalah bentuk kasih sayang yang setara.”

Di sisi lain, komentar yang muncul dari audiens tidak selalu bersifat kritik ataupun penilaian negatif. Beberapa komentar justru menunjukkan respons yang bersifat aspiratif, di mana audiens mengungkapkan keinginan untuk dapat memberikan ASI seperti yang dilakukan oleh kreator konten. Dalam konteks ini, pengalaman *pumping* yang dibagikan oleh informan dapat memunculkan harapan atau motivasi bagi ibu lain yang mengalami keterbatasan dalam menyusui. Hal ini tercermin dari penjelasan P8 sebagai berikut:

“Sejauh ini saya tidak menemui komentar negatif. Kebanyakan ibu yang menggunakan susu formula karena kendala ASI justru berkomentar bahwa mereka memiliki keinginan untuk bisa menyusui seperti itu. Jadi, sifatnya lebih ke arah berbagi harapan, bukan kritik.”

Konsistensi Konten dan Dukungan Relasional

Konsistensi kreator dalam memproduksi konten *pumping* tidak terlepas dari berbagai faktor yang saling memperkuat, baik yang bersifat ekonomi, teknologis, maupun relasional. Salah satu faktor yang muncul dalam temuan penelitian adalah



peluang monetisasi yang diperoleh melalui aktivitas membuat konten. Bagi sebagian informan, respons positif dari audiens yang kemudian diikuti dengan tawaran kerja sama atau *endorsement* menjadi dorongan tambahan untuk terus memproduksi konten. Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh P8:

"Awalnya saya hanya mencoba mengunggah konten, ternyata responnya ramai karena sangat relate dengan para ibu menyusui. Karena antusiasme yang tinggi dan mulai adanya tawaran endorse, saya menjadi semakin rajin dan termotivasi untuk terus mengembangkan konten tersebut hingga sekarang."

Selain aspek monetisasi, respons yang muncul dari audiens, seperti peningkatan jumlah penonton, komentar, dan *likes*, menciptakan dorongan bagi kreator untuk terus membagikan konten serupa. Hal ini terlihat dari pengalaman yang disampaikan oleh P1:

"Awalnya saya hanya ingin mencari penghasilan tambahan dan mencoba pasar di TikTok. Ternyata, antusiasme audiens sangat tinggi, mulai dari pertanyaan testimoni hingga cara penggunaan alat. Melihat jumlah viewers dan likes yang terus naik, saya merasa tertantang untuk berbagi lebih banyak informasi, seperti aturan menyimpan ASI hingga detail peralatan yang dibutuhkan."

Konsistensi dalam memproduksi konten juga dipengaruhi oleh aspek teknis dalam proses pembuatan konten itu sendiri. Beberapa informan memandang aktivitas *pumping* sebagai kegiatan yang relatif mudah untuk direkam. Aktivitas tersebut dinilai tidak memerlukan persiapan produksi yang kompleks seperti perencanaan konten yang detail atau pengaturan teknis yang rumit. P1 menyampaikan bahwa kondisi ini membuat aktivitas sehari-hari tersebut dapat dengan mudah diubah menjadi materi konten digital.

Dukungan dari lingkungan terdekat juga menjadi faktor penting dalam menjaga konsistensi kreator. Dalam penelitian ini, suami tidak hanya memberikan dukungan



emosional dan praktis karena memahami secara langsung perjuangan selama proses menyusui, tetapi juga turut terlibat dalam proses pembuatan konten. Dalam beberapa konteks, suami bahkan berperan sebagai mitra kreatif dengan memberikan masukan terkait strategi produksi konten agar lebih menarik bagi audiens. Hal ini sebagaimana disampaikan oleh P1:

"Suami saya memberikan banyak wawasan teknis yang sangat membantu perkembangan konten saya. Dari beliau, saya belajar banyak tentang cara menyusun hook yang menarik, menerapkan soft selling, hingga menyisipkan call to action (CTA) yang efektif agar konten lebih berkualitas."

Pembahasan

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, peneliti menemukan bahwa para ibu memaknai aktivitas *pumping* sebagai bagian penting dari peran keibuan. Aktivitas ini dipahami sebagai bentuk tanggung jawab seorang ibu dalam memenuhi kebutuhan nutrisi dan kesejahteraan anak. Para ibu melihat *pumping* sebagai upaya nyata untuk tetap memberikan yang terbaik bagi anak, meskipun dihadapkan pada berbagai keterbatasan. Selain itu, aktivitas *pumping* juga dimaknai sebagai simbol pengorbanan yang menuntut waktu, tenaga, dan komitmen yang tidak sedikit. Dengan demikian, *pumping* tidak hanya dipandang sebagai aktivitas teknis, tetapi juga sebagai wujud konsistensi dan dedikasi seorang ibu terhadap perannya.

Para ibu menganggap aktivitas *pumping* sebagai bentuk tanggung jawab keibuan yang berorientasi pada kesejahteraan anak. Sebagian besar ibu yang diwawancarai merupakan ibu bekerja atau ibu yang memiliki keterbatasan fisiologis, sehingga tidak selalu dapat memberikan ASI secara langsung. Meskipun demikian, mereka tetap menjalankan tanggung jawabnya dengan melakukan *pumping* di sela-sela aktivitas agar kebutuhan ASI anak tetap terpenuhi. Hasil *pumping* tersebut kemudian diberikan



kepada anak ketika ibu kembali ke rumah yang menunjukkan adanya upaya konsisten untuk memastikan kesejahteraan anak. Dengan demikian, *pumping* tidak hanya dipandang sebagai aktivitas teknis, tetapi juga sebagai wujud komitmen ibu dalam memberikan ASI eksklusif yang mencerminkan proses *maternal role attainment*, yaitu pembentukan identitas keibuan melalui tanggung jawab dan keterlibatan berkelanjutan (Mercer, 2004).

Selain sebagai pemenuhan nutrisi, *pumping* juga dimaknai sebagai simbol pengorbanan, dedikasi, dan konsistensi seorang ibu. Pengorbanan ini tercermin dari bagaimana para informan memaknai rasa sakit, kurang tidur, dan kelelahan sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari praktik *pumping*. Temuan ini sejalan dengan penelitian Li et al. (2024) yang menunjukkan bahwa praktik *pumping* dapat memicu kelelahan emosional dan rasa terisolasi pada ibu (Li et al., 2024). Meskipun demikian, pengalaman tersebut tidak mengurangi konsistensi para ibu, karena mereka meyakini bahwa ASI merupakan nutrisi terbaik dibandingkan produk buatan manusia seperti susu formula. Konsistensi dalam melakukan *pumping* di tengah berbagai pengorbanan tersebut menunjukkan adanya dedikasi mendalam seorang ibu dalam memenuhi kebutuhan dan kesejahteraan anaknya.

Pumping dimaknai oleh para ibu sebagai fase sementara dalam praktik keibuan, sehingga mereka terdorong untuk mendokumentasikan perjuangan, konsistensi, dedikasi, dan tanggung jawab mereka selama proses menyusui. Konten *pumping* tersebut dipandang sebagai bentuk refleksi diri yang menyerupai *digital diary*, yang merekam perjalanan emosional dan fisik ibu. Melalui dokumentasi rutin mengenai jumlah ASI, jadwal *pumping*, dan kondisi fisik, ibu dapat mengevaluasi serta memantau praktik menyusunya secara berkelanjutan. Praktik ini sejalan dengan *self*



disclosure theory yang menyatakan bahwa keterbukaan diri membantu individu memahami dan memproses pengalaman personalnya secara lebih mendalam (Devito, 2011).

Selain refleksi diri, berbagi konten *pumping* juga berfungsi sebagai *coping mechanism* dalam menghadapi stres dan kelelahan emosional. Proses merekam, mengunggah, serta menerima respons audiens memberikan rasa terhibur dan perasaan tidak sendirian dalam perjuangan menyusui. Hal ini sejalan dengan pandangan Boyd tentang *networked publics*, di mana interaksi digital menciptakan rasa kebersamaan meski tanpa kedekatan fisik (Boyd, 2014). Namun, temuan juga menunjukkan bahwa tidak semua informan memaknai konten *pumping* sebagai strategi *coping*.

Motivasi berbagi konten *pumping* tidak hanya berorientasi pada kebutuhan pribadi, tetapi juga berkembang melalui interaksi dan respons yang diterima dari audiens. Respons tersebut mendorong terbentuknya solidaritas di antara perempuan, khususnya para ibu, untuk saling mendukung dalam perjalanan menyusui. Informan secara sadar membagikan pengalaman personal terkait fluktuasi produksi ASI sebagai upaya untuk mengoreksi narasi dominan tentang *bonding* atau tidaknya anak bila melakukan *pumping*, *oversupply* yang sering muncul di media sosial, sekaligus menormalisasi *pumping* sebagai praktik yang sah dan realistis, terutama bagi ibu bekerja yang memiliki keterbatasan dalam menyusui secara langsung. Hal ini sesuai dengan *self disclosure theory* yang memandang bahwa keterbukaan diri dilakukan untuk membagikan pengalaman pribadi sehingga orang lain dapat melihat realitas yang dialami secara lebih nyata (Devito, 2011). Dengan adanya publikasi pengalaman



di media sosial, masyarakat bisa melihat sisi edukatif sekaligus inspiratif dari aktivitas tersebut.

Paparan terhadap konten *pumping* dari kreator lain mendorong informan untuk melakukan praktik *self disclosure* serupa di media sosial, khususnya TikTok. Proses ini melibatkan identifikasi diri dengan figur ibu lain yang dianggap relevan dengan pengalaman personal mereka. Menurut Boyd dan Ellison, media sosial secara struktural memang dirancang untuk mendorong pengguna melakukan keterbukaan diri melalui produksi konten (Boyd & Ellison, 2008). Dengan demikian, pembentukan konten *pumping* merupakan hasil interaksi antara pengalaman personal, imitasi sosial, dan dorongan platform digital. Melalui paparan algoritma terkait konten serupa memperkuat persepsi bahwa *self disclosure* terkait *pumping* adalah praktik yang wajar dan dapat diterima.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa rasa malu dan anggapan *pumping* sebagai aktivitas tabu menjadi hambatan awal bagi ibu dalam membagikan konten *pumping* di media sosial. Temuan ini mencerminkan bagaimana praktik keibuan, khususnya yang berkaitan dengan tubuh ibu, masih kuat dilekatkan pada ranah privat. Kondisi tersebut sejalan dengan konsep tubuh sebagai “tubuh sosial” yang diatur oleh norma, ekspektasi, dan kontrol masyarakat (D’Ignazio et al., 2016). Dengan demikian, rasa malu yang dialami informan bukan sekadar perasaan individual, tetapi merupakan refleksi dari konstruksi sosial terhadap tubuh dan praktik keibuan.

Seiring dengan meningkatnya paparan dan respons positif dari audiens, terjadi perubahan makna dari sesuatu yang awalnya dianggap privat, tabu, dan memalukan menjadi praktik yang wajar dan layak dibagikan. Umpan balik positif dari audiens memperkuat efektivitas *self disclosure*, sebagaimana ditegaskan oleh Subaihah (2023)



bahwa penerimaan audiens menjadi indikator keberhasilan keterbukaan diri (Subaihah, 2023). Proses ini menunjukkan bahwa pengalaman sosial di ruang digital berperan penting dalam membentuk ulang pemaknaan individu terhadap aktivitas keibuan (Boyd, 2014). Melalui interaksi dengan kreator lain dan respon audiens yang cenderung suportif, ibu mulai melihat *pumping* sebagai pengalaman bersama, bukan lagi perjuangan yang dijalani sendiri.

Perubahan generasi, perkembangan teknologi, serta dukungan lingkungan menjadi pemerkuat bahwa *pumping* bukan lagi aktivitas yang tabu untuk dibagikan. Generasi yang lebih muda, khususnya Gen Z, dipandang lebih terbuka, kritis, dan mudah mengakses informasi sehingga cenderung menantang norma lama yang menganggap menyusui sebagai hal tabu. Hal ini sejalan dengan pandangan Livingstone (2008) mengenai normalisasi keterbukaan dalam budaya digital yang mendorong legitimasi berbagi pengalaman privat (Livingstone, 2008). Dukungan institusi sosial seperti komunitas ibu, brand, serta keterlibatan ayah juga memperkuat penerimaan sosial terhadap *pumping*. Dengan demikian, normalisasi *pumping* merupakan hasil interaksi antara perubahan nilai generasi, kemajuan teknologi, dan ekosistem sosial yang semakin suportif.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa informan memiliki kesadaran yang tinggi dalam menetapkan batasan privasi saat membagikan konten *pumping* di ruang digital melalui proses kurasi berdasarkan pertimbangan kepantasan, etika, dan kenyamanan personal. Standar mengenai konten yang dianggap aman juga dibentuk melalui pengamatan terhadap kreator lain, sehingga informan membatasi unggahan hanya pada aspek edukatif dan informatif serta menghindari pengalaman menyusui yang terlalu personal atau sensitif. Kesadaran terhadap risiko seksualisasi tubuh di



ruang digital mendorong informan menolak visual maupun kerja sama komersial yang dinilai berpotensi mengeksploitasi tubuh perempuan. Pengelolaan konten tersebut juga dipengaruhi oleh regulasi platform dan tuntutan profesionalitas dari brand, sehingga informan berupaya menjaga keseimbangan antara kebutuhan visual dan norma kesopanan. Temuan ini menunjukkan bahwa negosiasi privasi dalam konten *pumping* merupakan proses yang dipengaruhi oleh etika personal, norma sosial, dan regulasi platform, sekaligus mencerminkan tubuh ibu sebagai representasi digital yang rentan terhadap penilaian publik (Toffoletti et al., 2025).

Temuan penelitian menunjukkan bahwa TikTok dipersepsikan memungkinkan pemisahan antara identitas personal dan identitas sebagai kreator konten. Pemisahan ini terlihat dari keputusan informan untuk menjaga akun Instagram tetap privat, sementara TikTok digunakan sebagai ruang berbagi pengalaman *pumping* kepada publik yang lebih luas. Praktik ini mencerminkan proses negosiasi identitas keibuan digital sebagaimana dijelaskan dalam konsep konstruksi identitas oleh Hall et al. (2021), di mana identitas tidak bersifat tetap, melainkan dibentuk melalui konteks sosial dan ruang tempat individu berinteraksi (Hall et al., 2021). Selain aspek keamanan identitas, TikTok dipandang sebagai platform yang lebih natural dan transparan dalam merepresentasikan pengalaman menyusui dan *pumping*. Informan menilai bahwa format video pendek memungkinkan penyampaian pengalaman secara langsung dan apa adanya.

Keunggulan algoritma TikTok turut memperkuat persepsi platform ini sebagai ruang yang aman dan edukatif bagi ibu. Sistem *For You Page* (FYP) memungkinkan konten menjangkau audiens yang memiliki minat serupa, sehingga ibu merasa lebih relevan dan terhubung dengan komunitas yang tepat. Fenomena ini dapat dipahami



melalui konsep *networked publics* dari Boyd (2014), yaitu ruang sosial yang terbentuk melalui teknologi di mana informasi personal bisa disebarkan lebih luas. Dalam konteks ini, TikTok memberi ruang bagi ibu untuk berbagi pengalaman kepada audiens yang lebih luas di luar lingkungan terdekatnya. Oleh karena itu, pilihan platform bukan semata teknis, melainkan bagian dari strategi sosial dan identitas dalam praktik keibuan digital.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa media sosial dipersepsikan sebagai sumber edukasi yang lebih relevan dan mudah diakses dibandingkan sumber informasi konvensional seperti buku atau mesin pencari. Informan menilai bahwa konten *pumping* di TikTok menyediakan pengetahuan praktis yang sebelumnya hanya bisa diperoleh melalui konselor laktasi. Temuan ini sejalan dengan penelitian Çınar dan Bozkurt (2025) yang menyebutkan bahwa ibu postpartum memanfaatkan platform digital sebagai sumber informasi dan dukungan emosional (Çınar & Bozkurt, 2025). Media sosial dalam konteks ini berfungsi sebagai ruang belajar informal yang berorientasi pada pengalaman nyata sesama ibu. Dengan demikian, TikTok tidak hanya menjadi media hiburan, tetapi juga bagian dari ekosistem pengetahuan dalam praktik keibuan modern.

Temuan menunjukkan bahwa monetisasi berperan sebagai salah satu faktor penguat konsistensi kreator dalam memproduksi konten *pumping*, terutama ketika konten yang dibagikan mendapatkan respons tinggi dari audiens. Pengalaman informan yang mulai menerima *endorsement* setelah kontennya ramai menunjukkan bahwa praktik keibuan digital juga beririsan dengan logika ekonomi platform. Eksistensi dan konsistensi produksi konten diperkuat oleh peluang finansial dan visibilitas sejalan dengan peluang kreator konten (Purwadhi et al., 2021). Dalam



konteks ini, aktivitas *pumping* tidak hanya dimaknai sebagai kerja keibuan, tetapi juga sebagai bentuk kerja digital yang menghasilkan nilai ekonomi. Namun, temuan juga menunjukkan bahwa pengaruh monetisasi tidak bersifat universal bagi seluruh kreator konten *pumping*.

Pada awalnya, aktivitas *pumping* dimaknai oleh para ibu sebagai bentuk tanggung jawab, pengorbanan, konsistensi, dan dedikasi dalam memenuhi kebutuhan nutrisi anak. Namun, setelah para ibu mulai membagikan aktivitas *pumping* di media sosial dan mendapatkan respons positif dari audiens, termasuk peluang kerja sama dengan brand melalui *endorsement* dan kolaborasi, terjadi perluasan makna terhadap aktivitas tersebut. *Pumping* tidak lagi hanya dimaknai sebagai bentuk tanggung jawab keibuan, tetapi juga sebagai aktivitas yang memiliki nilai ekonomi dan potensi monetisasi. Kesempatan ini kemudian menjadi faktor pendorong tambahan bagi para ibu untuk tetap konsisten membagikan aktivitas *pumping* di media sosial. Dengan demikian, monetisasi tidak menggantikan makna awal sebagai bentuk dedikasi keibuan, melainkan memperkuat dan mempertahankan konsistensi mereka dalam melakukan dan membagikan aktivitas tersebut.

Selain monetisasi, algoritma media sosial berperan sebagai mekanisme penguat yang mendorong keberlanjutan produksi konten *pumping*. Respons audiens berupa peningkatan jumlah penonton, komentar, dan tanda suka menciptakan rasa tantangan sekaligus validasi sosial bagi kreator. Konsistensi konten juga dipermudah oleh aspek teknis, karena aktivitas *pumping* dipersepsikan sebagai rutinitas yang mudah direkam tanpa persiapan produksi yang kompleks. Dengan demikian, kombinasi antara algoritma, respons audiens, dan efisiensi produksi menjadikan



pumping sebagai praktik keibuan yang relatif stabil untuk ditampilkan secara berulang di ruang publik digital.

Dukungan suami muncul sebagai faktor relasional yang signifikan dalam menjaga keberlanjutan praktik berbagi konten *pumping*. Dukungan ini tidak hanya bersifat emosional, tetapi juga mencakup pemahaman terhadap perjuangan istri serta keterlibatan aktif dalam mendistribusikan konten. Temuan ini sejalan dengan konsep dukungan sosial yang menyatakan bahwa dukungan pasangan dapat memperkuat kepercayaan diri dan keberlanjutan perilaku, terutama dalam konteks peran keibuan (Bridges et al., 2018). Selain itu, keterlibatan suami dalam mendiskusikan batas konten menunjukkan adanya proses negosiasi antara ranah privat dan publik, sebagaimana dijelaskan dalam kerangka pergeseran privat ke (Papacharissi, 2013). Dalam beberapa kasus, peran suami bahkan berkembang menjadi mitra kreatif, yang menandakan bahwa praktik keibuan digital tidak lagi dijalani secara individual, melainkan sebagai hasil kolaborasi relasional dalam keluarga.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa kreator konten memaknai aktivitas *pumping* di TikTok sebagai praktik keibuan yang mencerminkan tanggung jawab, dedikasi, dan komitmen di tengah berbagai keterbatasan. Pemaknaan personal tersebut memotivasi para ibu untuk membagikan pengalaman mereka guna merepresentasikan perjuangan serta konsistensi selama perjalanan menyusui. Selain menjadi representasi peran maternal, pembuatan konten ini juga berfungsi sebagai *digital diary* untuk mendokumentasikan, memantau, dan mengevaluasi manajemen laktasi secara mandiri. Di sisi lain, aktivitas digital tersebut berperan sebagai *coping*



mechanism efektif yang membantu ibu mengelola kelelahan emosional selama menjalani rutinitas memompa. Interaksi emosional dengan audiens yang suportif pada akhirnya memberikan penguatan berupa dukungan sosial sehingga para ibu tidak merasa berjuang sendirian.

Motivasi berbagi ini kemudian berkembang menjadi gerakan kolektif untuk mengedukasi dan menghadirkan perspektif menyusui yang lebih realistis bagi sesama ibu. Melalui konten tersebut, para kreator berusaha mendekonstruksi narasi dominan tentang fenomena *oversupply* sekaligus membangun solidaritas antaribu di ruang digital. Seiring meluasnya respons positif, terjadi transformasi makna yang menormalisasi praktik *pumping* di ruang publik digital dari yang awalnya dianggap tabu. Keterbukaan diri ini dipermudah oleh algoritma TikTok yang adaptif, kepraktisan teknis produksi, serta adanya potensi monetisasi platform. Pada akhirnya, praktik berbagi konten laktasi ini merupakan hasil negosiasi dinamis antara pemaknaan personal, dukungan relasional, dan peluang ekosistem digital.

Daftar Pustaka

- Al Azis, M. R., & Irwansyah, I. (2021). FENOMENA SELF-DISCLOSURE DALAM PENGGUNAAN PLATFORM MEDIA SOSIAL. *Jurnal Teknologi Dan Sistem Informasi Bisnis*, 3(1), 120–130. <https://doi.org/10.47233/jteksis.v3i1.189>
- Boyd, D. (2014). *It's Complicated: The Social Lives of Networked Teens*. Yale University Press.
- Boyd, D. m., & Ellison, N. B. (2008). Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), 210–230. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>
- Bridges, N., Howell, G., & Schmied, V. (2018). Exploring breastfeeding support on social media. *International Breastfeeding Journal*, 13(1), 22. <https://doi.org/10.1186/s13006-018-0166-9>



- Çınar, İ. Ö., & Bozkurt, E. Ö. (2025). Digital Motherhood in the Postpartum Period: A Descriptive Study. *Maternal and Child Health Journal*, 29 (3).
- Creswell, J. W. (2019). *Research Design pendekatan Kualitatif*. Pustaka Pelajar.
- Davis, P. E., Bridger, A., & Budds, K. (2025). "They need to see breastfeeding so that they know how to do it": the construction of motherhood through Instagram breelfies. *International Breastfeeding Journal*, 20(1), 11. <https://doi.org/10.1186/s13006-025-00701-z>
- Devito, J. A. (2011). *Komunikasi Antar Manusia*. Professional Book.
- D'Ignazio, C., Hope, A., Michelson, B., Churchill, R., & Zuckerman, E. (2016). A Feminist HCI Approach to Designing Postpartum Technologies. *Proceedings of the 2016 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, 2612–2622. <https://doi.org/10.1145/2858036.2858460>
- Emzir. (2010). *Metodelogi Penelitian Kualitatif: Analisis Data*. Raja Grafindo.
- Fatika, R. A. (2024). 10 Negara dengan Pengguna TikTok Terbesar, Indonesia Urutan Berapa. *GoodStats Data*. <https://data.goodstats.id/statistic/10-negara-dengan-pengguna-tiktok-terbesar-indonesia-urutan-berapa-xFOgI>
- Hall, Stuart., Gilroy, Paul., & Gilmore, R. Wilson. (2021). *Selected writings on race and difference*. Duke University Press.
- Harper, M. (2024). *Connected, Complicated, and Constant: The Motherhood Experience in the Age of Social Media*. <https://hdl.handle.net/20.500.11803/2474>
- Latifi, F. (2025). On PumpTok, Moms Share Their Successes—Others Question Their Own. *Women's Health*. <https://www.womenshealthmag.com/life/a65448196/pumptok-viral-breast-milk-pumping/>
- Li, X., Li, Y., Qian, L., Han, P., Feng, H., & Jiang, H. (2024). Mothers' experiences of breast milk expression during separation from their hospitalized infants: a systematic review of qualitative evidence. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 24(1), 124. <https://doi.org/10.1186/s12884-024-06323-3>
- Livingstone, S. (2008). Taking risky opportunities in youthful content creation: teenagers' use of social networking sites for intimacy, privacy and self-



<https://ejournal.uki.ac.id/index.php/inada/> email: jurnal.inada@uki.ac.id

expression. New Media & Society, 10(3), 393–411.
<https://doi.org/10.1177/1461444808089415>

Marcon, A. R., Bieber, M., & Azad, M. B. (2019). Protecting, promoting, and supporting breastfeeding on Instagram. Maternal & Child Nutrition, 15(1).
<https://doi.org/10.1111/mcn.12658>

Mercer, R. T. (2004). Becoming a Mother Versus Maternal Role Attainment. Journal of Nursing Scholarship, 36(3), 226–232. <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.2004.04042.x>

Papacharissi, Z. A. . (2013). A Private Sphere : Democracy in a Digital Age. Wiley.

Purwadhi, Hidayat, D., & Virdaus, A. A. (2021). Ippar Model: Character Building Program Strategy In Religion Based School. 87–94.
<https://doi.org/10.15405/epsbs.2021.06.02.12>

Puspita, B. B., & Edvra, P. A. (2020). Grup Media Sosial sebagai Sarana Pemberdayaan Perempuan tentang Pemberian ASI. Expose: Jurnal Ilmu Komunikasi, 3(2), 124.
<https://doi.org/10.33021/exp.v3i2.1154>

Rahardjo, M. (2018). Paradigma Interpretif.

Sheehan, A., & Bowcher, W. L. (2017). Messages to new mothers: an analysis of breast pump advertisements. Maternal & Child Nutrition, 13(2).
<https://doi.org/10.1111/mcn.12313>

Subaihah, Y. Y. (2023). Keterbukaan Diri Para Penggemar BL (Boys Love) di Gresik. Universitas Muhammadiyah Gresik.

Susilawati. (2017). Makna Menyusui: Studi Fenomenologi pada Ibu Menyusui. . Universitas Pendidikan Indonesia.

Szasz, G. (2023). Matrescence: A great adventure about to begin. British Columbia Medical Journal.

Toffoletti, K., Thorpe, H., Olive, R., Pavlidis, A., & Moran, C. (2025). A feminist embodied ethics of social media use: Corporeal vulnerability and relational care practices. New Media & Society, 27(1), 43–61.
<https://doi.org/10.1177/14614448231171560>