

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP  
KEMAMPUAN PERAWATAN PAYUDARA PADA IBU HAMIL  
TRIMESTER III**  
*(The Effectiveness of Health Education in The Ability of The Breast  
Care for Pregnant Woman in 3<sup>rd</sup> Trimester)*

Niswatun<sup>1</sup>, Ika Agustina<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Praktisi Kebidanan

<sup>2</sup>STIKes Patria Husada Blitar

email: ikapatria45@gmail.com

**Abstract:** Good treatment of breast after both during pregnancy and maternity, will keep the form of breast and will also affect the breastmilk. Method: The design was pre experimental. The population in this research were 20 pregnant woman trimester III in the Polindes Village Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar. Samples in this research were 15 pregnant women trimester III in the polindes village brass Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar. the sampling technique used purposive sampling. The research were Conducted on 4–7 April 2015 in polindes village Kuningan Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar. This statistical test used wilcoxon rank test using SPSS for window. Result: The result showed that 80% of respondents were not enough to do breast care in before the treatment and 80% of respondents can do breast care after the treatment. Based on wilcoxon statistical test, the value was 0,000. This showed that there was an effect of education and health care of the mother breast ability in polindes desa Kuningan kecamatan kanigoro Kabupaten Blitar. Discussion: It was suggested for pregnant women on third trimester will be able to perform breast care with the correct methods and techniques, since breast care is very important for the preparation breastfeeding at birth.

**Keywords:** health education, breast threatment

**Abstrak:** Merawat payudara baik selama masa kehamilan maupun setelah bersalin, akan menjaga bentuk payudara juga akan mempengaruhi ASI. Metode: Desain penelitian Pra-eksperimental. Populasi dalam penelitian ini adalah 20 ibu hamil trimester III di Polindes Desa Kuningan Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar. Sampel pada penelitian ini adalah 15 ibu hamil trimester III di Polindes Desa Kuningan Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar. Teknik sampling yang digunakan adalah Purposive sampling. Dilakukan penelitian pada tanggal 9–15 April 2015 di Polindes Desa Kuningan Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar. Uji statistik ini menggunakan Wilcoxon sing rank test dan dibantu menggunakan SPSS for window. Hasil: penelitian didapatkan bahwa 80% responden kurang mampu dalam melakukan perawatan payudara sebelum dilakukan pendidikan kesehatan, setelah di berikan pendidikan kesehatan menjadi mampu sebanyak 80%. Ada perubahan kemampuan responden dari kurang mampu menjadi mampu sebanyak 80%. Berdasarkan uji statistik Wilcoxon didapatkan nilai sign = 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kemampuan ibu dalam perawatan payudara di Polindes Desa Kuningan Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar. Diskusi: Disarankan pada ibu hamil trimester III akan mampu melakukan perawatan payudara dengan metode dan tehnik yang benar, karena perawatan payudara sangat penting untuk persiapan menyusui saat bayi lahir.

**Kata Kunci:** pendidikan kesehatan, perawatan payudara

Pada awal kehamilan perempuan akan merasakan payudaranya menjadi lunak. Setelah bulan kedua payudara akan bertambah ukuran vena-vena di bawah kulit akan lebih terlibat. Puting payudara akan lebih besar, kehitaman, dan tegak. Setelah bulan ke tiga suatu cairan yang berwarna kekuningan yang disebut kolostrum dapat keluar. Keberhasilan menyusui bukan suatu yang datang dengan sendirinya, tetapi merupakan keterampilan yang perlu diajarkan agar ibu berhasil menyusui, perlu dilakukan berbagai kegiatan antenatal, intranatal dan post natal (Sarwono, 2010:179).

Di Indonesia, pemberian ASI belum membudaya pada masyarakat termasuk dikalangan ibu bekerja. Ibu yang berhasil memberi secara ASI eksklusif tercatat sebesar 61,5% pada tahun 2010. Sementara di Jawa Timur ibu yang memberi ASI sebesar 61,52% pada tahun 2011. Kota Surabaya berada di bawah rerata tersebut, yakni sebesar 26,88% (Pusat Data Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2012). Menurut analisis Kementerian Kesehatan tahun 2012, berbagai factor yang turut menghambat keberhasilan pemberian ASI antara lain karena tenaga konselor menyusui yang terbatas, kegiatan edukasi dan kampanye terkait pemberian ASI yang belum optimal, ketersediaan sarana dan prasarana komunikasi informasi dan edukasi (KIE) tentang ASI. (Jurnal Ners, fakultas Keperawatan Universitas Airlangga, 2013).

Setelah peneliti melakukan survey awal di Polindes Kuningan Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar pada tanggal 4–7 Februari 2015, terdapat 20 ibu hamil yang melakukan antenatal care 5 ibu hamil dengan puting susu tenggelam, 10 ibu hamil dengan payudara tampak kotor dan 5 ibu hamil dengan kolostrum belum keluar pada trimester III.

Sebelum melakukan survey peneliti mendapatkan informasi dari bidan setempat bahwa bidan sudah pernah memberikan konseling tentang perawatan payudara disetiap pelaksanaannya dalam antenatal care, tetapi masih banyak ibu hamil yang tidak melakukan perawatan payudara pada kehamilannya, semua itu dikarenakan kurangnya kesadaran arti penting tentang perawatan payudara pada kehamilannya, semua itu dikarenakan kurangnya kesadaran arti penting tentang perawatan payudara.

Dari masalah dan hasil survey tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kemampuan perawatan payudara pada ibu hamil trimester III di Polindes Kuningan Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar".

Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kemampuan perawatan payudara ibu hamil trimester III di Polindes Desa Kuningan Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar.

Manfaat Penelitian bagi peneliti dapat digunakan untuk menambah wawasan dan pengetahuan yang berkaitan dengan pendidikan kesehatan terhadap perawatan payudara. Bagi institusi pendidikan Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dalam kegiatan perkuliahan dan mengembangkan program penelitian untuk menggali dan memotivasi daya pikir ilmiah terhadap perawatan payudara. Bagi profesi hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan untuk meningkatkan kualitas pelayanan serta menambah pengetahuan dan pemahaman tentang perawatan payudara selama kehamilan. Bagi responden bagi ibu hamil diharapkan agar ibu hamil dapat melakukan perawatan payudara selama kehamilan sebagai persiapan untuk laktasi.

## BAHAN DAN METODE

Metode Penelitian ini menggunakan pendekatan *Pra-eksperimental* dengan pendekatan (*One-group pra-post test design*). Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil trimester III di Polindes Desa Kuningan Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar. Teknik sampling yang digunakan adalah *Purposive sampling*. Sampel Penelitian di Polindes Desa Kuningan Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar yang memenuhi kriteria inklusi sebanyak 15 ibu hamil trimester III. Variabel independent dalam penelitian ini adalah pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara. Variabel dependent dalam penelitian ini adalah kemampuan perawatan payudara. Penelitian dilakukan tanggal 9–15 april 2015 di Polindes Desa kuningan Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar. Dalam penelitian ini, instrument yang digunakan adalah check-list untuk mengetahui pengaruh intervensi yang dilakukan. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi.

Metode Pengolahan data yang dilakukan adalah *Editing, Coding, tabulating selanjutnya di analisa* menggunakan Uji statistic *Wilcoxon sign rank test* digunakan untuk menguji hipotesis komparatif dua sampel yang berkolerasi, bila data nya berbentuk ordinal. Misalannya dalam suatu eksperimen.

## HASIL PENELITIAN

## DATA UMUM

Tabel 1. Umur ibu di Polindes desa Kuningan Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar Pada Tanggal 9 Juni 2015

| Umur (Tahun)  | <i>f</i>  | %          |
|---------------|-----------|------------|
| 18 – 22       | 5         | 33.3       |
| 23 – 27       | 6         | 40         |
| 28 – 32       | 3         | 20         |
| 33 – 37       | 1         | 6.7        |
| <b>Jumlah</b> | <b>15</b> | <b>100</b> |

Tabel 2. Jumlah kehamilan Ibu di Polindes Desa Kuningan Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar Pada Tanggal 9 Juni 2015

| No | Jumlah kehamilan | <i>f</i>  | %          |
|----|------------------|-----------|------------|
| 1  | Gravida 1        | 9         | 60         |
| 2  | Gravida 2        | 5         | 33.4       |
| 3  | Gravida > 2      | 1         | 6.7        |
|    | <b>Jumlah</b>    | <b>15</b> | <b>100</b> |

Tabel 3. Tamatan pendidikan terakhir ibu di Polindes Desa Kuningan Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar Pada Tanggal 9 Juni 2015

| No | Tamat Pendidikan       | <i>f</i>  | %          |
|----|------------------------|-----------|------------|
| 1  | Tamat SD               | 3         | 20         |
| 2  | Tamat SLTP             | 8         | 53.4       |
| 3  | Tamat SLTA             | 3         | 20         |
| 4  | Tamat Perguruan Tinggi | 1         | 6.6        |
|    | <b>Jumlah</b>          | <b>15</b> | <b>100</b> |

Tabel 4. Jenis pekerjaan ibu di Polindes Desa Kuningan Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar pada tanggal 9 Juni 2015

| No | Pekerjaan      | <i>f</i>  | %          |
|----|----------------|-----------|------------|
| 1  | IRT            | 14        | 93.3       |
| 2  | Pegawai swasta | 1         | 6.7        |
|    | <b>Jumlah</b>  | <b>15</b> | <b>100</b> |

## DATA KHUSUS

Tabel 5. Kemampuan ibu dalam merawat payudara sebelum pendidikan kesehatan di Polindes Desa Kuningan Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar pada tanggal 9 Juni 2015

| No | Kemampuan     | <i>f</i>  | %          |
|----|---------------|-----------|------------|
| 1  | Mampu         | 0         | 0          |
| 2  | Cukup mampu   | 3         | 20         |
| 3  | Kurang mampu  | 12        | 80         |
|    | <b>Jumlah</b> | <b>15</b> | <b>100</b> |

Tabel 6. Kemampuan ibu dalam merawat payudara sesudah pendidikan kesehatan di Polindes Desa Kuningan Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar pada tanggal 9 Juni 2015

| No | Kemampuan     | <i>f</i>  | %          |
|----|---------------|-----------|------------|
| 1  | Mampu         | 12        | 80         |
| 2  | Cukup mampu   | 3         | 20         |
| 3  | Kurang mampu  | 0         | 0          |
|    | <b>Jumlah</b> | <b>15</b> | <b>100</b> |

Tabel 7. Distribusi frekuensi kemampuan ibu dalam merawat payudara sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan di Polindes Desa Kuningan Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar pada tanggal 9 Juni 2015

| Kategori kemampuan | % kemampuan pre test | % kemampuan post test |
|--------------------|----------------------|-----------------------|
| Mampu              | 0                    | 80                    |
| Cukup mampu        | 20                   | 20                    |
| Kurang mampu       | 80                   | 0                     |

*Wilcoxon sign rank test: p = 0,000*

## PEMBAHASAN

Sesuai dengan tabel 5 menunjukkan 80% responden kurang mampu dalam perawatan payudara sebelum dilakukan pendidikan kesehatan. Keberhasilan proses menyusui sangat ditentukan oleh struktur puting susu dan *areola* (daerah sekitar puting susu yang berpigmentasi lebih). Pada puting susu dan *areola mammae* terdapat ujung-ujung saraf sensori yang mendukung proses reflex waktu menyusui. Puting susu mengandung otot polos yang dapat berkontraksi saat rangsangan menyusui muncul. Secara normal, bentuk puting susu muncul harus menonjol keluar, tetapi kadang-kadang dijumpai puting susu yang datar (*flat nipples*) dan masuk ke dalam (*inverted nipples*). Kondisi puting susu seperti ini dapat menyebabkan kegagalan menyusui. Pada kondisi ini, seorang ibu harus memperoleh perawatan payudara sebelum masa laktasi dimulai. Sebagai informasi, disekitar ujung puting susu terdapat 15–25 muara lobus (*duktus laktiferus*) (Huliana, 2004:82). Berdasarkan hasil penelitian ada beberapa factor yang mempengaruhi ibu kurang mampu dalam melakukan perawatan payudara, antara lain, sebanyak 60% ibu hamil merupakan gravid 1, di mana pada kehamilan pertama ini masih banyak ibu hamil yang belum mengerti tentang perawatan

payudara serta arti penting melakukan perawatan selama kehamilan, dikarenakan ini adalah pengalaman pertamanya, dari sebanyak 53,4% ibu dengan tamatan SLTP, menunjukkan bahwa status pendidikan sangat berpengaruh terhadap penerimaan, keterampilan ibu sebelum di berikan pendidikan kesehatan, adanya kurang mampu ibu dalam perawatan payudara ini diakibatkan oleh jumlah kehamilan dan pendidikan. Dengan adanya beberapa langkah yang belum dilakukan oleh ibu dapat menyebabkan produksi ASI tidak optimal, sebab salah satu upaya agar produksi Asi pada saat menyusui lancar, ibu hamil di anjurkan untuk merawat payudaranya dengan metode dan teknik yang benar. (Huliana, 2004:84).

Sesuai dengan tabel 6 menunjukkan 80% responden mampu dalam perawatan payudara sesudah dilakukan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan didefinisikan sebagai usaha atau kegiatan untuk membantu individu, kelompok atau masyarakat dalam meningkatkan kemampuan perilaku mereka untuk mencapai tingkat kesehatannya secara optimal. (Notoatmodjo, 2011:112). Adanya peningkatan kemampuan ibu dalam melakukan perawatan payudara ini diakibatkan dilakukannya pendidikan kesehatan kepada ibu. Pendidikan kesehatan merupakan upaya untuk mengajak ibu agar dapat meningkatkan kesehatannya secara mandiri. Pendidikan kesehatan juga sebagai suatu proses, di mana proses tersebut mempunyai masukan (*input*) dan keluaran (*output*). Di dalam suatu proses pendidikan kesehatan yang menuju tercapainya tujuan pendidikan yakni perubahan perilaku di pengaruhi oleh banyak factor, faktor-faktor yang mempengaruhi suatu proses pendidikan di samping masukannya sendiri juga metode materi atau pesannya, pendidik atau petugas yang melakukannya, dan alat- alat bantu/alat peraga pendidikan. (Notoatmodjo, 2003:103). Pendidikan kesehatan pada penelitian ini dilakukan dengan metode ceramah dan praktek sesuai dengan SOP perawatan payudara. Beberapa peningkatkan kemampuan perawatan payudara yang dimiliki ibu antara lain Beberapa langkah yang harus dilakukan oleh ibu dalam perawatan payudara adalah Mencuci tangan 7 langkah dan mengeringkan dengan menggunakan handuk yang bersih dan kering, menempatkan dalam posisi yang nyaman, mengompres puting susu dan sekitarnya dengan menempelkan kapas dan waslap bersih yang di basahi minyak kelapa lebih kurang selama 3 menit, mengulas minyak kelapa atau sabun pada ke dua tangan telapak tangan menggosok-gosok pada buah dada di mulai dari

tangan ke atas, ke samping dan akhirnya kebawah. Lakukan kira-kira 25 kali. melakukan gerakan menggenggam pada tangan kanan ibu yang telah berminyak atau bersabun, sekarang tinju kanan (punggung jari-jari menghadap buah dada dengan arh pangkal sampai ke ujung puting ). (Oswari, 2004: 49) Pendidikan kesehatan itu juga proses belajar pada individu, kelompok atau masyarakat dari tidak tahu tentang nilai-nilai kesehatan menjadi tahu, dari tidak mampu mengatasi masalah-masalah kesehatannya sendiri menjadi mampu. (Notoatmodjo, 2011: 112)

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa 80% responden kurang mampu dalam merawat payudara sebelum dilakukan pendidikan kesehatan dan menjadi 80% responden mampu dalam merawat payudara setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara. Ada perubahan kemampuan responden dari kurang mampu menjadi mampu sebanyak 80%. Faktor yang mempengaruhi kemampuan ibu adalah setelah di berikannya pendidikan kesehatan oleh pendidik kesehatan dengan cara di berikan penyuluhan, penerapan serta tindakan yang di lakukan oleh ibu hamil pada trimester III. Hasil uji statistik *Wilcoxon* menunjukkan nilai sig = 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kemampuan ibu dalam perawatan payudara di Polindes Desa Kuningan Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar. Hal ini mengindikasikan pendidikan kesehatan mampu meningkatkan kemampuan ibu dalam merawat payudara untuk memberikan makanan yang baik bagi bayi mereka. Pendidikan kesehatan dalam asuhan kehamilan, menurut Notoadmodjo (2003) adalah upaya yang direncanakan untuk memengaruhi orang lain, baik individu, kelompok, atau masyarakat, sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan. Pendidikan adalah suatu proses belajar yang berarti dalam pendidikan itu terjadi proses pertumbuhan, perkembangan, atau perubahan kearah yang lebih dewasa, lebih baik, dan lebih matang pada diri individu, kelompok atau masyarakat. (Notoatmodjo, 2011: 111)

Pendidikan kesehatan yang baik adalah dengan harapan bahwa dengan adanya pesan tersebut, masyarakat, kelompok, atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik dan diharapkan dapat berpengaruh terhadap perilakunya. (Notoatmodjo, 2011:120)

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Dari hasil penelitian dan analisa data yang telah dilakukan di dapatkan hasil sebagai berikut: kemampuan ibu dalam perawatan payudara sebelum diberikan pendidikan kesehatan sebanyak (80%) responden kurang mampu dalam melakukan perawatan payudara, kemampuan ibu dalam perawatan payudara setelah di berikan pendidikan kesehatan sebanyak (80%) responden mampu dalam melakukan perawatan payudara, dari hasil analisa menggunakan uji *wilcoxon sing rank test* di dapatkan hasil p value = 0,000 menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan berpengaruh terhadap kemampuan perawatan payudara pada ibu hamil trimester III di Polindes Desa Kuningan Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar.

### Saran

Saran-saran dalam penelitian ini adalah: bagi tempat penelitian: memberikan motivasi epada ibu untuk selalu melakukan perawatan payudara di rumah sehingga produksi ASI akan lebih baik dan bayi anak mendapatkan makanan yang terbaik dari

ibu, Bagi ibu: Melakukan perawatan payudara sesuai SOP dan sesuai dengan praktik pada saat pendidikan berlangsung di rumah, Bagi institusi kesehatan: Mendesain selebaran atau leaflet yang menarik khususnya leaflet tentang perawatan payudara sehingga dapat dibawa pulang oleh ibu untuk dapat dibaca dan dipraktikkan di rumah, Bagi peneliti selanjutnya: Diharapkan hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai referensi penelitian selanjutnya sehingga penelitian dalam bidang kebidanan dapat semakin berkembang.

### DAFTAR RUJUKAN

- Huliana, M. 2004. *Panduan Menjalani Kehamilan Sehat*. Jakarta: Puspa Swara.
- Jurnal Ners, *fakultas Keperawatan Universitas Airlangga*, 11 Maret 2015.
- Notoatmodjo, S. 2011. *Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Sulistiyawati, A. 2011. *Asuhan Kebidanan pada Masa Kehamilan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Prawirohardjo, S. 2010. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka
- Oswari, E. 2004. *Perawatan Ibu Hamil dan Bayi*. Jakarta: Pustaka sianar harapan.