

EFEKTIVITAS PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG PERAWATAN PAYUDARA TERHADAP PENGETAHUAN IBU HAMIL DI PUSKESMAS PRAMBANAN

Anna Uswatun Qoyyimah¹, Sri Wahyuni², Pisolia Dynamurtri Wintoro³, Chusnul Khotimah⁴

¹²³Program Studi DIII Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Klaten

⁴Mahasiswa Program Studi DIII Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Klaten

Email: annauq1979@gmail.com^{1*}, sri.yuni2402@gmail.com², dynamurtiwintoro91@gmail.com³, chusnul01@gmail.com⁴

Abstract

Conditions pregnancy makes, changes in the skin, and changes in the breasts. Breast care during pregnancy is an important part that must be considered in preparation for breastfeeding the baby and improving blood circulation. Based on the results of interviews with 15 pregnant women, there were 12 pregnant women who did not know proper breast care techniques. The purpose of this study was to determine the effectiveness of health education about breast care on the knowledge of pregnant women at the Prambanan Health Center. This type of research is quasi experimental research (quasi experimental designs) with a one group pretest-posttest research design. The population in this study were 30 second and third trimester pregnant women and the sample in this study were 18 second and third trimester pregnant women using accidental sampling technique. Statistical test results using the Wilcoxon signed rank test analysis obtained a significance $P = 0000 (<0.005)$. The conclusion of this study is that health education about breast care is effective in increasing the knowledge of pregnant women at the Prambanan Health Center. Suggestions from this study pregnant women can be more active in participating in classes for pregnant women held by village midwives or the puskesmas.

Keyword: Pregnant Women, Knowledge, Breast Care.

Abstrak (Cambria 10pt Bold, Italic)

Kondisi kehamilan membuat, perubahan pada kulit, dan perubahan payudara. Perawatan payudara selama hamil merupakan bagian penting yang harus diperhatikan sebagai persiapan untuk menyusui bayinya serta memperlancar sirkulasi darah. Berdasarkan hasil wawancara 15 ibu hamil terdapat 12 ibu hamil yang belum mengetahui teknik perawatan payudara yang benar. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas penyuluhan kesehatan tentang perawatan payudara terhadap pengetahuan ibu hamil di Puskesmas Prambanan. Jenis penelitian adalah penelitian eksperimen semu (quasi experimental designs) dengan rancangan penelitian one group pretest-posttest. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 30 ibu hamil trimester kedua dan ketiga serta sampel dalam penelitian ini sebanyak 18 ibu hamil trimester kedua dan ketiga menggunakan teknik accidental sampling. Hasil uji statistik dengan menggunakan analisa wilcoxon signed rank test diperoleh hasil signifikansi $P = 0000 (<0,005)$. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu penyuluhan kesehatan tentang perawatan payudara efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil di Puskesmas Prambanan. Saran dari penelitian ini ibu hamil dapat lebih aktif dalam mengikuti kelas ibu hamil yang diadakan oleh bidan desa atau pihak puskesmas.

Kata Kunci: Ibu Hamil, Pengetahuan, Perawatan Payudara.

1. Pendahuluan

Menurut data badan pusat statistik Provinsi Jawa Tengah jumlah ibu hamil di Jawa Tengah pada tahun 2020 sebanyak 575.906 ibu hamil dan mengalami penurunan pada tahun 2021 menjadi 545.813 ibu hamil. Sedangkan, menurut data dari Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, tentang cakupan pemberian ASI tahun 2019 sebesar 66,69 %, pada tahun 2020 mengalami peningkatan menjadi 69,62%, dan pada tahun 2021 mengalami kenaikan menjadi 71,58%. Data pemberian ASI di provinsi Jawa Tengah pada tahun 2019 sebesar 72,00%, pada tahun 2020 mengalami peningkatan menjadi 76,30%, dan pada tahun 2021 mengalami kenaikan menjadi 78,93% (1).

Kondisi kehamilan membuat banyak perubahan pada wanita. Dilihat dari segi fisik perubahan-perubahan itu antara lain berat badan bertambah, perubahan pada kulit, dan perubahan pada payudara (2). Pada awal kehamilan payudara akan menjadi lebih lunak. Setelah bulan kedua payudara akan bertambah ukurannya dan vena-vena dibawah kulit akan terlihat. Puting payudara akan lebih besar, kehitaman, dan tegak. Areola akan lebih besar dan kehitaman. Pada dasarnya areola mengandung dua kelenjar yaitu: kelenjar keringat (sebaceous) dan Montgomery. Kelenjar Montgomery yang menyebabkan bintik-bintik pada areola (3).

Perawatan payudara merupakan suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa kehamilan usia 7-9 bulan (trimester II dan III) dan ibu menyusui untuk memperlancar pengeluaran ASI (4). Informasi tentang perawatan payudara pada ibu hamil sangat diperlukan untuk merawat payudara agar tetap bersih, memperlancar sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI. Akibat dari kurangnya informasi tentang perawatan payudara yaitu produksi ASI sedikit dan tidak lancar sehingga tidak cukup dikonsumsi bayi dan terjadi infeksi pada payudara seperti mastitis, puting susu lecet, dan bendungan ASI (5).

Menurut Tria Eni Rafika Devi (2019; h.218) prinsip pada perawatan payudara yaitu: dilakukan dengan teratur, perawatan ini dilakukan pada trimester II dan III, menjaga kebersihan payudara setiap hari, nutrisi selama menyusui harus optimal, dan memakai bra yang bersih dan menopang payudara (6), (7).

Berdasarkan data dan wawancara dengan beberapa ibu hamil di Puskesmas Prambanan, data yang berhasil diperoleh pada tanggal 20 Desember 2021 sampai 15 Januari 2022 sebanyak 50 ibu hamil, terdapat 15 orang ibu hamil trimester ke-3, didapatkan 3 ibu hamil berhasil menjawab pertanyaan peneliti tentang pengertian perawatan payudara yaitu perawatan yang dilakukan selama kehamilan. Selain itu, ibu hamil mempraktekan cara perawatan payudara seperti membersihkan payudara menggunakan air hangat kemudian melakukan pemijatan dengan menggunakan baby oil, sedangkan 12 orang ibu hamil belum mengetahui teknik perawatan payudara yang benar, menurut ibu perawatan payudara dilakukan hanya pada saat mandi saja seperti hanya dibersihkan menggunakan sabun saja. Berdasarkan data dan wawancara dengan beberapa ibu hamil di Puskesmas Prambanan, dapat disimpulkan bahwa masih ada ibu hamil yang belum mengetahui tentang perawatan payudara.

2. Metode

Jenis penelitian yang akan digunakan adalah penelitian eksperimen semu (*quasi experimental designs*) dengan rancangan penelitian *one group pretest-posttest*.

Sampel dalam penelitian ini yaitu seluruh ibu hamil dengan usiakehamilan pada trimester Kedua dan ketiga yang diperiksa di Puskesmas Prambanan sebanyak 18 ibu hamil. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *Accidental sampling*.

Variabel bebas pada penelitian ini adalah penyuluhan kesehatan tentang perawatan payudara. Variabel terikat pada penelitian ini adalah pengetahuan ibu hamil. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Prambanan. Penelitian dan penyusunan proposal sampai dengan presentasi karya tulis ilmiah dilaksanakan pada bulan Februari sampai dengan bulan Agustus 2022.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan data primer yang diperoleh langsung dari responden sebagai subyek penelitian. Pada penelitian ini menggunakan instrumen *kuesioner* yang dibuat oleh peneliti dan telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas pada tanggal 9,10,11 Juni 2022 Di Desa Cucukan dengan jumlah responden 20 ibu hamil trimester kedua dan ketiga dengan jumlah pertanyaan 31 soal.

Pengukuran validitas kuesioner dalam penelitian ini menggunakan rumus *Person Product Moment*, yaitu mengkorelasikan masing-masing skor dengan skor total jawaban dari pertanyaan yang diberikan (8). Hasil uji validitas yang diperoleh yaitu dari 31 pertanyaan terdapat 5 pertanyaan yang tidak valid yaitu nomor 13 (r hitung 0,273), 15 (r hitung 0,401), 20 (r hitung 0,256), 29 (r hitung 0,265), dan 31 (r hitung 0,304). Pertanyaan yang tidak valid kemudian dihapus dan tidak diikutsertakan dalam penelitian karena sudah mewakili dari setiap indikator

soalnya. Nilai *Cronbach Alpha* dalam penelitian ini adalah sebesar 0,747 yang artinya bahwa kuesioner dinyatakan reliabel dan layak untuk digunakan sebagai instrumen penelitian.

3.1 Hasil

Karakteristik responden disajikan dalam tabel di bawah ini

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Responden Di Puskesmas Prambanan

No	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	< 20 tahun	0	0
2	20-35 tahun	16	88,9
3	> 35 tahun	2	11,1
	Jumlah	18	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar umur responden yaitu 20-35 tahun sebanyak 16 responden dan sebagian kecil umur responden >35 tahun sebanyak 2 responden.

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Responden Di Puskesmas Prambanan

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	SD	0	0
2.	SMP	3	16,7
3.	SMA	14	77,8
4.	PT	1	5,6
	Jumlah	18	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa sebagian besar pendidikan responden yaitu SMA sebanyak 14 responden dan sebagian kecil berpendidikan tinggi sebanyak 1 responden.

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Responden Di Puskesmas Prambanan

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	IRT	14	77,8
2.	Swasta	2	11,1
3	Wiraswasta	2	11,1
	Jumlah	18	100

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa sebagian besar pekerjaan responden yaitu IRT sebanyak 14 responden dan sebagian kecil bekerja sebanyak 4 responden.

Tabel 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Kehamilan Responden Di Puskesmas Prambanan

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Trimester II	12	66,7
2.	Trimester III	6	33,3
	Jumlah	18	100

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa sebagian besar umur kehamilan responden yaitu Trimester II sebanyak 12 responden dan sebagian kecil Trimester III sebanyak 6 responden.

Tabel 5. Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Kehamilan Saat Ini Di Puskesmas Prambanan

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	1	7	38,9
2.	2	8	44,4
3.	3	1	5,6
4.	4	1	5,6
5.	5	1	5,6
	Jumlah	18	100

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa sebagian besar riwayat kehamilan responden yaitu riwayat kehamilan anak ke-2 sebanyak 8 responden dan sebagian kecil riwayat kehamilan lebih dari 2 anak sebanyak 3 responden.

Tabel 6. Tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Baik	15	83,3
2.	Cukup	3	16,7
3.	Kurang	0	0
	Jumlah	18	100

Berdasarkan tabel 6 tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan sebagian besar baik sebanyak 15 responden dan sebagian kecil cukup sebanyak 3 responden.

Tabel 7. Tingkat pengetahuan ibu hamil sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Baik	18	100
2.	Cukup	0	0
3.	Kurang	0	0
	Jumlah	18	100

Berdasarkan tabel 7 tingkat pengetahuan ibu hamil sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan mengalami peningkatan, sebanyak 18 responden memiliki tingkat pengetahuan baik.

Tabel 8. Hasil analisa data uji normalitas

Shapiro Wilk Test			
	Statistic	Df	Sig
Pengetahuan Pre-test	,956	18	,534
Pengetahuan Post-test	,894	18	,045

Berdasarkan tabel diatas didapatkan hasil analisa data uji normalitas untuk data pengetahuan pre-test berdistribusi normal dengan nilai 0,534 ($p \text{ value} > 0,005$), dan untuk data pengetahuan post-test berdistribusi tidak normal dengan nilai 0,045 ($p \text{ value} < 0,005$). Karena terdapat data yang penelitian yang berdistribusi tidak normal maka analisa data menggunakan Wilcoxon Signed Ranks Test.

Tabel 9. Analisa data *Wilcoxon Signed Ranks Test*

No.	Kategori	N	Z hitung
1.	Pre-test	18	3,561
2.	Post-test	18	

Berdasarkan analisa data Wilcoxon signed rank test didapatkan hasil signifikansi sebesar 0,000. Artinya jika nilai signifikansi $< 0,005$ maka penyuluhan kesehatan tentang perawatan payudara efektif terhadap pengetahuan ibu hamil di Puskesmas Prambanan tahun 2022.

3.2 Pembahasan

Tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan

Berdasarkan tabel 4.6 hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Prambanan dengan jumlah 18 responden dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil tentang perawatan payudara sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 15 responden (83,3%), sedangkan yang memiliki tingkat pengetahuan cukup sebanyak 3 responden (16,7%).

Pengetahuan merupakan hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya. Pengetahuan tiap orang akan berbeda-beda tergantung dari bagaimana penginderaannya masing-masing terhadap objek atau sesuatu (9). Menurut Rachmawati (2019; h.16) faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu tingkat pendidikan, informasi budaya dan pengalaman, usia, minat, rasa ingin tahu, serta pola berpikir dan penalaran logika bahasa sesuai kebutuhan manusia (10).

Menurut Marina (2019) bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil sebagian besar berpengetahuan baik. Dalam penelitian ini terdapat 14 responden yang berumur 20-35 tahun

dengan kategori pengetahuan cukup, karena mayoritas responden kurang aktif dalam mengikuti penyuluhan kesehatan yang dilaksanakan oleh tenaga kesehatan (11).

Usia sangat berperan dalam daya tangkap dan pola pikir seseorang. Pola pikir dan daya tangkap akan semakin berkembang dalam bertambahnya usia. Selain itu, pendidikan juga mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Semakin tinggi tingkat pendidikan akademik yang ditempuh responden sangat berpengaruh terhadap persepsi atau sikap seseorang dalam menerima berbagai informasi.

Tingkat pengetahuan ibu hamil sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan

Berdasarkan tabel 7 hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Prambanan dengan jumlah 18 responden dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil tentang perawatan payudara setelah dilakukan penyuluhan kesehatan memiliki tingkat pengetahuan baik yaitu 18 responden.

Menurut Hasmi (2016; h.6) pengetahuan memiliki 6 tingkatan yaitu tahu (*know*), memahami (*comprehension*), aplikasi (*aplication*), analisis (*analysis*), sintesis (*synthesis*), evaluasi (*evaluation*). Dari hasil penelitian ini responden memiliki kategori tingkat pengetahuan baik tentang perawatan payudara sebanyak 18 responden, dikarenakan pada zaman modern saat ini sudah mengalami beragam kemajuan teknologi. Dengan hadirnya teknologi informasi di dunia kesehatan dapat memudahkan responden untuk mengakses informasi tentang kesehatan dengan mudah, serta cepat dalam mendapatkan pelayanan kesehatan hanya dengan menggunakan ponsel atau komputer (12).

Menurut Nova Yulita (2021) bahwa pengetahuan ibu hamil tentang perawatan payudara memiliki kategori pengetahuan baik. Pengetahuan dapat mempengaruhi ibu dalam melakukan perawatan payudara karena pengetahuan merupakan hal yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (11).

Efektifitas penyuluhan kesehatan tentang perawatan payudara terhadap pengetahuan ibu hamil

Berdasarkan tabel 9 analisa data Wilcoxon signed rank test didapatkan hasil signifikansi sebesar 0,000. Artinya jika nilai signifikansi <0,005 maka penyuluhan kesehatan tentang perawatan payudara efektif terhadap pengetahuan ibu hamil di Puskesmas Prambanan tahun 2022.

Menurut Nashar (2020; h.9) efektivitas adalah tepat guna. Efektivitas adalah komunikasi yang prosesnya mencapai tujuan yang sudah direncanakan sesuai dengan biaya yang dianggarkan waktu yang ditetapkan dan jumlah personil yang telah ditentukan. Kriteria dalam mengukur efektivitas kerja dari organisasi dalam memberikan pelayanan salah satunya adalah faktor waktu yaitu ketepatan dan kecepatan waktu dari pelayanan yang diberikan oleh pemberi pelayanan. Selain itu, faktor kecermatan merupakan salah satu faktor dalam mengukur dan menilai tingkat ketelitian dalam memberikan pelayanan (13) (14).

Pengetahuan dalam penelitian ini dapat meningkat pada saat sesudah diberi penyuluhan kesehatan karena terjadi proses belajar yang terbantu dengan media leaflet sehingga terbentuk pengetahuan baru, timbul pemahaman dan ingatan baru tentang perawatan payudara. Informasi yang diberikan lewat media leaflet dapat dipahami oleh indra pendengaran ketika responden dijelaskan isi leaflet dan mudah dipahami oleh indra penglihatan pada saat melihat peneliti dalam meragakan langkah-langkah dalam melakukan perawatan payudara menggunakan *phantom* payudara dan membaca informasi yang tertulis dalam leaflet (15) (16).

Penggunaan media *phantom* dalam penelitian ini sejalan dengan menurut Rahmah Hida & Dwi Mutia (2020) bahwa media *phantom* efektif dalam meningkatkan pengetahuan terkait perawatan payudara dan ASI eksklusif pada ibu hamil. Responden dengan umur produktif mempunyai tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih baik dalam berpikir maupun bekerja, sehingga dapat mendukung dalam pelaksanaan perawatan payudara tetapi sebagian juga ada yang tidak melakukan perawatan payudara karena kurang mengetahui metode tersebut (13).

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang "Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Tentang Perawatan Payudara Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Di Puskesmas Prambanan" dapat disimpulkan bahwa (a) tingkat pengetahuan ibu sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan tentang perawatan

payudara sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 15 responden (83,3%), sedangkan yang memiliki tingkat pengetahuan cukup sebanyak 3 responden (16,7%), (b) Tingkat pengetahuan ibu setelah dilakukan penyuluhan kesehatan tentang perawatan payudara memiliki tingkat pengetahuan baik yaitu 18 responden (100%) dan (c) berdasarkan hasil analisa data Wilcoxon didapatkan hasil signifikansi sebesar 0,000. Artinya jika nilai signifikansi <0,05 maka penyuluhan kesehatan tentang perawatan payudara efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil di Puskesmas Prambanan.

5. Daftar Pustaka

1. Anwar C, Dkk. Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Peran Tenaga kesehatan dengan Perawatan Payudara pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Lamteuba Kecamatan Seulimum Aceh Besar. *J Healthc Technol Med.* 2021;Vol. 7(No. 1).
2. Nisak M, Susanti ET. Breast Care Untuk Mengatasi Menyusui Inefektif Post Partum. *J Keperawatan Karya Bhakti.* 2019;5(1):1-6.
3. Kania, Ika, Wardani F. Pelatihan Cara Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil Trimester III Di Desa Bantarjaya Kecamatan Pebayuran Kabupaten Bekasi Tahun 2021. 5:115-19.
4. Setyaningsih R, Ernawati H, Rahayu YD. Efektifitas Tehnik Breast Care Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Dengan Seksio Sesarea. *Heal Sci J.* 2020;4(1):89.
5. Putri MRT, Eka D, Dkk. Efektivitas Pemberian Pendidikan Kesehatan Persiapan Laktasi Terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil Trimester III. 2022;
6. Nurrizka, Hida, Rahmah, Wenny DM. Efektivitas pelatihan dengan media phantom dalam meningkatkan pengetahuan perawatan payudara dan ASI eksklusif pada ibu hamil tahun 2020. *J Ilm Kesehat Masy.* 2020;Vol. 12.
7. Tanjung WW, Surya E, Dkk. Demonstrasi perawatan payudara pada ibu menyusui di desa anu gang jae Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Kota Padangsidimpuan tahun 2021. *J Pengabdian Mandiri.* 2022;Vol. 1(No.1).
8. Notoatmodjo S. *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Jakarta: RinekaCipta; 2012.
9. Hasmi. *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Jakarta: In Media; 2016.
10. Rachamawati Chusniah Windi. *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku.* Malang: Wineka Media; 2019.
11. Fatmawati L, Syaiful Y, Wulansari NA. Pengaruh Perawatan Payudara terhadap Pengeluaran Asi Ibu Post Partum. *Journals Ners Community.* Vol. 10(No. 2):169-84.
12. Devi R. *Asuhan Kebidanan Kehamilan.* Jakarta: Salemba Medika; 2019.
13. Harefa JK, Anwar AD, Novi T, Wijayanegara H, Septiani L, Garna H. Influence Breast Care Massage Methods To Increase Production Oketani mother's milk (ASI) On Mother Post Partum In Puskesmas Gunungsitoli-Nias: Influence Breast Care Massage Methods To Increase Production Oketani mother's milk (ASI) On Mother Post Partum I. *J.* 2019;
14. Khoeriyah HF, Sulistyowati P, Oktavia Y. Perawatan Payudara Pada Ibu Postpartum Guna Kelancaran Produksi ASI di RSUD dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga. *J Nurs Heal.* 2019;4(2):63-71.
15. Prawirohardjo S 2016. *Ilmu Kebidanan.* Jakarta: Bina Pustaka; 2016.
16. Miguna S, Alâ M. Postpartum's Knowledge About Breast Care A Exclusive Efforts At Rs St Elisabeth, Batam City. *Zo Kedokt Progr Stud Pendidik Dr Univ Batam.* 2021;11(1):8-12.