

# PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG PERAWATAN PAYUDARA DI DESA MOJO KECAMATAN MOJO KABUPATEN KEDIRI

Susiani Endarwati<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Akademi Kebidanan Dharma Husada Kediri Jawa Timur

## Abstrak

Perawatan payudara selama kehamilan adalah salah satu bagian penting yang harus diperhatikan sebagai persiapan dalam pemberian ASI, karena ASI eksklusif sangat penting karena pada usia tersebut sesungguhnya bayi belum mampu untuk mencerna makanan selain ASI. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan ibu hamil tentang perawatan payudara di Desa Mojo Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *deskriptif* dengan metode *cross sectional*. Populasi adalah semua ibu hamil di Desa Mojo Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri. Dengan teknik total sampling didapatkan sampel sebanyak 36 responden. Variabel dalam penelitian ini adalah variabel tunggal yaitu pengetahuan ibu hamil tentang perawatan payudara. Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner yang bersifat tertutup. Pengolahan data meliputi *editing, coding, scoring, tabulating* kemudian data dianalisa dengan persentase.

Hasil penelitian menunjukkan dari 36 responden yang diteliti, didapatkan 23 responden (63,9%) memiliki pengetahuan baik tentang perawatan payudara di Desa Mojo kecamatan Mojo Kabupaten Kediri.

Berdasarkan penelitian menunjukkan pengetahuan ibu tentang perawatan payudara adalah baik. Maka diharapkan ibu hamil mau meningkatkan pengetahuannya tentang perawatan payudara selama kehamilan karena melihat pentingnya dan sangat bermanfaat untuk ibu dan bayinya serta bersedia untuk melakukan perawatan payudara dirumah. Tenaga kesehatan dan lintas sektor lebih meningkatkan penyuluhan tentang pentingnya perawatan payudara

**Kata Kunci: Pengetahuan, Ibu Hamil, Perawatan Payudara**

---

Korespondensi: Jl. Penanggungan No 41 A Kediri Jawa Timur HP: 085646667282, email: susianiendarwati1@gmail.com

## Pendahuluan

Kehamilan didefinisikan sebagai *fertilisasi* atau penyatuan dari *spermatozoa* dan *ovum* dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi hingga lahirnya bayi. Bila dihitung dari saat fertilitas hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan atau 9 bulan menurut kalender internasional. (Prawirohardjo, 2014:213)

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. Perubahan ini mendukung payudara untuk memproduksi ASI sehingga ibu bisa menyusui bayinya setelah lahir, saat hamil bentuk payudara juga menjadi lebih besar, termasuk daerah puting juga memiliki banyak kelenjar minyak keringat yang berfungsi agar kulit puting senantiasa lembut, lentur, dan terlindungi dari iritasi akibat hisapan bayi. Minyak yang timbul dari kelenjar ini juga membunuh kuman di sekitar puting. Sementara itu, ASI sendiri dapat membunuh kuman. Selama hamil, puting menjadi lebih besar. Kadang, kelenjar minyak di daerah ini menjadi terlihat besar seperti benjolan di daerah areola. (Saryono & Pramitasari, 2014:50)

Masa kehamilan kadang menimbulkan perasaan lesu dan lelah sehingga muncul rasa malas. Walaupun demikian ibu hamil hendaknya tetap merawat tubuhnya, misalnya menjaga kebersihan gigi, rambut, kulit, dan pakaian yang

dikenakan sesuai dan bersih, juga merawat payudara. Mengapa perawatan payudara penting? Karena pada tubuh yang sehat, bersih, terawat pada akhirnya akan menimbulkan rasa segar dan gairah hidup. Sehingga akan mengusir rasa lelah itu sendiri. Khususnya dalam hal merawat payudara baik selama masa kehamilan maupun setelah bersalin akan menjaga bentuk payudara juga akan memperlancar ASI. (Bandiyah, 2009:41)

Pada tahun 2010 UNICEF menyebutkan bukti ilmiah yang dikeluarkan oleh jurnal Pediatrics. Terungkap data di dunia ibu menyusui mengalami masalah menyusui sekitar 17.230.142 juta jiwa yang terdiri dari puting lecet 56,4%, bendungan payudara 36,12%, dan mastitis 7,5%.

Perawatan payudara sebaiknya dilakukan sejak selama masa akhir – akhir kehamilan, terutama kehamilan bulan ketujuh. Selama masa menyusui sebaiknya payudara harus selalu dibersihkan dengan air bersih. Perawatan payudara dapat dilakukan oleh ibu secara mandiri. (Widuri, 2013:175)

## Metode

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan penelitian *deskriptif*, dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil di Desa Mojo Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri sebanyak 36 orang

## Hasil

### a. Karakteristik Responden Berdasarkan Umum

**Tabel IV.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Di Desa Mojo Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri**

Umur	Frekuensi	Prosentase (%)
<20 tahun	2	5,5
20-35 tahun	30	83,4
>35 tahun	4	11,1
Jumlah	36	100

Berdasarkan tabel IV.1 dari 36 responden yang diteliti mayoritas responden berumur 20-35 tahun sebanyak 30 orang (83,4%)

### b. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

**Tabel IV.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Di Desa Mojo Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri**

Pendidikan	Frekuensi	Prosentase (%)
Tidak Tamat SD	0	0
SD	5	13,9
SMP	16	44,5
SMA	14	38,9
PT	1	2,7
Jumlah	36	100

Berdasarkan tabel IV.2 dari 36 responden yang diteliti mayoritas responden berpendidikan SMP sebanyak 16 orang (44,5%)

### c. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

**Tabel IV.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Di Desa Mojo Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri**

Pekerjaan	Frekuensi	Prosentase (%)
TNI/POLRI	0	0
PNS	1	2,9
Swasta	2	5,5
IRT ( Ibu Rumah Tangga)	31	86,1
Wiraswasta	2	5,5
Jumlah	36	100

Berdasarkan tabel IV.3 dari 36 responden yang diteliti mayoritas responden pekerjaannya sebagai IRT (Ibu Rumah Tangga) sebanyak 31 orang (86,4%)

d. **Karakteristik Responden Berdasarkan Sumber Informasi**

**Tabel IV.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Sumber Informasi tentang Perawatan Payudara Di Desa Mojo Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri**

<b>Sumber informasi pernah diperoleh dari</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Prosentase (%)</b>
Tenaga Kesehatan	5	13,9
Majalah	0	0
TV/Radio	0	0
Orang Lain	4	11,1
Baca Buku	0	0
Tidak Pernah	27	75
Jumlah	36	100

Berdasarkan tabel IV.4 dari 36 responden yang diteliti mayoritas responden mayoritas responden tidak pernah memperoleh informasi tentang perawatan payudara selama kehamilan sebanyak 27 orang (75%)

**Data Khusus**

**Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perawatan Payudara**

**Tabel IV.5 Distribusi Frekuensi Pengetahuan ibu hamil tentang Perawatan Payudara Di Desa Mojo Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri.**

<b>Kriteria</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Prosentase (%)</b>
Baik	23	63,9
Cukup	13	36,1
Kurang	0	0
Jumlah	36	100

Berdasarkan tabel IV.5 dari 36 responden yang diteliti pengetahuan tentang perawatan payudara di Desa Mojo Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri didapatkan 23 responden (63,9%) ibu hamil pengetahuannya dalam kategori baik, 13 responden (36,1%) dan dalam kategori cukup.

**Diskusi**

**Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perawatan Payudara**

Berdasarkan tabel VI.5 diketahui pengetahuan ibu hamil tentang perawatan payudara di Desa Mojo Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri

sebagian besar dalam kategori baik yaitu sebanyak 23 responden (63,9%), dan kategori cukup sebanyak 13 responden (36,1%).

Pengetahuan adalah merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah

orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. (Wawan & Dewi, 2016:11).

Dengan semakin banyak responden memanfaatkan indera yang dimilikinya untuk proses belajar, maka semakin banyak pula pengetahuan yang akan diperoleh, dan sebagian besar responden sudah mengetahui tentang perawatan payudara.

Perlu diketahui pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan dimana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, maka orang tersebut akan semakin luas pengetahuannya. Namun perlu ditekankan bahwa seseorang yang berpendidikan rendah tidak berarti mutlak berpengetahuan rendah.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden berumur 20-35th. Hal ini sebagai akibat dari pengalaman dan kematangan jiwanya. Kemampuan dalam menerima informasi dapat diserap secara maksimal karena pada umur tersebut lebih matang dalam berfikir dan dapat memotivasi diri memperoleh pengetahuan yang sebanyak-banyaknya.

Pada dasarnya ibu hamil sudah mengetahui bahwa perawatan payudara sangat penting untuk persiapan pemberian ASI dimana perawatan payudara dapat dilakukan sejak dini yaitu pada saat kehamilan, akan tetapi banyak dari ibu yang tidak tau tentang prosedur perawatan payudara.

Pengetahuan tentang manfaat perawatan payudara masih banyak ibu hamil yang belum memahami bahwa perawatan payudara bertujuan untuk menjaga kebersihan payudara terutama kebersihan puting susu, melenturkan dan menguatkan puting susu sehingga memudahkan bayi

untuk menyusu, merangsang kelenjar-kelenjar air susu sehingga ASI banyak dan lancar, dapat mendeteksi kelainan-kelainan payudara secara dini dan melakukan upaya untuk mengatasinya, dan mempersiapkan mental (psikis) ibu untuk menyusui. Hal ini menyebabkan mereka memiliki pengertian yang salah tentang manfaat perawatan payudara sehingga pada responden justru enggan melakukan perawatan payudara.

## Simpulan

Diharapkan ibu hamil mau lebih meningkatkan pengetahuannya tentang perawatan payudara selama kehamilan, selain itu pentingnya peran penyuluh kesehatan dalam hal ini adalah tenaga kesehatan khususnya bidan desa tersebut untuk lebih meningkatkan lagi pemberian penyuluhan khususnya tentang perawatan payudara kepada para ibu tidak hanya ibu hamil tetapi juga kepada wanita pasangan usia subur, para kader dan tokoh masyarakat.

## Daftar Pustaka

- Ariani, A. Putri. 2014. *Aplikasi Metodologi Penelitian Kebidanan Dan Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Asih, Yusari & Risneni. 2016. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. Jakarta: Trans Info Media
- Bandiyah, Siti. 2009. *Kehamilan, Persalinan Dan Gangguan Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika

- Budiman & Agus. 2013. *Kapita Selekta Kuesioner*. Jakarta Selatan: Salemba Medika
- Departemen Pendidikan. 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*
- Hani, Ummi. 2010. *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan Fisiologis*. Jakarta: Salemba Medika
- Hidayat, A. A. 2014. *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisis*. Jakarta: Salemba Medika
- Hikmawati, I. 2011. *Promosi Kesehatan Untuk Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Ilmi Kesehatan Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nugroho, Taufan. et al. 2014. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan 3 Nifas*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Nursalam, 2011. *Konsep Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Prawirohardjo, Sarwono. 2014. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Bina Pustaka
- Saryono & Pramitasari, R. Dyah. 2014. *Perawatan Payudara*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Sugiyono, 2017. *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sujarweni, V. Wiratna. 2014. *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Gava Medika
- Suryani, Eko. 2008. *Pendidikan Kesehatan Bagian Dari Promosi Kesehatan*. Yogyakarta: Fitramaya
- Wawan & M. Dewi. 2016. *Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Waryana. 2016. *Promosi Kesehatan, Penyuluhan dan Pemberdayaan Masyarakat*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Weni, Kristiyanasari. 2011. *ASI, Menyusui dan SADARI*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Widuri, Hesti. 2013. *Cara Mengelola ASI Eksklusif Bagi Ibu Bekerja*. Yogyakarta: Pustaka Baru
- Ardyan, R. Nevyda. 2014. *Hubungan frekuensi dan durasi pemberian ASI dengan kejadian bendungan ASI pada ibu nifas*. [online] 4, <http://www.repository.poltekkesmajapahit.ac.id> [08 maret 2018]
- Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional. 2017. *Survei Demograf Dan Kesehatan Indonesia 2017*. <http://kesga.kemkes.go.id/image/pedoman/laptahl%2520TA%25202016%2520Dit> [05 maret 2018]
- D.S. Sowito. M. 2009. *Pengertian ibu hamil*. [online] 4, [http://kabardunia.com/health/1720\\_pengertian\\_ibu\\_hamil.html](http://kabardunia.com/health/1720_pengertian_ibu_hamil.html) [11 maret 2018]
- Dokter, Alo. 2010. *Perubahan bentuk payudara pada ibu hamil*. [online] 3, [11 maret 2018]
- Satria, Pradika. 2017. *Anatomi payudara*. [online] 1, <https://www.dictio.id/t/bagaimana-anatomi-payudara-manusia/5960> [11 maret 2018]

Siahaan, Puganda. 2017. *Pengetahuan Dan Pengalaman Dari Segi Teori*. [online] 1, [http://www.academia.edu/24747077/pengetahuan\\_dan\\_pengalaman\\_dari\\_segi\\_teor](http://www.academia.edu/24747077/pengetahuan_dan_pengalaman_dari_segi_teor) [11 maret 2018]