

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG PERAWATAN PAYUDARA PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI POLI KANDUNGAN RS. BHAYANGKARA TKT. III MANADO

Olvin Manengkey^{1*}, Michelle Kairupan², Engryne Nindi³, Mega Lumingkewas⁴, Jesika Domuno⁵

Fakultas Keperawatan Universitas Pembangunan Indonesia Manado, Indonesia^{1,2,3,4,5}

*Corresponding Author : manengkeyolvin@gmail.com

ABSTRAK

Program pendidikan kesehatan ibu hamil perlu diikuti oleh pendidikan tentang teknik menyusui karena selain dapat meningkatkan pengetahuan juga dapat meningkatkan rasa percaya diri ibu hamil. Sehingga pada pendidikan kesehatan perawatan payudara dapat diikuti oleh pendidikan teknik menyusui. Perawatan payudara yang baik dan benar memiliki peranan yang penting dalam meningkatkan produksi ASI. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh Pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang perawatan payudara pada ibu hamil trimester III di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tkt. III Manado. Populasi dalam penelitian ini adalah jumlah Ibu hamil trimester III di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tkt. III Manado sebanyak 124 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling* dengan menggunakan rumus Gay berjumlah 16 orang. Jenis penelitian yang digunakan adalah pada penelitian ini yaitu penelitian *pre experimental* dalam bentuk *one group pre-post test design*. Data dianalisa dengan menggunakan uji statistik *Wilcoxon* dengan nilai *p value* = 0,001. Berdasarkan hasil penelitian, pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap pengetahuan tentang perawatan payudara pada ibu hamil trimester III di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tkt. III Manado menggunakan uji statistik *wilcoxon* diperoleh nilai *p-value*=0,001<0,05. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan Pendidikan Kesehatan terhadap pengetahuan tentang perawatan payudara pada ibu hamil trimester III di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tkt. III Manado.

Kata kunci : ibu hamil trimester III, pendidikan kesehatan, perawatan payudara

ABSTRACT

Pregnant women's health education programs need to be followed by education about breastfeeding techniques because apart from increasing knowledge, it can also increase pregnant women's self-confidence. So that breast care health education can be followed by education on breastfeeding techniques. Good and correct breast care has an important role in increasing breast milk production. The aim of this study was to determine the effect of health education on knowledge about breast care in third trimester pregnant women at the Obstetrics and Gynecology Clinic, Bhayangkara Tkt. III Manado Hospital. The type of research used in this research is pre-experimental research in the form of a one group pre-post test design. Where there is only one group whose knowledge will be measured and then given intervention, after which the knowledge will be measured again to see if there is a change. The population in this study was the number of pregnant women in the third trimester at the Obstetrics and Gynecology Bhayangkara Tkt. III Manado Hospital as many as 40 people. The sample in this research was a purposive sampling technique using the Gay formula, totaling 16 people. Data were analyzed using the Wilcoxon statistical test with a p value = 0.001. Based on the research results, the influence of Health Education on knowledge about breast care in third trimester pregnant women at the Obstetrics and Gynecology Clinic at Bhayangkara Tkt. III Manado Hospital using the Wilcoxon statistical test obtained a p-value=0.001<0.05. The conclusion in this study is that there is a significant influence of Health Education on knowledge about breast care in third trimester pregnant women at the Obstetrics and Gynecology Clinic, Bhayangkara Tkt. III Manado Hospital.

Keywords : health education, breast care, third trimester of pregnancy

PENDAHULUAN

Perubahan perilaku dalam masyarakat khususnya ibu-ibu yang cenderung menolak menyusui bayinya sendiri dengan alasan air susunya hanya sedikit atau tidak keluar sama sekali dapat memberikan dampak negatif terhadap status kesehatan, gizi, serta tingkat kecerdasan anak. Oleh karena itu untuk menanggulangi permasalahan diatas perlu dilakukan upaya preventif dan promotif dalam meningkatkan penggunaan ASI dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara yang benar, sehingga membantu pengeluaran ASI secara lancar dan kebutuhan utama bayi terpenuhi sesuai dengan tujuan pemberian ASI eksklusif (Prasetyono, 2009). Program pendidikan kesehatan ibu hamil perlu diikuti oleh pendidikan tentang teknik menyusui karena selain dapat meningkatkan pengetahuan juga dapat meningkatkan rasa percaya diri ibu hamil. Sehingga pada pendidikan kesehatan perawatan payudara dapat diikuti oleh pendidikan teknik menyusui (Kronborg, 2018).

Waktu yang terbaik untuk memberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara masa nifas paling tepat diberikan kepada ibu hamil trimester III, karena jika pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara masa nifas diberikan pada trimester I dan II akan membutuhkan jarak waktu 15-20 minggu sampai memasuki masa nifas, semakin lama informasi yang tersimpan maka akan semakin menghilang karena dimasuki oleh informasi informasi baru (Saosa, 2018). Pemberian ASI ke bayi dianjurkan sedini mungkin, misalnya tiga puluh menit setelah melahirkan. Jika pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara diberikan pada saat ibu memasuki masa nifas akan kurang efektif dilakukan, karena dua belas jam setelah melahirkan ibu dianjurkan untuk memberikan ASI kepada bayi dan ibu sudah harus mengetahui masalah pada payudara serta merawatnya (Astutik, 2019).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 diperkirakan 130 juta bayi dilahirkan di dunia setiap tahun dan 4 juta bayi meninggal dalam 28 hari pertama kehidupannya. Menurunkan angka kesakitan, WHO merekomendasikan agar bayi baru lahir mendapat ASI eksklusif (tanpa tambahan makanan) paling sedikit enam bulan. Makanan padat seharusnya di berikan setelah enam bulan, dan pemberian ASI dilanjutkan sampai anak berusia dua tahun. Tahun 2011 hanya 35,5% bayi berusia kurang dari 6 bulan di dunia mendapatkan ASI eksklusif, pada sidang kesehatan dunia ke-65 negara-negara anggota WHO menetapkan target di tahun 2025 bahwa sekurang-kurangnya 50% dari jumlah bayi di bawah usia enam bulan diberi ASI eksklusif (Saputri, Tri Muliani, 2017). Perawatan payudara yang baik dan benar memiliki peranan yang penting dalam meningkatkan produksi ASI. Pelaksanaan perawatan payudara hendaknya dimulai sedini mungkin yaitu 1 – 2 hari setelah bayi dilahirkan dan dilakukan dua kali sehari. Perawatan payudara dilakukan meliputi pengurutan payudara, pengosongan payudara, pengompresan payudara dan perawatan puting susu. Faktor-faktor yang menyebabkan ibu tidak melakukan perawatan payudara adalah kurangnya informasi yang didapat dari tenaga kesehatan, adanya rasa takut dan malas serta ketidak ketersediaan waktu untuk melakukan perawatan payudara selama masa menyusui (Huliana, 2003).

Perawatan payudara bermanfaat merangsang payudara sehingga mempengaruhi hifofisis untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin selain itu memelihara kebersihan payudara terutama kebersihan puting susu sehingga terhindar dari infeksi, melenturkan dan menguatkan puting susu sehingga bayi mudah menyusu dan dapat menyusu dengan baik, mengurangi risiko luka saat bayi menyusu. Ada beberapa dampak negatif yang terjadi apabila ibu hamil tidak melakukan perawatan payudara sedini mungkin antara lain puting susu tenggelam, bayi susah menyusui, pengeluaran ASI tidak lancar, bendungan ASI, puting lecet, saluran susu tersumbat, mastitis, abses payudara, kelainan anatomi puting, atau bayi enggan menyusu (Khamzah, 2012). Pada tahun 2020, terdapat 2.113.564 bayi usia yang kurang dari 6 bulan yang mendapat ASI eksklusif atas sekitar 66,1%. Capaian indikator presentase bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapat ASI eksklusif sudah memenuhi target renstra 2020, yaitu

sebesar 40%. Berdasarkan distribusi provinsi, sebanyak 32 provinsi telah mencapai target yang diharapkan dan masih terdapat 2 provinsi yang tidak mencapai target. Di Provinsi Sulawesi Utara persentase pemberian ASI dari bayi 0-6 bulan sebesar 58,6% (Kemenkes RI, 2020). Sedangkan Cakupan pemberian ASI eksklusif di Kota Manado tahun 2019 yaitu 59,3%. (Dinkes Kota Manado, 2020).

Pengetahuan ibu hamil tentang perawatan payudara sangat mempengaruhi asupan kebutuhan ASI bagi bayi sebagai nutrisi dasar yang sangat diperlukan. Bertambahnya pengetahuan ibu tentang perawatan payudara mampu mengurangi masalah yang sering terjadi pada ibu hamil dalam memproduksi ASI bagi bayinya (Burhan, 2019). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Irma Wahyuni (2017) dengan judul “Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas tentang Perawatan Payudara di Puskesmas Girisubo Gunung Kidul” dari 36 responden tingkat pengetahuan ibu nifas tentang pengertian perawatan payudara cukup yaitu 12 responden (37,5%), pengetahuan tentang tujuan perawatan payudara baik yaitu 17 responden (53,1%), pengetahuan tentang waktu pelaksanaan perawatan payudara kurang yaitu 19 responden (59,4%), dan pengetahuan ibu nifas tentang teknik perawatan payudara yaitu cukup yaitu 18 responden (56,3%).

Berdasarkan survei pendahuluan data yang diperoleh dari Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tkt III Manado, Jumlah ibu hamil trimester III pada bulan Juni 2024 sebanyak 124 ibu hamil. Beberapa ibu hamil yang diwawancarai 5 diantaranya mengatakan belum pernah mendengar tentang perawatan payudara dan tidak tahu manfaatnya tentang perawatan payudara dan 2 lainnya mengatakan sudah tahu melalui google. Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan sebelumnya, penelitian ini merumuskan fokus utama pada pengaruh Pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang perawatan payudara pada ibu hamil trimester III. Secara umum, tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang perawatan payudara pada ibu hamil trimester III di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tkt. III Manado, yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada ibu hamil tentang bagaimana cara melakukan perawatan payudara akan mempengaruhi kelancaran produksi ASI.

METODE

Metode penelitian ini menggunakan desain penelitian *pre-eksperimen* menggunakan pendekatan *one group pre* dan *post test*, yaitu memberikan tes awal (*pretest*) sebelum diberikan perlakuan, setelah diberikan perlakuan barulah diberikan tes akhir (*posttest*). Penelitian dilaksanakan di RS. Bhayangkara Tkt. III Manado, waktu penelitian pada bulan Juni 2025. Populasi adalah ibu hamil trimester III yaitu 124 orang yang menjadi target dari penelitian. Sampel penelitian 16 ibu hamil trimester III, teknik sampling dalam pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* yang memenuhi kriteria inklusi dengan menggunakan rumus gay. Variabel independent yaitu Pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara dan variabel dependent yaitu pengetahuan ibu hamil trimester III. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan leaflet. Data dianalisis menggunakan Uji *Wilcoxon*. Penelitian ini juga telah menerima sertifikat etik, penelitian telah memperoleh izin resmi rumah sakit, dan pasien memberikan *informed consent*. Identitas pasien dijaga kerahasiaannya sesuai etika penelitian keperawatan.

HASIL

Hasil karakteristik responden berdasarkan usia yang terbanyak adalah responden berusia ≤ 30 tahun sebanyak 9 orang (56,2%) dan yang paling sedikit yaitu responden yang berusia > 30 tahun sebanyak 7 orang (43,8%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Responden

Usia (tahun)	n	%
≤ 30 tahun	9	56,2
> 30 tahun	7	43,8
Total	16	100,0

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan Terakhir Responden

Pendidikan Terakhir	n	%
SD	1	6,3
D3	2	12,4
S1	12	75,0
S2	1	6,3
Total	16	100,0

Hasil karakteristik responden berdasarkan Pendidikan terakhir yang terbanyak adalah responden dengan Pendidikan terakhir S1 (Sarjana) sebanyak 12 orang (75,0%), kemudian D3 sebanyak 2 orang (12,5%), SD sebanyak 1 orang (6,3%) dan responden dengan pendidikan terakhir S2 sebanyak 1 orang (6,3%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan Responden

Pekerjaan	n	%
IRT	4	25,0
Swasta	5	31,2
PNS	3	18,8
BUMN	4	25,0
Total	16	100,0

Hasil karakteristik responden berdasarkan pekerjaan yang terbanyak adalah responden dengan pekerjaan responden yang paling banyak adalah responden dengan pekerjaan swasta sebanyak 5 orang (31,2%), kemudian responden dengan pekerjaan BUMN sebanyak 4 orang (25,0%), responden dengan pekerjaan IRT sebanyak 4 orang (25,0%) dan yang paling sedikit responden dengan pekerjaan PNS sebanyak 3 orang (18,8%).

Analisis Univariat

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Sebelum Dilakukan Pendidikan Kesehatan Tentang Perawatan Payudara pada Ibu Hamil Trimester III di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tkt. III Manado

Pengetahuan Sebelum	n	%
Cukup	14	87,5
Kurang	4	12,5
Total	16	100,0

Tabel 4 menunjukkan bahwa pengetahuan tentang perawatan payudara pada ibu hamil trimester III di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tkt. III Manado sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan paling banyak adalah responden dengan pengetahuan cukup sebanyak 14 orang (87,5%) dan yang paling sedikit adalah pengetahuan kurang sebanyak 2 orang (12,5%).

Tabel 5 menunjukkan bahwa pengetahuan responden setelah dilakukan Pendidikan Kesehatan tentang perawatan payudara pada ibu hamil trimester III di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tkt. III Manado paling banyak adalah pengetahuan baik sebanyak 12 orang (75,0%) dan yang paling sedikit adalah pengetahuan cukup sebanyak 4 orang (25,0%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Sesudah Dilakukan Pendidikan Kesehatan Tentang Perawatan Payudara pada Ibu Hamil Trimester III di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tkt. III Manado

Pengetahuan Sesudah	n	%
Baik	12	75,0
Cukup	4	25,0
Total	16	100,0

Hasil Bivariat

Tabel 6. Analisis Bivariat Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara pada Ibu Hamil Trimester III di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tkt. III Manado

		N	Mean Ranks	Sum Of Ranks	Of	Test Statistics	
						Z	P Value
Pengetahuan sesudah – pengetahuan sebelum	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00		-3.425 ^b	0,001
	Positif Ranks	15 ^b	8.00	120.00			
	Ties	1 ^c					
	Total	16					

Berdasarkan tabel 6 diketahui hasil uji *Wilcoxon* nilai asymp signifikan *P Value* adalah sebesar $0,001 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti bahwa ada perbedaan rata-rata antara *pretest* dan *posttest* yang artinya ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara pada Ibu Hamil Trimester III di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tkt. III Manado.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan paling banyak adalah responden dengan pengetahuan cukup sebanyak 14 orang (87,5%) dan yang paling sedikit adalah pengetahuan kurang sebanyak 2 orang (12,5%), dan setelah dilakukan Pendidikan Kesehatan tentang perawatan payudara pada ibu hamil trimester III di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tkt. III Manado paling banyak adalah pengetahuan baik sebanyak 12 orang (75,0%) dan yang paling sedikit adalah pengetahuan cukup sebanyak 4 orang (25,0%). Temuan ini mengindikasikan bahwa seorang ibu hamil harus memiliki pengetahuan yang cukup untuk memahami tentang perawatan payudara demi manfaatnya nanti yaitu kelancaran ASI. Sebagai penunjang seorang ibu hamil juga harus memiliki pengetahuan umum mengenai kesehatan dan tumbuh kembang janinnya. Pengetahuan melandasi sikap seseorang dan sebagai dasar dari seseorang akan bertindak. Pengetahuan merupakan hasil tahu yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia yang terdiri dari indera penglihatan, pendengaran, penciuman, dan perabaan.

Hasil penelitian ini didukung oleh Penelitian yang dilakukan oleh Nilam Sari (2014) perawatan payudara dapat mempengaruhi kelancaran ASI 2 kali lebih besar dibandingkan dengan tidak dilakukan payudara. Program Pendidikan Kesehatan ibu hamil perlu diikuti oleh Pendidikan tentang perawatan payudara sehingga dapat meningkatkan rasa percaya diri ibu hamil, sehingga membantu pengeluaran ASI pada saat ibu melahirkan. Asumsi peneliti perubahan perilaku dalam masyarakat khususnya ibu-ibu yang cenderung menolak menyusui bayinya sendiri dengan alasan air susunya hanya sedikit atau tidak keluar sama sekali dapat memberikan dampak negatif terhadap status Kesehatan, gizi, serta tingkat kecerdasan anak. Oleh karena itu untuk menanggulangi permasalahan diatas perlu dilakukan upaya preventif dan

promotif dalam meningkatkan penggunaan ASI dengan memberikan Pendidikan Kesehatan tentang perawatan payudara yang benar, sehingga membantu pengeluaran ASI secara lancar dan kebutuhan utama bayi terpenuhi sesuai dengan tujuan pemberian ASI eksklusif (Prasetyono, 2019).

Setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara pada ibu hamil trimester III di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tkt. III Manado, paling banyak adalah pengetahuan baik sebanyak 12 orang (75,0%) dan yang paling sedikit adalah pengetahuan cukup sebanyak 4 orang (25,0%). Hasil ini menunjukkan efektivitas pendidikan kesehatan dalam perawatan payudara pada ibu hamil trimester III di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tkt. III Manado. Perawatan payudara sangatlah penting dilakukan pada trimester III supaya tidak terjadi komplikasi pada saat menyusui bayinya nanti. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentunya tindakan seseorang (*overt behavior*). Pengetahuan dipengaruhi oleh Pendidikan formal. (Wawan, dkk, 2017). Pada periode antenatal, ibu hamil harus dipersiapkan baik secara fisik maupun psikologis untuk merawat bayinya dan mempersiapkan masa laktasinya. Perawatan antenatal yang baik yaitu dengan memberikan perhatian khusus pada persiapan payudara serta puting susu dalam mengantisipasi permasalahan nantinya pemberian Air Susu Ibu pada bayi. Persiapan psikologis ibu untuk menyusui pada saat kehamilan sangat berarti, karena keputusan atau sikap ibu yang positif harus sudah ada pada saat kehamilan atau bahkan jauh sebelumnya. (Soetjningsih, 2014). Faktor yang menyebabkan seorang ibu hamil tidak melakukan perawatan payudara karena kurangnya informasi yang didapat dari tenaga Kesehatan, adanya rasa takut dan malas dan ketersediaan waktu untuk melakukan perawatan payudara selama masa kehamilan dalam trimester III. Perawatan payudara sangatlah penting dilakukan pada trimester III supaya tidak terjadi komplikasi pada saat menyusui bayinya nanti.

Hasil penelitian sebelumnya Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Perawatan Payudara di Klinik Pratama Bina Sehat Kasihan, Bantul, Yogyakarta 29 Paritas adalah jumlah anak yang pernah dilahirkan oleh seorang ibu. Seorang ibu dengan bayi pertamanya mungkin akan mengalami masalah ketika menyusui dikarenakan tidak mengetahui cara menyusui dengan benar. Apabila ibu mendengar dan memiliki pengalaman menyusui yang kurang baik maka akan membuat ibu merasa takut untuk memberikan ASI kepada bayinya sehingga ibu yang telah melahirkan sebelumnya akan rutin melakukan perawatan payudara agar pada kelahiran anak selanjutnya masalah dalam menyusui tidak dirasakan kembali (Ratih, 2018). Analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai $P = 0,001 < 0,05$, yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang perawatan payudara pada ibu hamil trimester III di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tkt. III Manado.

Perawatan payudara merupakan salah satu bagian penting yang harus diperhatikan untuk menyusui dikarenakan payudara merupakan organ esensial penghasil ASI untuk bayi, maka dari itu ibu-ibu membutuhkan bantuan dan informasi serta dukungan agar merawat payudara pada saat hamil dan menyusui. Perawatan payudara dilakukan untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah sumbatan saluran susu, sehingga membantu proses keluarnya ASI. Perawatan payudara dilakukan mempersiapkan ibu memberikan ASI Eksklusif pada bayi (Nurlina, et all., 2021). Perawatan payudara merupakan suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa kehamilan usia 7-9 bulan (trimester III). 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 terjadinya bendungan ASI. Menurut Tria, dkk (2019) prinsip

pada perawatan payudara yaitu : dilakukan dengan teratur, perawatan ini dilakukan pada trimester III, menjaga kebersihan payudara setiap hari, nutrisi selama menyusui harus optimal, dan memakai bra yang bersih dan menopang payudara). Keberhasilan penyuluhan kesehatan didukung oleh metode dan media yang digunakan. Dengan menggunakan metode ceramah (penyuluhan) dan diskusi (bimbingan) secara individual. Pendidikan Kesehatan tentang perawatan payudara akan membuat keterampilan ibu hamil semakin meningkat dan Pendidikan Kesehatan dengan mengajarkan kepada ibu hamil tentang cara merawat payudara yang baik dan benar akan sangat berpengaruh pada peningkatan produksi ASI. Perawatan payudara secara benar dan teratur akan memudahkan bayi mengkonsumsi ASI. Perawatan payudara secara benar juga bisa merangsang produksi ASI dan mengurangi risiko luka pada saat menyusui. Keberhasilan menyusui bukan sesuatu yang datang dengan sendirinya, tetapi merupakan keterampilan yang perlu diajarkan. Agar ibu berhasil menyusui, perlu dilakukan berbagai kegiatan saat antenatal, intranatal dan postnatal. Perawatan payudara yang perlu dilakukan adalah berupa pemijatan payudara untuk memperbaiki sirkulasi darah, merawat puting payudara agar bersih dan tidak mudah lecet. Perawatan payudara bermanfaat merangsang payudara mempengaruhi hipofisis untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin).

KESIMPULAN

Pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan ibu hamil trimester III di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tkt. III Manado. Sebelum intervensi, mayoritas pengetahuan ibu hamil trimester III tentang perawatan payudara sebagian besar pengetahuan cukup, sedangkan setelah intervensi sebagian besar responden berada pada pengetahuan baik, menunjukkan ada peningkatan dari pengetahuan cukup ke pengetahuan baik. Hasil ini menegaskan bahwa Pendidikan kesehatan dapat menambah pengetahuan dan wawasan pengetahuan ibu hamil trimester III yang lebih luas lagi tentang Perawatan payudara yang sangat penting pada ibu hamil trimester III guna untuk meningkatkan produksi ASI pada masa laktasi. Analisis statistik dengan uji *Wilcoxon* menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang perawatan payudara pada ibu hamil trimester III di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tkt. III Manado dengan hasil ($P = 0,001 < 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan H_1 diterima yang berarti ada pengaruh Pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang perawatan payudara pada ibu hamil trimester III di Poli Kandungan RS. Bhayangkara Tkt. III Manado.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak RS. Bhayangkara Tkt. III Manado, seluruh tenaga kesehatan, dan ibu hamil trimester III yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini. Ucapan terimakasih juga disampaikan kepada rekan-rekan dan pihak-pihak yang telah memberikan dukungan, saran, dan masukan selama proses penelitian hingga penyusunan naskah ini. Tanpa bantuan dan kerja sama semua pihak, penelitian ini tidak dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Anik, M. (2009). *Asuhan pada ibu dalam masa nifas* (hlm. 33–40). Jakarta: TIM.
- Arief, N. (2009). *ASI dan tumbuh kembang bayi* (22(7), 375). Yogyakarta: Media Pressindo.
- Astutik, R. (2019). *Buku ajar asuhan kebidanan masa nifas dan menyusui* (Pertama, hlm. 254–258). Jakarta Timur: Trans Info Media.

- Dinkes. (2016). *Data dan informasi 2016 profil kesehatan Indonesia*. Jakarta.
- Engelen, G., & Saifuddin, V. (2014). Masalah saat menyusui. *Jurnal Kesehatan*, 5(2), 20–28.
http://www.nutriclub.co.id/feeding_and_nutrition/article/common_breastfeeding_problems_and_solutions
- Judarwanto, W. (2010). Proses mekanisme produksi ASI dan faktor yang mempengaruhi produksinya. *Jurnal Kebidanan*, 7, 48–57.
<http://supportbreastfeeding.wordpress.com/2010/06/06/proses-mekanisme-produksi-asi-dan-faktoryang-mempengaruhi-produksinya/>
- Kemendes RI. (2018). *Riset kesehatan dasar*. Indonesia.
- Kemendes RI. (2020). *Laporan kinerja Kementerian Kesehatan Tahun 2020*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Khamzah, S. N. (2012). *Segudang keajaiban ASI yang harus Anda ketahui*. Yogyakarta: Flashbooks.
- Kristiyansari, W. (2014). *ASI, menyusui dan sadari*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Manuaba, I. (2012). *Ilmu kebidanan, penyakit kandungan, dan KB*. Jakarta: EGC.
- Mochtar, R. (2011). *Sinopsis obstetri fisiologi dan obstetri patofisiologi* (Edisi 3, Jilid I). Jakarta: EGC.
- Mochtar, R. (2015). *Sinopsis obstetri*. Jakarta: EGC.
- Proverawati, A., & Rahmawati, E. (2010). *Kapita selekta ASI dan menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Riksani, R. (2012). *Keajaiban ASI (Air Susu Ibu)*. Jakarta: Dunia Sehat.
- Rukiyah, A. Y., Yulianti, & Liana, L. M. (2011). *Asuhan kebidanan III (nifas)*. Jakarta: Trans Info Media.
- Saputri, T. M. (2017). Faktor yang berhubungan dengan kelancaran ASI pada ibu post partum di RSKD Ibu dan Anak Siti Fatimah Makasar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 10(1), 60–65.
- Suherni, W., Widyasih, & Rahmawati. (2009). *Perawatan masa nifas*. Yogyakarta: Fitramaya.
- WHO. (2015). *Data profil dunia*. <http://www.WHO.com>
- WHO. (2016). *Exclusive breastfeeding*.
http://www.who.int/nutrition/topic/exclusive_breastfeeding/en/
- Wiji. (2011). *ASI dan panduan ibu menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Winkjosastro. (2010). *Ilmu kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Wulandari, E., & Handayani, H. (2011). *Asuhan kebidanan ibu masa nifas*. Yogyakarta: Gosyen.