

## Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Jetak Kab. Semarang

Fitri Nuraeni Kartika Dewi<sup>1</sup>, Masruroh<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Ngudi Waluyo

Email Korespondensi: rurohazzam@gmail.com

### ABSTRAK

Masa nifas (puerperium) adalah masa dimana terjadi perubahan-perubahan psikis fisik serta adanya berbagai masalah pada masa nifas salah satunya infeksi pada masa nifas seperti mastitis atau abses. Salah satu upaya yang dapat kita lakukan untuk mencegah terjadinya mastitis atau abses pada ibu nifas adalah dengan melakukan perawatan payudara. Ibu nifas dapat melakukan perawatan payudara sendiri apabila ibu tahu bagaimana cara melakukan perawatan payudara pada ibu nifas dengan tepat dan benar. Setelah dilakukan studi pendahuluan di Wilayah Kerja Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang terdapat ibu nifas yang melakukan kunjungan nifas dengan masalah bengkak pada payudaranya. Ada 2 ibu nifas yang mengalami masalah pada payudaranya yaitu payudara bengkak disertai rasa nyeri, puting susu lecet, bendungan ASI, dan ASI tidak lancar dan belum mengetahui tentang perawatan payudara. Ada 1 ibu nifas tidak mengetahui perawatan payudara masa nifas dan tujuan melakukan perawatan payudara masa nifas. Untuk Penelitian ini untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara di Wilayah kerja puskesmas jetak Kab. Semarang. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan populasi yaitu seluruh ibu nifas 0-42 hari di wilayah kerja Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang. Penelitian ini dilakukan 25 Desember 2022-14 Januari 2023. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu total sampling dengan jumlah 30 responden dan instrumen menggunakan kuesioner tertutup dengan 20 pertanyaan. Hasil Penelitian dsitribusi frekuensi yaitu tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang baik sebanyak 18 orang (60,0%) Cukup 10 orang (33,3) Kurang 2 orang (6,7). Tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara di Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang sebagian besar baik sebanyak 18 orang (60,0%).

**Kata kunci :** Pengetahuan Ibu Nifas, Perawatan Payudara

### ABSTRACT

#### *Knowledge Level of Postpartum Mothers About Breast Care in the Work Area of the Jetak Health Center, Kab. Semarang*

*The puerperium (puerperium) is a period when psychological and physical changes occur as well as various problems during the puerperium, one of which is an infection during the puerperium such as mastitis or abscess. One of the efforts that we can do to prevent mastitis or abscess in postpartum mother is to do breast care. Postpartum mather can perform breast care themselves if mothers know how to perform breast care for postpartum mothers properly and correctly. After conducting a preliminary study at the Jetak Health Center, Semarang Regency, there were postpartum mothers who made postpartum visits with swelling problems in their breasts. Of the 2 postpartum mothers who experienced problems with their*

*breasts, namely swollen breasts accompanied by pain, sore nipples, breast milk retention, and breast milk not flowing smoothly. And 1 postpartum mother did not know about postpartum breast care and the purpose of doing postpartum breast care. To find out the level of knowledge of postpartum mothers about breast care in the working area of the Jetak Public Health Center, Kab. Semarang. In this study, a quantitative descriptive research design was used with a population of all postpartum mothers 0-42 days in the working area of the Jetak Health Center, Semarang Regency. The sampling technique in this study was total sampling with a total of 30 respondents and the instrument used a closed questionnaire with 20 questions. In this study, the results of the frequency distribution were obtained, namely the level of knowledge of postpartum mothers about breast care at the Jetak Health Center, Semarang Regency, mostly good as many as 18 people (60.0%). The level of knowledge of postpartum mothers about breast care at the Jetak Health Center, Semarang Regency, was mostly good, 18 people (60.0%).*

**Keywords :** *Knowledge of Postpartum Mothers, Breast Care*

## **PENDAHULUAN**

Masa nifas (puerperium) adalah masa yang dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Masa nifas (puerperium) dimulai sejak 2 jam setelah lahirnya plasenta sampai dengan 6 minggu atau 42 hari setelah itu (Sutanto, 2018). Salah satu perubahan yang terjadi pada ibu nifas adalah perubahan pada payudara (Sutanto, 2018). Payudara merupakan kelenjar yang terdapat dibawah kulit dan diatas otot dada yang berfungsi untuk menyusui (Sutanto, 2018).

Pada ibu nifas payudara yang baik sangat berperan penting dalam program pemberian ASI Eksklusif pada ibu nifas. ASI eksklusif sangat penting diberikan kepada bayi untuk memenuhi kebutuhan gizi serta dapat melindunginya dari serangan penyakit. Dalam pemberian ASI eksklusif masih terdapat permasalahan yang dihadapi ibu nifas diantaranya puting susu lecet, payudara bengkak, bendungan ASI, mastitis atau abses. Hal ini disebabkan karena masih kurangnya pengetahuan ibu nifas khususnya ibu primipara mengenai perawatan payudara, dimana ibu primipara belum mempunyai pengalaman melahirkan sebelumnya sehingga kurang berpengalaman dalam melakukan perawatan terhadap diri sendiri, khususnya perawatan payudara. UNICEF menyebutkan bahwa ibu yang mengalami permasalahan dalam menyusui ada sekitar 17.230.142 di dunia, yang terdiri dari puting susu lecet sebesar (22,5%), payudara bengkak (42%), penyumbatan ASI (18%), mastitis (11%) dan abses payudara (6,5%) (Ratnasari D., 2014).

Perawatan payudara sangat penting untuk dilakukan dalam menunjang pemberian ASI Eksklusif, dimana dengan melakukan perawatan payudara dapat menjaga kebersihan payudara serta mampu melancarkan produksi ASI. Tidak hanya itu, pengetahuan ibu nifas juga sangat penting dalam melakukan perawatan payudara dikarenakan semakin bertambahnya pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara maka permasalahan yang sering terjadi dalam menyusui dapat segera teratasi (Lombogia, 2017).

Pada peneliti Aksamala, R. C. (2018) menyebutkan bahwa factor yang mempengaruhi seorang ibu memberikan ASI eksklusif pada bayinya adalah pengetahuan, sikap, dukungan keluarga, dan dukungan kader (Aksamala, R. C,

2018). Dari hasil wawancara pada bidan KIA Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang terdapat ibu nifas yang melakukan kunjungan nifas dengan masalah bengkak pada payudaranya. Hasil wawancara kepada ibu nifas juga terdapat 2 ibu nifas yang mengalami pada payudaranya yaitu payudara bengkak disertai rasa nyeri, puting susu lecet, bendungan ASI, dan ASI tidak lancar serta belum mengetahui tentang perawatan payudara. Serta dari hasil wawancara tersebut 1 ibu nifas tidak mengetahui perawatan payudara masa nifas dan tujuan melakukan perawatan payudara masa nifas. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara.

## METODE

Pada penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif dengan populasi yaitu seluruh ibu nifas 0-42 hari di wilayah kerja Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang. Penelitian ini dilakukan 25 Desember 2022-14 Januari 2023. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu total sampling dengan jumlah 30 responden dan instrumen menggunakan kuesioner tertutup dengan 20 pertanyaan. Analisa data yang digunakan dalam pengolahan hasil data ini menggunakan analisis univariat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tingkat pengetahuan ibu nifas tentang pengertian perawatan payudara di wilayah kerja Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Pengertian Perawatan Payudara di wilayah kerja Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang

Pengetahuan Pengertian Payudara	Tentang Perawatan	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Baik		21	70,0
Cukup		7	23,3
Kurang		2	6,7
Jumlah		30	100,0

Tabel 1. menunjukkan pengetahuan ibu nifas tentang pengertian perawatan payudara di wilayah kerja Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang sebagian besar baik sebanyak 21 orang (70,0%).

Tingkat pengetahuan ibu nifas tentang tujuan perawatan payudara di wilayah kerja Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Tujuan Perawatan Payudara di wilayah kerja Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang

Pengetahuan Tujuan Perawatan Payudara	Tentang	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Baik		18	60,0
Cukup		10	33,3
Kurang		2	6,7
Jumlah		30	100,0

Tabel 2. menunjukkan pengetahuan ibu nifas tentang tujuan perawatan payudara di wilayah kerja Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang sebagian besar baik sebanyak 18 orang (60,0%).

Tingkat pengetahuan ibu nifas tentang manfaat perawatan payudara di wilayah kerja Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Nifas Tentang manfaat Perawatan Payudara di wilayah kerja Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang

<b>Pengetahuan Tentang manfaat Perawatan Payudara</b>	<b>Frekuensi (N)</b>	<b>Presentase (%)</b>
Baik	20	66,7
Cukup	7	23,0
Kurang	3	10,0
Jumlah	30	100,0

Tabel 3. menunjukkan pengetahuan ibu nifas tentang manfaat perawatan payudara di wilayah kerja Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang sebagian besar baik sebanyak 20 orang (66,7%).

Tingkat pengetahuan ibu nifas tentang alat perawatan payudara di wilayah kerja Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Alat Perawatan Payudara di wilayah kerja Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang

<b>Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara</b>	<b>Frekuensi (N)</b>	<b>Presentase (%)</b>
Baik	13	43,3
Cukup	11	36,7
Kurang	6	20,0
Jumlah	30	100,0

Tabel 4. menunjukkan pengetahuan ibu nifas tentang alat perawatan payudara di wilayah kerja Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang paling banyak baik sebanyak 13 orang (43,3%).

Tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara di wilayah kerja Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara di wilayah kerja Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang

<b>Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara</b>	<b>Frekuensi (N)</b>	<b>Presentase (%)</b>
Baik	18	60,0
Cukup	9	30,0
Kurang	3	10,0
Jumlah	30	100,0

Tabel 5 menunjukkan pengetahuan ibu nifas tentang alat perawatan payudara di wilayah kerja Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang sebagian besar baik sebanyak 18 orang (60,0%).

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan ibu nifas tentang pengertian perawatan payudara di Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang sebagian besar baik sebanyak 21 orang (70,0%). Di wilayah kerja puskesmas jetak para bidan sudah memberikan KIE tentang perawatan payudara pada ibu nifas pada saat kunjungan nifas . Perawatan payudara merupakan suatu tindakan perawatan payudara yang dilaksanakan, baik oleh pasien maupun dibantu orang lain yang dilaksanakn mulai hari pertama atau kedua setelah melahirkan. Perawatan payudara bertujuan untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya aliran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI, serta menghindari terjadinya pembekakan dan kesulitan menyusui, selain itu juga menjaga kebersihan payudara agar tidak mudah terkena infeksi. Adapun langkah-langkah dalam perawatan payudara (Azizah, 2021). Hasil penelitian sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh (Indahsari & Chotimah, 2017) dengan judul Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Dengan Kejadian Bendungan Asi Di RB Suko Asih Sukoharjo didapatkan hasil hampir setengah responden 44,2% (23 responden) memiliki pengetahuan baik dan responden yang berpengetahuan kurang sebesar 17,3% (9 responden).

Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan ibu nifas tentang tujuan perawatan payudara di Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang sebagian besar baik sebanyak 18 orang (60,0%). Menurut (Saryono, 2019) tujuan dari perawatan payudara pada ibu nifas yaitu untuk memperlancar sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI, menjaga kebersihan payudara sehingga terhindar dari infeksi, menghindari puting susu yang sakit dan infeksi payudara, menjaga keindahan bentuk payudara, memperbanyak produksi ASI dan mengetahui adanya kelainan. Hasil penelitian sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Alifah (2020) tentang Gambaran Perilaku Perawatan Payudara Masa Post Partum dengan hasil bahwa perilaku ibu nifas tentang perawatan payudara baik sejumlah 7 orang (23.3%), cukup sejumlah 21 orang (70,0%) sedangkan sebagian kecil adalah kurang sejumlah 2 orang (6,7%). Dari hasil peneliti Jurnal 2 menunjukkan bahwa perilaku ibu nifas tentang perawatan payudara baik sejumlah 16 (26.0%), cukup 14 (24.0%), kurang 30 (50.0%). Penelitian Suárez-Cotelo (2019). Breastfeeding knowledge and relation to prevalence. Revista da Escola de Enfermagem da menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil tentang ASI teratur dan mempengaruhi pilihan cara menyusui bayinya dan lama pemberian ASI eksklusif. Strategi harus kita terapkan untuk meningkatkan pengetahuan dan meningkatkan tingkat menyusui.

Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan ibu nifas tentang manfaat perawatan payudara di Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang sebagian besar baik sebanyak 20 orang (66,7%). Menurut Kristiyanasari (2014), manfaat melakukan perawatan payudara adalah sebagai berikut: Menjaga kebersihan payudara, terutama kebersihan puting susu agar terhindar dari infeksi, melunakkan serta memperbaiki bentuk puting susu sehingga bayi dapat menyusu dengan baik, merangsang kelenjar-kelenjar air susu sehingga produksi ASI lancar , mengetahui secara dini kelainan puting susu dan melakukan usaha-usaha untuk mengatasinya, mempersiapkan mental (psikis) ibu untuk menyusui. Hal ini sesuai dengan (Aulya, 2021) dengan judul Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Bendungan ASI Pada Ibu Nifas dimana hasil menunjukkan bahwa ada pengaruh

perawatan payudara terhadap kejadian bendungan ASI pada pada kelompok yang dilakukan perawatan payudara dan tidak dilakuka perawatan payudara ( $p < 0,05$ ).

Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan ibu nifas tentang alat perawatan payudara di Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang paling banyak baik sebanyak 13 orang (43,3%). Responden masih banyak yang tidak tahu bahwa perawatan payudara pada ibu nifas menggunakan baby oil atau minyak kelapa. Hal ini sesuai dengan SOP Perawatan payudara pada masa post partum, menurut Delima (2016) persiapan alat perawatan payudara meliputi : Handuk untuk mengeringkan payudara yang basah. Kapas digunakan untuk mengompres puting susu - Minyak kelapa/baby oil sebagai pelican. Waskom yang berisi air hangat untuk kompres hangat. Waskom yang berisi air dingin untuk kompres dingin. Waslap digunakan untuk merangsang erektilitas puting susu. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara di Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang sebagian besar baik sebanyak 18 orang (60,0%). Sebagian besar ibu nifas memiliki tingkat pengetahuan tentang perawatan payudara yang baik dalam hal manfaat perawatan payudara. Apabila ibu nifas mengetahui tentang banyak sekali manfaat perawatan payudara maka ibu nifas akan melakukan perawatan payudara. Hal ini di sebabkan salah satunya faktor umur dimana sebagian besar berusia 20-35 tahun. Menurut Notoatmodjo (2012) Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Umur ini juga berkaitan dengan kematangan akal dalam menerima, menghayati dan menyikapi sesuatu. Seiring bertambahnya umur seseorang, kematangan akal juga semakin tumbuh dengan kuat, sehingga menumbuhkan pengetahuan yang semakin baik pada diri seseorang (Muliadi, 2008). Selain karena factor umur hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian responden sebanyak 55 % berpendidikan SMA

Sesuai dengan penelitian Pratama (2016) tentang Hubungan Antara Pendidikan Dan Pengetahuan Ibu Hamil Dengan Perawatan Payudara Selama Kehamilan Di Puskesmas Plaju Palembang didapatkan hasil pendidikan responden yang berpendidikan tinggi sebanyak 29 responden (59,2%) dan responden yang berpendidikan rendah sebanyak 20 responden (40,8%) dan ada hubungan yang bermakna antara pendidikan ibu dengan perawatan payudara selama kehamilan di Puskesmas Plaju Palembang tahun 2015 ( $p$  value = 0,025). Penelitian Behera & Anil Kumar (2015). Predictors of exclusive breastfeeding intention among rural pregnant women in India: a study using theory of planned behaviour. Studi ini menyiratkan bahwa sesi pendidikan menyusui yang tepat perlu dibuat khusus untuk tahap prenatal untuk meningkatkan niat dan praktik pemberian ASI eksklusif di pedesaan Odisha.

Sesuai dengan penelitian oleh Zielińska (2017). Breastfeeding knowledge and exclusive breastfeeding of infants in first six months of life yang hasilnya 57% (kelompok A) ibu menyusui bayinya secara eksklusif dan 43% (kelompok B) tidak. Rata-rata skor tes pengetahuan menyusui rata-rata adalah  $11,9 \pm 3,4$  poin. Rerata yang lebih tinggi diamati pada kelompok A dibandingkan dengan kelompok B ( $12,9 \pm 2,8$  vs  $10,6 \pm 3,7$  poin;  $p \leq 0,001$ ). Prediktor skor yang lebih rendah ( $< 11$  poin) adalah pendidikan profesional, kelebihan berat badan dan tinggal di daerah pedesaan. Setiap jawaban yang benar untuk pertanyaan secara umum (OR1.93; 95%CI 1.57-2.37) atau terkait anak (OR1.33; 95%CI 1.10-1.63) meningkatkan

peluang pemberian ASI eksklusif. Wanita dari grup A memiliki skor yang lebih baik di setiap pertanyaan.

## **SIMPULAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Tingkat pengetahuan ibu nifas tentang pengertian, tujuan, manfaat, alat, dan perawatan payudara di Puskesmas Jetak Kabupaten Semarang sebagian besar termasuk baik.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Aksamala, R. C., Widjanarko B., & S. A. (2018). Beberapa Faktor Yang Mempengaruhi Praktik Ibu Dalam Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Pegandan Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(5), 788–794.
- Alifah, A. L. (2020). *Gambaran Perilaku Perawatan Payudara Masa Post Partum*. Poltekkes RS dr. Soepraoen.
- Aulya, Y. . & S. Y. (2021). Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Bendungan ASI Pada Ibu Nifas. *Menara Medika*, 3(2).
- Azizah, N. . & R. R. (2021). *Buku Ajar Mata Kuliah Asuhan Kebidanan* .
- Aisyah, N. . M. S. . & N. T. (2018). Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Kelambu Kabupaten Sambas Kalimantan Barat. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 3(2).
- Behera, D., & Anil Kumar, K. (2015). Predictors of exclusive breastfeeding intention among rural pregnant women in India: a study using theory of planned behaviour. *Singapore Medical Journal*, 57(11), 610-615.
- Delima, M., Arni, G. Z., & Rosya, E. (2016). Pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI ibu menyusui di Puskesmas Plus Mandiangin. *Jurnal Ipteks Terapan*, 9(4), 282–293.
- Indahsari, M. N., & Chotimah, C. (2017). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Dengan Kejadian Bendungan Asi Di RB Suko Asih Sukoharjo Relation Between Knowledge Of Mother Childbirth About Breastcare With Engorgement Incident In Suko Asih Clinic Of Labor Sukoharjo. *Indonesian Journal on Medical Science*, 4(2).
- Kristiyanasari, W. (2014). *Gizi Ibu Hamil*. Nuha Medika.
- Lombogia, M. (2017). *Buku Keperawatan MartenitasnKonsep,Teori,dan Modul Praktikum*. . Indomedia Pustaka.
- Muliadi. (2008). *Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Sikap Ibu Hamil dalam Mengenal Tanda-tanda Bahaya Kehamilan di RSUD Arifin Nu'mang Rampang Kabupaten Sidrap*. Media Kesehatan.

- Notoatmodjo, S. (2012). *Pendidikan dan Perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Pratama, R. N. (2016). Hubungan Antara Pendidikan Dan Pengetahuan Ibu Hamil Dengan Perawatan Payudara Selama Kehamilan Di Puskesmas Plaju Palembang. *Masker Medika*, 4(2), 283–293.
- Suárez-Cotelo, M. D. C. . M.-F. M. J. . P.-G. P. . A. B. F. . & N. S. (2019). Breastfeeding knowledge and relation to prevalence. *Indonesian Midwifery and Journal*, 4(4), 344–353.
- Saryono, D. (2019). *Metodologi Penelitian Kualitatif Dan Kuantitatif Dalam Bidang Kesehatan*. Nuha Medika.
- Sutanto, A. V. (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui Teori dalam Praktik Kebidanan Profesional*. Pustaka Baru Press.
- Selvianti, D. (2016). Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara. *Jurnal Kebidanan Besurek*, 1(2), 138–143.
- Zielińska, M. A., Sobczak, A., & Hamułka, J. (2017). (2017). Breastfeeding knowledge and exclusive breastfeeding of infants in first six months of life. *Roczniki Panstwowego Zakladu Higieny. Journal Medical*, 68(1), 51–59.