

PENINGKATAN KETERAMPILAN PERAWATAN PAYUDARA MELALUI PENYULUHAN KOMBINASI STUDI PADA IBU HAMIL

¹⁾ Hasanah Pratiwi Harahap, ²⁾ Nurhamaton, ³⁾ Winda Agustina, ⁴⁾ Samsinar Gusayza

Prodi S1 Kebidanan dan Profesi Bidan, Fakultas Farmasi dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia
Jl. Kapten Sumarsono No 107 Helvetia – Medan – Indonesia
E-mail : ¹⁾ hasanah.hrp@gmail.com, ²⁾ nurrahmaton@helvetia.ac.id, ³⁾ windaagustina@helvetia.ac.id,
⁴⁾ gusaizas@gmail.com

Kata Kunci:

Demonstrasi, Audio Visual,
Perawatan Payudara

ABSTRAK

Perawatan payudara selama kehamilan sangat penting dalam mempersiapkan ibu untuk menghadapi masa menyusui. Hasil penelitian terdahulu menunjukkan sekitar 60% ibu hamil kurang terampil dalam perawatan ini, yang dapat menyebabkan masalah seperti puting susu datar, infeksi payudara, mastitis, pembengkakan atau abses, serta produksi ASI yang tidak optimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh penyuluhan kombinasi metode demonstrasi dan media audio visual terhadap keterampilan perawatan payudara pada ibu hamil di Klinik Pratama Hanna Kasih Kota Medan. Desain penelitian menggunakan quasi experiment dengan model one group pretest-posttest design. Sampel diambil menggunakan metode total populasi, melibatkan 15 ibu hamil trimester II dan III. Data dikumpulkan melalui observasi keterampilan perawatan payudara dan dianalisis secara univariat serta bivariat menggunakan uji t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum penyuluhan, sebanyak 10 orang (66,66%) memiliki keterampilan perawatan payudara dalam kategori kurang, sedangkan 5 orang (33,33%) masuk kategori baik. Setelah intervensi, seluruh peserta (100%) menunjukkan keterampilan perawatan payudara dalam kategori baik. Uji statistik menghasilkan nilai p-value sebesar 0,000 (<0,05), yang mengindikasikan adanya pengaruh signifikan dari penyuluhan kombinasi metode demonstrasi dan media audio visual terhadap peningkatan keterampilan perawatan payudara. Disarankan kepada pihak klinik untuk mengadopsi metode penyuluhan ini guna meningkatkan keterampilan perawatan payudara pada ibu hamil.

Keywords:

Demonstration, Audiovisual,
Breast Care

Info Artikel

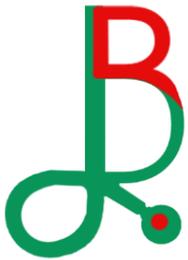
Tanggal dikirim: 23 April 2025
Tanggal direvisi: 27 April 2025
Tanggal diterima: 05 Mei 2025

DOI

Artikel: 10.58794/jubida.v4i1.1376

ABSTRACT

Breast care during pregnancy is essential in preparing mothers for breastfeeding. Previous studies have shown that around 60% of pregnant women lack the skills needed for this care, which can lead to problems such as flat nipples, breast infections, mastitis, swelling or abscesses, and suboptimal breast milk production. This study aims to assess the impact of a combined education program using demonstration methods and audiovisual media on breast care skills among pregnant women at Klinik Pratama Hanna Kasih, Medan City. The research design employed a quasi-experimental approach with a one-group pretest-posttest design. The sample was selected using total population sampling, involving 15 pregnant women in their second and third trimesters. Data was collected through observations of breast care skills and analyzed using univariate and bivariate analyses with a t-test. The results showed that before the intervention, 10 participants (66.66%) demonstrated poor breast care skills, while 5 participants (33.33%) had good skills. After the intervention, all participants (100%) exhibited good breast care skills. Statistical testing revealed a p-value of 0.000 (<0.05), indicating a significant effect of the combined demonstration and audiovisual media education on improving breast care skills. It is recommended that the clinic adopt this educational method to enhance breast care skills among pregnant women.



PENDAHULUAN

Menyusui adalah proses alami yang memberikan banyak manfaat bagi bayi dan ibu. ASI mengandung semua nutrisi yang diperlukan bayi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Selain itu, menyusui juga memperkuat hubungan emosional antara ibu dan bayi, serta membantu ibu dalam pemulihan setelah melahirkan. Namun, kesuksesan dalam menyusui sering kali dipengaruhi oleh persiapan yang dilakukan selama kehamilan. Salah satu langkah kunci dalam persiapan ini adalah perawatan payudara selama masa kehamilan [1].

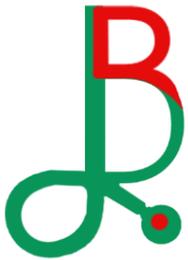
Perawatan payudara dapat dilakukan untuk menghindari permasalahan payudara semasa hamil dan meningkatkan capaian pemberian ASI eksklusif secara penuh tanpa ada pemberian intervensi di awal kelahiran bayi. Perawatan payudara adalah tindakan merawat payudara yang dilakukan selama kehamilan atau masa nifas untuk mendukung produksi Air Susu Ibu (ASI) serta menjaga kebersihan payudara. Selain itu perawatan payudara memiliki efek untuk merawat bentuk puting susu yang masuk ke dalam atau datar [3], memperlancar produksi ASI pada saat menyusui [4], serta melancarkan sirkulasi darah serta mencegah tersumbatnya air susu yang akhirnya pengeluaran ASI berjalan lancar [5].

Menurut data dari United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF), terdapat 17.230.142 juta ibu di dunia yang menghadapi masalah dalam menyusui, dengan rincian 56,4% mengalami puting lecet, 21,12% memiliki payudara membesar, 15% mengalami payudara

tersumbat, dan 7,5% menderita mastitis [2]. Berdasarkan data SDKI 2022, persentase masalah menyusui pada masa nifas menunjukkan bahwa 79,3% ibu mengalami puting lecet, 5,8% mengalami pembendungan ASI, 12,5% menghadapi masalah kelancaran ASI, dan 2,4% menderita masalah pada payudara atau mastitis [3].

Sebagian besar ibu hamil belum memahami cara merawat payudara dengan benar sebelum masa menyusui [4]. Berdasarkan penelitian di Kelurahan Medan Marelان, Kota Medan (2022), ditemukan bahwa 66,7% ibu tidak melakukan perawatan payudara, sementara 33,3% lainnya melakukannya [5]. Faktor utama yang menyebabkan hal ini adalah kurangnya informasi dari petugas kesehatan mengenai perawatan payudara, rasa takut dan malas dari ibu, serta keterbatasan waktu untuk merawat payudara selama trimester III kehamilan. Informasi yang kurang tentang perawatan payudara semasa hamil dapat ditingkatkan melalui promosi kesehatan yang dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan itu sendiri [6].

Promosi kesehatan pada dasarnya adalah upaya untuk menyampaikan informasi kesehatan kepada masyarakat, kelompok, atau individu, dengan tujuan agar mereka dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai kesehatan. Pengetahuan tersebut pada akhirnya diharapkan dapat berpengaruh terhadap perilaku untuk dapat mengaplikasikan perawatan payudara di masa hamil [7]. Untuk mengubah perilaku seseorang dalam hal keterampilan maka ada beberapa faktor yang harus diperhatikan yaitu pengalaman, keahlian. Sementara menurut



Notoadmodjo bahwa keterampilan adalah penerapan pengetahuan yang dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti tingkat pendidikan, usia, dan pengalaman. [8].

Faktor yang jadi pertimbangan dalam promosi kesehatan dalam menyampaikan pesan kesehatan seperti demonstrasi dan audio visual yang akan digunakan, sehingga mempengaruhi perilaku ibu hamil baik pengetahuan, sikap maupun tindakan untuk terampil dalam melakukan perawatan payudara [9]. Metode demonstrasi dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan pada saat ibu melakukan kunjungan kehamilan dan dibantu dengan adanya audio visual seperti video perawatan payudara akan meningkatkan perilaku ibu untuk terampil dalam melakukan perawatan payudara [10].

Berdasarkan survei awal yang dilakukan di Klinik Hanna Kasih Kota Medan pada 5 orang ibu hamil Trimester III yang datang memeriksakan kehamilannya dimana di dapatkan 2 orang ibu mengalami puting susu tenggelam dan datar, 2 orang ibu kurang memperhatikan kebersihan aerola payudara dan 1 orang ibu tidak menganggap penting/abai dalam melakukan perawatan payudara. Dari 5 orang ibu hamil tersebut di dapatkan kurang mengetahui perawatan payudara semasa dan tidak terampil dalam melakukan perawatan payudara.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeditifikasi peningkatan keterampilan perawatan payudara pada ibu hamil menggunakan penyuluhan kombinasi di Klinik Pratama Hanna Kasih Kota Medan.

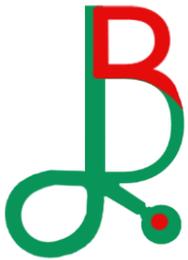
TINJAUAN PUSTAKA

Perawatan payudara adalah tindakan yang dilakukan oleh ibu atau pengasuh setelah melahirkan, dimulai pada hari pertama atau kedua pasca persalinan, untuk menjaga kebersihan dan kesehatan payudara secara berkelanjutan. Proses ini berperan dalam merangsang kelenjar pituitari untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin, di mana prolaktin berperan dalam mengatur jumlah produksi ASI, sementara oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI. Oleh karena itu, perawatan payudara adalah salah satu metode yang dapat membantu meningkatkan produksi ASI [11].

Perawatan payudara ini dapat dilakukan melalui keterampilan ibu hamil. Keterampilan sebagai upaya untuk menaikkan kemampuan sehingga akan menjadi ahli atau lebih menguasai. Untuk menjadi seseorang yang terampil dengan memiliki keahlian khusus pada bidang tertentu haruslah melalui latihan dan belajar dengan tekun supaya dapat menguasai bidang tersebut dan dapat memahami serta mengaplikasikannya [12].

Metode demonstrasi sering digunakan untuk mengajarkan keterampilan psikomotor, dan hasilnya lebih optimal jika disertai dengan penjelasan serta diskusi. Pendekatan ini memberikan gambaran sensorik yang jelas bagi klien tentang cara melaksanakan keterampilan tersebut. Oleh karena itu, demonstrasi akan lebih efektif jika dilakukan di depan kelompok atau individu, menggunakan peralatan yang nantinya akan dipakai oleh klien, sehingga klien dapat berlatih dengan baik [13].

Audiovisual adalah metode penyuluhan kesehatan satu arah di mana audiens tidak



diberi kesempatan untuk berinteraksi aktif. Metode ini efektif untuk merangsang indera penglihatan dan pendengaran [14]. Media audiovisual menggabungkan elemen suara dan gambar yang dapat dilihat, seperti rekaman video, film dalam berbagai format, dan slide dengan suara. Contoh media audiovisual termasuk televisi, radio, video, film, kaset, CD, dan VCD [15].

Penelitian yang dilakukan oleh Mutiara Rachmawati Suseno dan Merdalia Sylviana Dwi Putri (2023) yang berjudul Pengaruh Metode Demonstrasi Terhadap Keterampilan Perawatan Payudara pada Ibu Nifas di Kelurahan Karang Pule ini menggunakan desain penelitian pre-ekperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest design. Sampel diambil menggunakan teknik purposive sampling, dengan total 30 ibu nifas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor rata-rata keterampilan ibu sebelum diberikan demonstrasi adalah 6,17, sementara setelah demonstrasi, skor keterampilan meningkat menjadi 14,63. Uji statistik bivariat menunjukkan nilai $p = 0,000$ yang lebih kecil dari $\alpha = 0,05$, yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari demonstrasi perawatan payudara terhadap keterampilan perawatan payudara pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Karang Pule [16].

Penelitian yang dilakukan oleh Rizki Dwi Swestiani, Dewi Mayangsari, dan Heni Wijayanti (2023) berjudul efektivitas edukasi media audio visual dan booklet terhadap keterampilan perawatan payudara ibu nifas ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan quasi-experiment dan desain penelitian two-group pretest-posttest. Penelitian ini melibatkan populasi ibu nifas di

Puskesmas Mulyoharjo Kabupaten Pemalang, dengan sampel berjumlah 36 ibu nifas primipara yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam efektivitas edukasi menggunakan media audio visual dan booklet terhadap keterampilan perawatan payudara pada ibu nifas [17].

METODE

Penelitian ini menggunakan desain Quasi Experimental (Eksperimen Semu) dengan model One Group Pretest-Posttest Design [18]. Pada rancangan ini, dilakukan pengamatan melalui pretest dan posttest, disertai intervensi berupa edukasi dengan kombinasi metode demonstrasi dan penggunaan media audiovisual mengenai keterampilan perawatan payudara. Studi dilaksanakan di Klinik Pratama Hanna Kasih, yang berlokasi di Jl. Perwira, Pulo Brayan Bengkel, Kecamatan Medan Timur, Kota Medan, pada periode Maret hingga Agustus 2024.

Populasi penelitian adalah ibu hamil trimester II dan III pada bulan Juli 2024 dengan jumlah 15 orang, dimana pengambilan sampel menggunakan teknik total populasi. Pengukuran keterampilan perawatan payudara dilakukan menggunakan lembar observasi yang terdiri dari 7 langkah prosedur. Setiap langkah dinilai dengan skor: 1 untuk "tidak dilakukan", 2 untuk "dilakukan sebagian", 3 untuk "dilakukan seluruhnya tetapi belum sempurna", dan 4 untuk "dilakukan dengan sempurna". Hasil penilaian dikategorikan sebagai "kurang" jika skor <14 dan "baik" jika skor >14 . Untuk analisis bivariat digunakan uji Paired Sample t-Test, yang membandingkan dua kali pengukuran pada

subjek yang sama, yaitu sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa kombinasi penyuluhan metode demonstrasi dan media audiovisual[19]

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Ibu Hamil

Karakteristik	Frekuensi (n=15)	Persentase (%)
Umur		
20-27 tahun	6	40
28-35 tahun	9	60
Paritas		
Nulipara	3	20
Primipara	2	13,3
Multipara	10	66,7
Pendidikan		
Pendidikan Menengah (SMP, SMA)		
	14	93,3
Pendidikan Tinggi (D3, S1, S2)		
	1	36,7
Pekerjaan		
IRT	15	100

Data: Hasil Penelitian Primer, 2024

Berdasarkan Tabel 1, dapat dilihat bahwa sebagian besar ibu hamil berusia antara 28 hingga 35 tahun, yaitu sebanyak 9 orang (60%). Sebagian besar responden juga merupakan ibu multipara, berjumlah 10 orang (66,7%). Dilihat dari tingkat pendidikan, mayoritas berpendidikan terakhir SMA, yaitu 12 orang (80%), dan seluruh responden, sebanyak 15 orang (100%), berprofesi sebagai Ibu Rumah Tangga.

2. Analisis Univariat

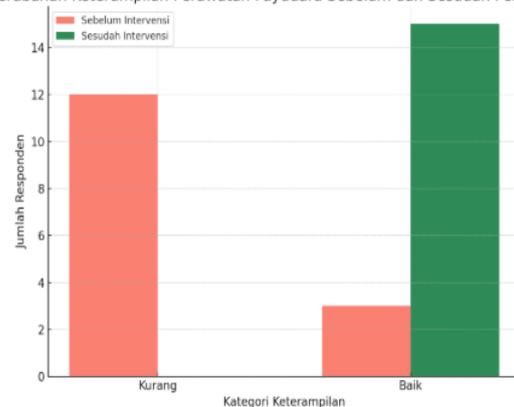
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Keterampilan Perawatan Payudara Pre dan Post Test Pada Ibu Hamil

Keterampilan Perawatan Payudara	Pre Test		Post Test	
	Frekuensi (n=15)	Persentase (%)	Frekuensi (n=15)	Persentase (%)
Kurang	12	80	0	0
Baik	3	20	15	100

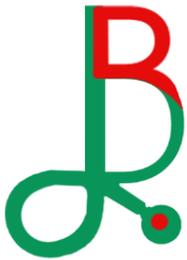
Data: Hasil Penelitian Primer, 2024

Merujuk pada Tabel 2, terlihat bahwa sebelum diberikan penyuluhan melalui kombinasi metode demonstrasi dan media audiovisual, keterampilan perawatan payudara sebagian besar berada dalam kategori kurang, yakni sebanyak 12 orang (80%), dan hanya 3 orang (20%) yang tergolong baik. Setelah intervensi penyuluhan dilakukan, seluruh responden menunjukkan keterampilan perawatan payudara yang masuk dalam kategori baik, yaitu sebanyak 15 orang (100%).

Perubahan Keterampilan Perawatan Payudara Sebelum dan Sesudah Penyuluhan



Gambar 1. Garfik Distribusi Frekuensi Berdasarkan Perubahan Keterampilan Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil dengan Penyuluhan Kombinasi



Berdasarkan grafik 1. diatas terlihat adanya perubahan pada keterampilan perawatan payudara yang dilakukan oleh ibu hamil dari sebelum diberikan intervensi menjadi lebih baik semuanya.

Tabel 3. Rata-rata Keterampilan Perawatan Payudara sebelum dan sesudah Penyuluhan Kombinasi Metode Demonstrasi dan Media Audio Visual Pada Ibu Hamil

Keterampilan Perawatan Payudara	M ean	S D	Mi n- Max
Sebelum	12,07	1,75	9-16
Sesudah	22,40	1,72	19-26

Data: Hasil Penelitian Primer, 2024

Berdasarkan Tabel 3 di atas, terlihat bahwa sebelum penyuluhan dengan media audiovisual, skor rata-rata keterampilan perawatan payudara adalah 12,07, sementara setelah penyuluhan, skor rata-rata meningkat menjadi 22,40.

3. Analisis Bivariat

Untuk mengetahui pengaruh penyuluhan kombinasi metode demonstrasi dan media audio visual terhadap keterampilan perawatan payudara pada ibu hamil di Klinik Pratama Hanna Kasih Kota Medan maka dilakukan uji sebagai berikut:

Tabel 4. Uji Normalitas Pengaruh Penyuluhan Kombinasi Terhadap Keterampilan Perawatan Payudara pada Ibu Hamil

Kelompok Penilaian Keterampilan	Shapiro-Wilk		
	Statistik	f	Sig.
Pre test	0,957	15	0,642
Post test	0,946	15	0,47

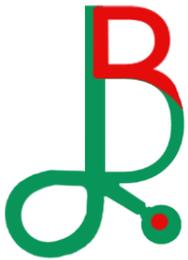
Menurut Tabel 4, hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi dari penghitungan uji Shapiro-Wilk sebelum intervensi sebesar 0,642, dan setelah intervensi dengan kombinasi metode demonstrasi dan media audiovisual sebesar 0,47, yang lebih besar dari 0,05 (menunjukkan bahwa data berdistribusi normal). Karena data terdistribusi normal, pengujian yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah dengan pendekatan statistik parametrik, yaitu uji t-test.

Tabel 5. Penyuluhan Kombinasi Metode Demonstrasi dan Media Audio Visual Terhadap Keterampilan Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil

Variabel	Intervensi		P- Value
	Mean	SelisihSD	
Keterampilan Perawatan Payudara	Sebelum	12,07	10,333 ¹ 1,72
	Sesudah	22,4	

Berdasarkan Tabel 5, terlihat bahwa setelah diberikan penyuluhan dengan kombinasi metode demonstrasi dan media audiovisual di Klinik Pratama Hanna Kasih Kota Medan, rata-rata skor keterampilan meningkat dari 12,07 menjadi 22,4, dengan selisih sebesar 10,333. Hasil uji statistik menggunakan simple t-test menunjukkan nilai p sebesar 0,000, yang lebih kecil dari 0,05, mengindikasikan bahwa penyuluhan dengan media audiovisual memiliki pengaruh terhadap keterampilan perawatan payudara pada ibu hamil di Klinik Pratama Hanna Kasih Kota Medan.

Pembahasan Keterampilan Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil Sebelum Diberikan Penyuluhan dengan Kombinasi Metode Demonstrasi dan Media Audiovisual



Hasil distribusi frekuensi menunjukkan bahwa sebelum diberikan penyuluhan dengan kombinasi metode demonstrasi dan media audiovisual, skor rata-rata keterampilan perawatan payudara adalah 12,07. Sebelum penyuluhan, sebagian besar ibu hamil memiliki keterampilan perawatan payudara yang kurang, dengan jumlah 10 orang (66,66%), dan 5 orang (33,33%) menunjukkan keterampilan yang baik. Hal ini mengindikasikan bahwa tanpa adanya penyuluhan menggunakan metode dan media, keterampilan perawatan payudara pada ibu hamil masih tergolong kurang baik.

Penelitian serupa yang dilakukan oleh Dina Wulandari dan Rindang Fitriana Ulfa (2020) dengan judul "Metode Demonstrasi terhadap Keterampilan Perawatan Payudara pada Ibu Hamil Trimester III" juga menemukan bahwa sebelum diberikan demonstrasi tentang perawatan payudara, sebagian besar ibu hamil trimester III (73,3%) tidak terampil dalam melakukan perawatan payudara [20].

Perawatan payudara tidak hanya penting dilakukan selama kehamilan, tetapi juga setelah melahirkan. Tujuan dari perawatan payudara adalah untuk memperlancar sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu, sehingga produksi ASI dapat berjalan lancar [21].

Menurut asumsi peneliti keterampilan perawatan payudara yang dilakukan pada trimester II atau III untuk mendeteksi terjadinya kelainan pada puting susu dan mempersiapkan produksi ASI dimasa menyusui terutama pada jam pertama kehidupan bayi baru lahir. Rendahnya keterampilan ibu dalam melakukan perawatan payudara di sebabkan karena kurangnya ibu mendapat informasi terutama pada langkah-langkah perawatan payudara yang baik dan benar semasa hamil. Selain itu, tingkat pendidikan memiliki pengaruh besar terhadap

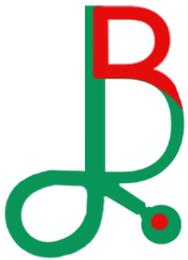
keterampilan ibu dalam melakukan perawatan payudara. Meskipun beberapa ibu mungkin sudah pernah mendengar tentang perawatan payudara, kurangnya kesempatan untuk mempraktikkannya secara langsung menyebabkan mereka tidak sepenuhnya memahami cara melakukannya, sehingga perawatan payudara tidak dilaksanakan.

Keterampilan Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil setelah Diberikan Penyuluhan Kombinasi

Hasil distribusi frekuensi menunjukkan bahwa setelah diberikan penyuluhan menggunakan kombinasi metode demonstrasi dan media audiovisual, rata-rata skor keterampilan perawatan payudara meningkat menjadi 22,4. Seluruh responden, sebanyak 15 orang (100%), menunjukkan keterampilan perawatan payudara yang baik setelah penyuluhan tersebut. Hal ini menandakan bahwa penyuluhan dengan menggunakan metode dan media dapat meningkatkan keterampilan perawatan payudara pada ibu hamil.

Penelitian yang dilakukan oleh Kharisma Putri Swastika, Irma Herliana, dan Emi Yuliza (2024) dengan judul "Efektivitas Pendidikan Kesehatan dengan Media Audiovisual dan Metode Demonstrasi terhadap Pengetahuan dan Kemampuan Remaja Putri dalam Melakukan SADARI di SMP Taruna Mandiri Tangerang Selatan 2023" juga menunjukkan hasil serupa, di mana setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual, 100% peserta memiliki pengetahuan yang baik tentang SADARI [22].

Perawatan payudara adalah tindakan perawatan yang dimulai pada hari pertama atau kedua setelah melahirkan, dengan tujuan menjaga kebersihan dan kesehatan payudara secara rutin. Perawatan ini berfungsi untuk merangsang kelenjar pituitari dalam mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin, yang keduanya berperan penting dalam



mempengaruhi produksi ASI. Dengan demikian, perawatan payudara adalah cara yang efektif untuk meningkatkan produksi ASI [23].

Menurut asumsi peneliti dengan adanya metode demonstrasi maka selain dapat memberikan informasi secara teoritis bisa juga dipraktekkan secara langsung pada alat peraga. Kemampuan seseorang untuk menerima informasi dapat dipermudah dengan adanya bantuan demonstrasi maupun audio visual tergantung dari bagaimana pemberi informasi memberikan penyuluhan semenarik mungkin agar dapat mengenai sasaran yaitu ibu hamil. Dengan adanya penyuluhan melalui kedua metode tersebut, sasaran tidak hanya sekedar mendengar informasi, tetapi juga dapat melihat dan mempraktikkannya secara langsung dengan melibatkan pemberi pesan. Hal ini memungkinkan ibu hamil tidak hanya mendapatkan informasi, tetapi juga dukungan yang dapat memotivasi mereka untuk terampil dalam melakukan perawatan payudara.

Pengaruh Penyuluhan Kombinasi terhadap Keterampilan Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil

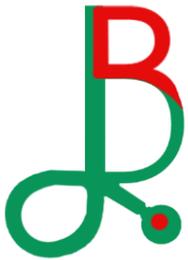
Hasil uji statistik menggunakan uji simple t-test menunjukkan nilai p sebesar 0,000, yang lebih kecil dari 0,05, mengindikasikan bahwa penyuluhan dengan kombinasi metode demonstrasi dan media audiovisual berpengaruh terhadap keterampilan perawatan payudara pada ibu hamil di Klinik Pratama Hanna Kasih Kota Medan.

Hasil penelitian ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh Kharisma Putri Swastika, Irma Herliana, dan Emi Yuliza (2024), yang menunjukkan adanya perubahan signifikan sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual dan metode demonstrasi. Hal ini membuktikan adanya pengaruh pemberian pendidikan kesehatan dengan media audiovisual terhadap pengetahuan dan

kemampuan remaja putri dalam melakukan SADARI (nilai p 0,000). Selain itu, pemberian pendidikan kesehatan menggunakan metode demonstrasi juga memberikan dampak positif terhadap pengetahuan dan kemampuan remaja putri dalam melakukan SADARI (nilai p 0,000). Hasil uji paired t-test menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dengan media audiovisual dan metode demonstrasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kemampuan remaja putri melakukan SADARI di SMP Taruna Mandiri Tangerang Selatan (nilai p = 0,000) [22].

Perawatan payudara merupakan tindakan perawatan payudara yang dibantu oleh ibu atau masa nifas lainnya, dimulai di hari pertama atau kedua sehabis melahirkan, menjaga payudara permanen bersih serta terawat setiap waktu. Perawatan payudara berfungsi untuk merangsang kelenjar pituitari dalam mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin. Hormon prolaktin berperan dalam menentukan jumlah ASI yang diproduksi, sementara kedua hormon ini saling mempengaruhi produksi ASI. Dengan demikian, perawatan payudara menjadi salah satu cara untuk meningkatkan produksi ASI [23].

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), keterampilan berasal dari kata "terampil", yang berarti cakap dalam menyelesaikan tugas, mampu, dan cekatan. Keterampilan merujuk pada kecakapan seseorang dalam menyelesaikan suatu tugas. Ini adalah kemampuan atau keahlian yang dimiliki seseorang untuk menggunakan akal, ide, dan kreativitasnya dalam mengerjakan, mengubah, menyelesaikan, atau menciptakan sesuatu yang lebih bermakna dan bernilai. Keterampilan dapat berkembang lebih baik jika terus dilatih dan diasah, yang pada akhirnya membuat seseorang menjadi lebih mahir atau menguasai bidang tersebut. Untuk menjadi ahli dalam suatu bidang, seseorang perlu melalui latihan yang konsisten dan tekun



agar dapat memahami dan mengaplikasikannya dengan baik [24].

Keterampilan adalah kemampuan seseorang untuk bertindak berdasarkan pengalaman tertentu dengan memanfaatkan anggota tubuh dan peralatan yang ada. Keterampilan adalah hasil pengembangan dari proses belajar kognitif (pemahaman) dan afektif (perilaku atau tindakan) [25].

Menurut asumsi peneliti keterampilan ibu dalam melakukan perawatan payudara setelah intervensi dapat meningkat karena dengan metode demonstrasi secara langsung memungkinkan ibu hamil melihat dan dapat melakukan tanya jawab secara langsung bagaimana teknik perawatan yang dilakukan, ini membantu mereka memahami langkah-langkah yang benar pada saat melakukan praktik perawatan payudara. Adanya kombinasi audio visual juga dapat mendukung peningkatan keterampilan ibu dalam melakukan perawatan payudara dikarenakan materi audio visual dapat diputar berulang kali sehingga ibu hamil dapat mengulang pelajaran kapan saja mereka butuhkan, hal ini dapat memperkuat ingatan dan keterampilan mereka dalam melakukan perawatan payudara. Peningkatan keterampilan perawatan payudara pada setiap responden dapat bervariasi, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor. Salah satunya adalah kurangnya pemahaman awal, di mana ibu yang belum memiliki pengetahuan dasar tentang perawatan payudara mungkin mengalami kesulitan dalam mengikuti demonstrasi yang lebih kompleks.

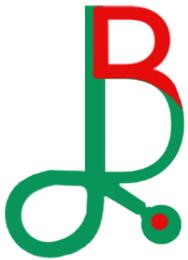
Selain itu faktor lain bisa disebabkan oleh kurang fokusnya ibu dalam mengikuti demonstrasi, hal ini bisa disebabkan karena anaknya yang rewel waktu mengikuti demonstrasi yang pada akhirnya menurunkan konsentrasi ibu pada waktu mengikuti demonstrasi perawatan payudara.

KESIMPULAN

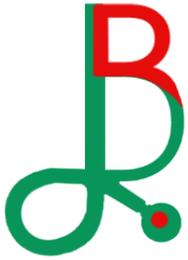
Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan keterampilan perawatan payudara sebelum dan setelah diberikan penyuluhan dengan kombinasi metode demonstrasi dan audiovisual. Selain itu, penelitian ini juga mengindikasikan adanya pengaruh positif dari penyuluhan menggunakan kombinasi metode demonstrasi dan media audiovisual terhadap keterampilan perawatan payudara pada ibu hamil di Klinik Pratama Hanna

DAFTAR PUSTAKA

- [1] K. Khotimah Et Al., “Analisis Manfaat Pemberian Asi Eksklusif Bagi Ibu Menyusui Dan Perkembangan Anak,” Paudia J. Penelit. Dalam Bid. Pendidik. Anak Usia Dini, Pp. 254–266, 2024.
- [2] A. R. Amaliah And S. Ndari, “Effects Of Breastfeeding Techniques On Sore Nipples In Postpartum Mothers At Siti Fatimah Hospital Makassar,” J. Life Birth, Vol. 7, No. 1, Pp. 61–69, 2023.
- [3] Prevalensi Angka Ibu Menyusui Di Indonesia. Jakarta: Survey Demografi Kesehatan Indonesia (Sdki), 2022.
- [4] R. H. Nurriszka And D. M. Wenny, “Alamat Korespondensi: Rahmah Hida Nurriszka Efektivitas Pelatihan Dengan Media Phantom Dalam Meningkatkan Pengetahuan Perawatan Payudara Dan Asi Eksklusif Pada Ibu Hamil Effectiveness Of Training With Phantom Media As Treatment Of Breastfeeding Success,” J. Ilm. Kesehat. Masy., Vol. 12, P. 2020, 2019.
- [5] E. Syafitri, S. Mardha, And W. Agustina, “Hubungan Frekuensi Menyusui, Teknik Menyusui, Dan Perawatan Payudara Dengan Bendungan Asi Pada Ibu Menyusui Di Pos Kesehatan Kelurahan Medan Marelan,” J. Matern. Kebidanan, Vol. 7, No. 2, 2022.



- [6] A. Alini And I. Indrawati, “Efektifitas Promosi Kesehatan Melalui Audio Visual Dan Leaflet Tentang Sadari (Pemeriksaan Payudara Sendiri) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Sadari Di Sman 1 Kampar Tahun 2018,” *J. Ners*, Vol. 2, No. 2, 2018.
- [7] R. Br Siregar, “Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Menggunakan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Trimester Iii Tentang Perawatan Payudara Di Bpm Sugiharti Lubuk Pakam Tahun 2020,” 2020.
- [8] H. Bagus, “Pengaruh Keterampilan Pengetahuan Dan Sumber Daya Manusia Terhadap Kinerja Karyawan Umkm (Studi Pada Umkm Saveyoursneakers Tahun 2021),” Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Malangkuçewara, 2022.
- [9] M. Adi Yeremia Et Al., *Teori Promosi Kesehatan*. Pidie: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini, 2022.
- [10] M. Rachmawati Suseno, M. Sylviana Dwi Putri, And P. Kemenkes Mataram, “Pengaruh Metode Demonstrasi Terhadap Keterampilan Payudara Pada Ibu Nifas Di Kelurahan Karang Pule,” *J. Ilmu Kesehat.*, Vol. 10, No. 1, Pp. 31–37, 2021.
- [11] L. Mertasari And W. Sugandini, *Asuhan Masa Nifas Dan Menyusui*. Pt. Rajagrafindo Persada-Rajawali Pers, 2023.
- [12] Y. Aryani, Y. Humaroh, And F. Alyensi, “Pemberdayaan Kader Melalui Pelatihan Kelompok Pendukung Asi Arsyi,” *Ebima J. Edukasi Bidan Di Masy.*, Vol. 5, No. 2, Pp. 4–7, 2024.
- [13] H. B. Uno And N. Mohamad, *Belajar Dengan Pendekatan Paikem: Pembelajaran Aktif, Inovatif, Lingkungan, Kreatif, Efektif, Menarik*. Bumi Aksara, 2022.
- [14] W. Arpandu, E. R. Wismaningsih, And M. A. Fahmi, “Efektivitas Video Animasi Dalam Meningkatkan Motivasi Menggosok Gigi Pada Siswa Sdn Gurah 1 Kabupaten Kediri,” *Ficco Public Heal. J.*, Vol. 1, No. 03, Pp. 91–102, 2024.
- [15] F. Firmadani, “Media Pembelajaran Berbasis Teknologi Sebagai Inovasi Pembelajaran Era Revolusi Industri 4.0,” *Kopen Konf. Pendidik. Nas.*, Vol. 2, No. 1, Pp. 93–97, 2020.
- [16] M. R. Suseno And M. S. D. Putri, “Pengaruh Metode Demonstrasi Terhadap Keterampilan Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas Di Kelurahan Karang Pule,” *J. Ilmu Kesehat. Vol*, Vol. 10, No. 1, 2021.
- [17] V. Silalahi Et Al., “Efektivitas Audiovisual Dan Booklet Sebagai Media Edukasi Untuk Meningkatkan Perilaku Skrining Iva Effectiveness Of Audiovisual And Booklet As Education Media To,” *J Media Kesehat Masy Indones*, Vol. 14, No. 3, Pp. 304–315, 2018.
- [18] M. G. Isnawan, *Kuasi Eksperimen*. Lombok Tengah: Nashir Al-Kutub Indonesia, 2020.
- [19] S. Santoso, *Panduan Lengkap Spss 26*. Elex Media Komputindo, 2020.
- [20] D. Wulandari And R. F. Ulfa, “Metode Demonstrasi Terhadap Keterampilan Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil Trimester Iii,” *J. Bidan Pint.*, Vol. 1, No. 1, P. 58, 2020, Doi: 10.30737/Jubitar.V1i1.763.
- [21] N. A. Khasanah And W. Sulistyawati, *Buku Ajar Nifas Dan Menyusui*. Mojolaban: Cv Kekata Group, 2017.
- [22] K. P. Swastika, I. Herliana, And E. Yuliza, “Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audio Visual Dan Metode Demonstrasi Terhadap Pengetahuan Dan Kemampuan Remaja Putri Dalam Melakukan Sadari Di Smp Taruna Mandiri Tangerang Selatan 2023,” *Vitam. J. Ilmu Kesehat. Umum*, Vol. 2, No. 2, 2024.
- [23] R. Savita, H. Heryani, C. Jayanti, S. Suciana, T. Mursiti, And D. N. Fatmawati, *Buku Ajar Nifas Diii Kebidanan Jilid Ii Dilengkapi Dengan Materi Perkuliahan*



JUBIDA (Jurnal Kebidanan)
Vol 4. No.1, Juni 2025

Dengan Kurikulum Terbaru. Jakarta Selatan:
Pt Mahakarya Citra Utama Group, 2022.

[24] N. Nasihudin And H. Hariyadin,
“Pengembangan Keterampilan Dalam
Pembelajaran,” J. Pendidik. Indones., Vol. 2,
No. 04, Pp. 733–743, 2021.

[25] A. S. Oktaviani, “Efektifitas Pemberian
Penyuluhan Kesehatan Dengan Metode
Demonstrasi Terhadap Keterampilan Ibu
Dalam Penanganan Tersedak Pada Anak Usia
2-5 Tahun Di Tk Negeri Pembina Ngawi,”
Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun, 2019.