

**PERILAKU IBU HAMIL DALAM MELAKUKAN  
PERAWATAN PAYUDARA DI BPM HASNA DEWI  
KOTA PEKANBARU TAHUN 2019**  
**Nelly Karlinah, Larasati Irde Kinanti**  
**STIKes Hangtuh Pekanbaru**  
[nellykarlinah87@gmail.com](mailto:nellykarlinah87@gmail.com)

**ABSTRAK**

Perawatan payudara merupakan salah satu bagian penting yang harus diperhatikan sebagai persiapan untuk menyusui nantinya, dan payudara akan semakin membesar serta puting susu akan lebih gelap warnanya dan juga lebih sensitif. Penelitian di Sumatera menemukan 20% masalah dalam pemberian ASI karena kurangnya pengetahuan tentang perawatan payudara selama kehamilan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perilaku ibu hamil tentang perawatan payudara selama kehamilan di BPM Hasna Dewi Kota Pekanbaru Tahun 2019. Desain penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan *cross sectional* analisa data univariant dengan besar sampel sebanyak 46 orang dengan metode pengambilan total sampling. Penelitian ini dimulai dari bulan Februari sampai April 2010 dengan menggunakan instrumen berupa kuisioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 46 responden sebagian besar ibu hamil memiliki pengetahuan baik sebanyak 26 orang (56,5%), sikap positif sebanyak 46 orang (100%) dan masih banyak responden yang tidak melakukan perawatan payudara selama kehamilan sebanyak 31 orang (67,4%). Dari hasil penelitian diharapkan agar peneliti lanjutan lebih spesifik meneliti variabel yang lebih bervariasi atau dari sisi korelasi, agar dapat dilihat apakah ada hubungan antara perilaku ibu hamil dalam melakukan perawatan payudara terhadap produksi ASI.

Kata Kunci : Perilaku Ibu Hamil, Perawatan Payudara

Daftar bacaan : 22 (2002-2009)

**PENDAHULUAN**

Kehamilan merupakan masa yang menggembirakan bagi calon orang tua dan keluarga. Calon orang tua terutama calon ibu perlu memiliki pengetahuan dan kesiapan untuk hamil, melahirkan dan menyusui anak. Dalam era pembangunan ini menyusui bayi mempunyai arti ekonomi yang besar, dari 214

juta jiwa penduduk Indonesia terdapat kurang lebih 15 juta jiwa anak-anak usia di bawah dua tahun. Bila seluruh bayi disusukan sampai usia dua tahun, maka jumlah ASI yang dihasilkan oleh 15 juta

ibu yang menyusukan kurang lebih 15 juta perliter per hari ( Rulina, 2002 ).

Perawatan payudara merupakan salah satu bagian penting yang harus diperhatikan sebagai persiapan untuk menyusui nantinya, hal ini dikarenakan payudara merupakan organ esensial penghasil Asi yaitu makanan pokok bayi baru lahir sehingga perawatannya harus dilakukan sedini mungkin. Dalam meningkatkan pemberian ASI pada bayi, masalah utama dan prinsip yaitu bahwa ibu-ibu membutuhkan bantuan dan informasi serta dukungan agar merawat payudara pada saat hamil untuk mempersiapkan ASI pada saat melahirkan

sehingga menambah keyakinan bahwa mereka dapat menyusui bayinya dengan baik dan mengetahui fungsi dan manfaat perawatan payudara pada saat hamil ( Anwar, 2003 ).

Manfaat ASI adalah hak asasi bayi dan memberikan ASI kewajiban ibu, namun tidak semua bayi mendapat ASI. ASI merupakan makanan yang paling sempurna, di mana kandungan gizi sesuai dengan kebutuhan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. ASI juga mengandung zat untuk pengembangan, kecerdasan, zat kekebalan (mencegah berbagai penyakit) dan dapat menjalin hubungan cinta kasih sayang antara ibu dan bayi (Hegar, 2008).

Perawatan payudara bertujuan agar payudara senantiasa bersih dan mudah untuk diisap bayi. Banyak ibu yang mengeluhkan bayinya tidak mau menyusui, biasanya disebabkan oleh faktor teknik seperti puting susu yang masuk atau posisi yang salah. Tentunya, selain faktor teknik ini ASI juga di pengaruhi asupan nutrisi dan kondisi psikologis ibu (Nurhati, 2009).

Faktor nutrisi dapat di penuhi dengan tambahan asupan kalori 500 kkal per hari, khususnya nutrisi kaya protein (ikan, telur, hati), kalsium (susu), dan vitamin (sayur, buah) dan banyak minum air putih. Faktor psikologis pun sangat penting dengan menciptakan suasana santai dan nyaman serta tidak stress pada saat proses kehamilan dan saat menyusui nantinya (Nurhati, 2009).

Faktor nutrisi dapat di penuhi dengan tambahan asupan kalori 500 kkal per hari, khususnya nutrisi kaya protein (ikan, telur, hati), kalsium (susu), dan vitamin (sayur, buah) dan banyak minum air putih. Faktor psikologis pun sangat penting dengan menciptakan suasana santai dan nyaman serta tidak stress pada saat proses kehamilan dan saat menyusui nantinya (Nurhati, 2009).

Salah satu upaya agar produksi ASI pada saat menyusui lancar, ibu hamil dianjurkan untuk merawat payudara dengan teknik yang benar. Tahap ini

sangat penting dilakukan karena proses laktasi sudah dimulai sejak kehamilan. Teknik perawatan payudara ibu hamil terdiri dari dua tahap, yaitu pemeriksaan payudara dan persiapan puting susu.

Dengan melakukan perawatan payudara secara benar dan teratur dapat menguatkan, melenturkan dan mengatasi terpendamnya puting susu sehingga bayi mudah menghisap ASI dan juga menjaga keberhasilan payudara, mencegah penyumbatan dan bermanfaat untuk memperkuat kulit sehingga mencegah terjadinya luka pada saat mulai menyusui. Dan perawatan payudara ini sebaiknya dilakukan selama masa kehamilan yaitu pada usia kehamilan setelah delapan bulan (trimester III) dan bukan sesudah persalinan (Oswari, 2004).

Ibu-ibu hamil tidak akan mengalami kesulitan dalam pemberian ASI bila sejak awal telah mengetahui bagaimana perawatan payudara ( *breast care* ) yang tepat dan benar. Tetapi berdasarkan hasil survei yang dilakukan di Rumah Bersalin Sally telah ditemukan sekitar 20 % mengalami masalah dalam pemberian ASI, tidak lancarnya pemberian ASI pada awal masa laktasi hal ini di sebabkan oleh faktor ibu-ibu yang belum mengetahui tentang teknik perawatan payudara (Vero,2007).

Dan menurut penelitian Ardianti (2004) 21 % dari 42 orang ibu yang tidak mengetahui tentang teknik perawatan payudara karena kurangnya pengetahuan dan informasi tentang perawatan payudara, sehingga dapat menimbulkan masalah pada awal laktasi seperti puting susu lecet, payudara bengkak, air susu tersumbat sebagaimana dilaporkan ibu menyusui di Indonesia pernah menderita kelecetan pada puting susu 57 % ( Soetjningsih, 2002 ).

Dari uraian di atas maka penulis tertarik untuk meneliti bagaimana perilaku ibu hamil tentang perawatan payudara selama kehamilan di Klinik Hasna Dewi Kota Pekanbaru Tahun 2019.

## METODE

Desain penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini bersifat deskriptif dengan pendekatan *cross sectional* yang bertujuan untuk mengidentifikasi perilaku ibu hamil tentang perawatan payudara di BPM Hasna Dewi Kota Pekanbaru Tahun 2019.

## HASIL PENELITIAN

**Tabel. 1**  
**Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan**

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang	1	2,2
Cukup	19	41,3
Baik	26	56,5
Total	46	100

Berdasarkan kategori pengetahuan menunjukkan bahwa ibu hamil mempunyai pengetahuan baik tentang perawatan payudara selama kehamilan yaitu 26 orang (56,5 %), pengetahuan cukup 19 orang (41,3 %), dan pengetahuan kurang satu orang (2,2 %).

**Tabel. 2**  
**Distribusi Responden Berdasarkan Sikap Ibu Hamil**

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Positif	46	100
Negatif	0	0
Total	46	100

Berdasarkan kategori sikap menunjukkan seluruh ibu hamil mempunyai sikap positif tentang perawatan payudara selama kehamilan yaitu 46 orang (100%).

**Tabel. 3**  
**Distribusi Responden Berdasarkan Tindakan Ibu Hamil**

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Ya	15	32,6
Tidak	31	67,4
Total	46	100

Berdasarkan kategori tindakan menunjukkan bahwa dari 46 responden ibu hamil yang tidak melakukan tindakan perawatan payudara selama kehamilan yaitu 31 orang (67,4%), dan ibu hamil yang melakukan tindakan perawatan payudara selama kehamilan ada 15 orang (32,6%).

## PEMBAHASAN

Pengetahuan ibu hamil tentang perawatan payudara selama kehamilan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui pada tabel 5.3 dapat dilihat bahwa dari 46 ibu hamil yang diteliti ditemukan mayoritas ibu hamil berpengetahuan baik tentang perawatan payudara selama kehamilan ada 26 orang (56,5 %) dan minoritas ibu hamil berpengetahuan kurang tentang perawatan payudara tiga orang (6,6 %).

Sikap responden tentang perawatan payudara selama kehamilan. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa seluruh ibu hamil mempunyai sikap positif tentang perawatan payudara selama kehamilan yaitu 46 orang (100%), dikarenakan:

Pada soal nomor 3 ada 22 orang (47,9 %) ibu hamil menyatakan sangat setuju mengenai pernyataan tersebut dengan alasan bahwa perawatan payudara sebaiknya dilakukan secara teratur dan rutin.

Pada soal nomor 2 ada 26 orang (56,5 %) ibu hamil menyatakan setuju mengenai pernyataan tersebut dengan alasan bahwa ASI yang tidak keluar dan puting susu tidak menonjol adalah pengaruh dari perawatan payudara yang tidak dilakukan.

Pada soal 5 sebanyak delapan belas orang (39,1 %) ibu hamil menyatakan tidak setuju mengenai pernyataan tersebut dengan alasan bahwa pengompresan pada payudara dilakukan kurang lebih 3-5 menit.

Pada soal nomor 9 ada 22 Orang (47,9 %) ibu hamil menyatakan sangat

tidak setuju mengenai pernyataan tersebut dengan alasan pada saat melakukan perawatan payudara ibu tidak perlu menggunakan baby oil. Tindakan responden tentang perawatan payudara selama kehamilan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa ibu hamil yang tidak melakukan tindakan perawatan payudara selama kehamilan yaitu 31 orang (67,4 %) dan ibu hamil yang melakukan tindakan perawatan payudara sebanyak lima belas orang (32,6%)

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan tentang perilaku ibu hamil dalam melakukan perawatan payudara di BPM Hasna Dewi Kota Pekanbaru Tahun 2019 diperoleh :

Dari segi karakteristik dalam melakukan perawatan payudara selama kehamilan berdasarkan umur responden mayoritas umur 20-35 tahun ada 38 orang (82,6%), sedangkan berdasarkan pendidikan sebagian besar ada 26 orang (56,5%) berpendidikan SMA, dan sebagian besar berdasarkan pekerjaan ada 28 orang (60,9%) bekerja sebagai IRT.

1. Mayoritas responden dari segi pengetahuan dalam perawatan payudara selama kehamilan, berpengetahuan baik ada 26 orang (56,5%).
2. Seluruh responden ibu hamil dari segi sikap dalam perawatan payudara selama kehamilan yaitu sikap positif ada 46 orang (100%).
3. Tindakan dalam melakukan perawatan payudara selama kehamilan di BPM Hasna Dewi Kota Pekanbaru Tahun 2019 masih banyak yang belum melakukan perawatan payudara yaitu 31 orang (67,4%).

## SARAN

Adapun saran pada penelitian ini adalah :

1. Untuk masyarakat (khususnya responden / ibu hamil)

Masyarakat khususnya pada ibu hamil agar lebih aktif melakukan perawatan payudara untuk merangsang produksi ASI dan persiapan persalinan nantinya.

2. Petugas tenaga kesehatan  
Petugas tenaga kesehatan khususnya yang di Klinik Sally hendaknya meningkatkan pemberian informasi kepada ibu hamil tentang pentingnya perawatan payudara selama kehamilan.
3. Peneliti lanjutan  
Peneliti lainnya yang ingin meneliti tentang perawatan payudara selama kehamilan, agar melanjutkan penelitian lebih spesifik dengan variabel yang lebih bervariasi dan diharapkan dapat meneliti dengan cara melihat dari sisi korelasi, agar dapat dilihat apakah ada hubungan antara pengetahuan, sikap dan tindakan ibu hamil dalam melakukan perawatan payudara selama kehamilan terhadap produksi ASI.

## DAFTAR PUSTAKA

- Maulana, H. (2009), Promosi Kesehatan, Jakarta : EGC
- Notoatmodjo, S. (2007), Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku, Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam. (2002), Metode Penelitian Ilmu Keperawatan, Jakarta : Salemba Medika.
- Sastroasmoro, S. (2008), Dasar – dasar Metodologi Penelitian Klinis, Jakarta : SaGung Seto.
- Sudjana. (2002), Metode Statistika, Bandung : Tarsito.
- Azwar, S. (2007), Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya, Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- Notoatmodjo, S. (2003), Ilmu Kesehatan masyarakat, Jakarta : Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2006), Prosedur Penelitian, Jakarta : Rineka Cipta.
- Manuaba, I. (2002), Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan, Jakarta : EGC

- Varney, H. (2007), Asuhan Kebidanan, Jakarta : EGC.
- Oswari, E. (2004), Perawatan Ibu Hamil dan Bayi, Jakarta :PSH
- Nurhati, M. (2009), Kehamilan dan Persiapan Persalinan, jakarta : Garamond.
- Darwis, S, (2003), Metode Penelitian Kebidanan, Jakarta : EGC.
- Prawirohardjo, S. (2002), Ilmu Kebidanan, Jakarta : Yayasan Bina Pustaka.
- Varney, H. (2007), Buku Saku Bidan, Jakarta : EGC.
- Ester, M. (2006), Anatomi dan Fisiologi untuk Bidan, Jakarta : EGC.
- Gilbert, P. (2002), Payudara Apa Yang Diketahui Wanita, Jakarta : Arcan
- Hegar, Badriul, et al. (2008), Bedah ASI, Jakarta : Balai Penerbit FKUI
- Suririnah. (2008), Buku Pintar Kehamilan dan Persalinan, Jakarta : Gramedia Pustaka Utama
- Rulina. (2003), <http://www.pengetahuan dan sikap ibu.com/perawatan payudara.htm>
- Anwar.(2003),<http://www.innfoperawatan.com/tips infosehat/payudara.htm>