



Pendidikan Kesehatan Teknik Menyusui Terhadap Peningkatan Kemampuan Menyusui Pada Ibu Primipara

Yuni Astuti¹, Tuti Anggarawati²

^{1,2} Program DIII Keperawatan Stikes Kesdam IV/Diponegoro

Article Info

Article History:

Accepted April 24, 2020

Key words:

primipara, health education, breastfeeding

Abstract

The puerperium is a period that begins a few hours after the birth of the placenta and ends when the uterus organs will return to their pre-pregnancy state which lasts for 6 weeks or about 42 days after delivery. Postpartum often experience problems with breastfeeding. To achieve successful breastfeeding requires knowledge of proper breastfeeding techniques. Mothers can do breastfeeding properly if they are equipped with knowledge and have a positive attitude from health workers. The aim of knowing the effect of health education on correct breastfeeding techniques in post partum primipara. The research design to be carried out using pre-experimental (One group pre-posttest design) and sample selection using purposive sampling. The results showed that there was an effect of health education on breastfeeding techniques on increasing knowledge of postpartum primipara with p value 0.001.

PENDAHULUAN

Masa nifas atau post partum adalah masa yang dimulai beberapa jam setelah lahirnya plasenta dan akan berakhir ketika alat-alat kandungan akan kembali seperti sebelum hamil yang berlangsung selama 6 minggu atau sekitar 42 hari setelah melahirkan. Masa nifas merupakan masa yang paling penting bagi bayi karena pada masa ini terbentuk proses laktasi dan menyusui dimana susu mulai diproduksi oleh payudara ibu. Payudara akan otomatis berfungsi mengeluarkan Air Susu Ibu (ASI)

untuk pertama kalinya (Kusumastuti, Laelatul, dan Mutoharoh, 2017).

ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi karena mengandung banyak zat dan faktor protektif yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi. Kandungan ASI sangat lengkap dan kompleks, ada ratusan molekul bioaktif yang dapat melindungi bayi dari infeksi dan membantu dalam pembentukan sistem imun (kekebalan tubuh) yang kuat (Lutfiana, 2017).

Corresponding author:

Yuni Astuti

yunie.45tuti@gmail.com

Indonesian Journal of Nursing Research, Vol 3 No 1, May 2020

e-ISSN 2615-6407

Bayi dianjurkan untuk diberi ASI eksklusif. ASI Eksklusif adalah air susu ibu yang diberikan bayi selama usia 0-6 bulan dengan tidak memberikan makanan atau minuman tambahan apapun, baik diberikan langsung oleh ibunya maupun hasil perahan (Elizabeth dan Walyani, 2015).

Menurut Profil Kesehatan Indonesia tahun 2017, persentase bayi baru lahir yang mendapat IMD pada tahun 2018 sebesar 71,34% yang terdiri dari 34 provinsi di Indonesia. Sedangkan persentase bayi yang mendapat ASI eksklusif menurut provinsi pada tahun 2018 sebesar 65,16% (Profil Kesehatan Indonesia, 2017). Persentase pemberian ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2017 sebesar 54,4 %, sedikit meningkat jika dibandingkan persentase pemberian ASI eksklusif tahun 2016 yaitu 54,2 % (Profil Kesehatan Indonesia, 2017). *World Health Organization* (WHO) dan *United Nations Children's Fund* (UNICEF) merekomendasikan pada ibu *postpartum* untuk memberikan ASI eksklusif dalam satu jam setelah kelahiran dengan cara menyusui (Elizabeth, dan Walyani, 2015).

Menyusui merupakan salah satu kodrat yang dianugerahkan Tuhan kepada kaum perempuan. Menyusui mempunyai manfaat bagi ibu yaitu membantu ibu dari proses persalinannya, membuat rahim berkontraksi dengan cepat, mencegah perdarahan, menurunkan resiko kanker payudara,

mempercepat penurunan berat badan setelah melahirkan, merangsang pengeluaran hormon oksitosin, membangun hubungan antara ibu dan bayi (Lutfiana, 2017). Ibu *postpartum* terutama primipara sering mengalami masalah pada proses menyusui. Hal ini disebabkan kurangnya pengetahuan ibu. Antara lain kurangnya informasi yang diperoleh ibu dari tenaga kesehatan dan kurangnya kemampuan ibu dalam memahami informasi yang diperoleh, dan juga belum mempunyai pengalaman melahirkan (Nurhayati dan Nurlatifah, 2018).

Tingkat pengetahuan yang memadai merupakan dasar pengembangan cara berpikir seseorang dan jalan untuk memudahkan menerima motivasi dan selanjutnya memberikan perubahan pada sikap dan perilaku seseorang dalam melakukan tindakan menyusui. Kemampuan ibu dalam menyusui dengan benar khususnya bagi ibu primipara sangat mendukung keberhasilan ibu dalam menyusui dengan teknik yang benar (Himawati dan Mawarti, 2019).

Menyusui dengan teknik yang salah akan menimbulkan dampak seperti puting susu menjadi lecet dan ASI tidak keluar secara optimal sehingga mempengaruhi produksi ASI, selanjutnya ibu enggan untuk menyusui bayinya. Hal ini menyebabkan kebutuhan ASI bayi tidak sepenuhnya tercukupi. Kesalahan lain juga bisa disebabkan saat ibu menghentikan proses menyusui kurang hati-

hati. Keadaan tersebut menunjukkan masih banyak ibu menyusui yang belum dapat menggunakan teknik yang benar. Untuk mencapai keberhasilan menyusui diperlukan pengetahuan mengenai teknik menyusui dengan benar. Ibu dapat melakukan tindakan menyusui dengan benar jika dibekali dengan pengetahuan dan mempunyai sikap yang positif dari petugas kesehatan (Rinata, 2019).

Perawat mempunyai peran sebagai pendidik, sehingga perawat dapat meningkatkan tingkat pengetahuan dan memberikan informasi. Pendidikan kesehatan merupakan proses belajar yang dialami oleh individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat untuk mengubah perilaku dan meningkatkan kemampuan dalam berbagai pengetahuan. Tujuan diberikan pendidikan kesehatan adalah agar terjadi perubahan perilaku dan sikap terhadap individu, keluarga, kelompok dan masyarakat dalam memelihara kesehatan kesehatan (Maulana, 2009).

Dorongan yang diterima ibu melalui pendidikan kesehatan dan adanya dukungan dari pemerintah dalam pemberian ASI eksklusif dapat meningkatkan perilaku serta meningkatkan pengetahuan ibu. Pemberian informasi tentang teknik menyusui dengan benar akan meningkatkan pengetahuan ibu menyusui, dari hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya pengaruh pendidikan kesehatan tentang teknik menyusui dengan benar (Aryanti, Rina, dan Neta, 2019).

Teknik menyusui dengan benar sering kali terabaikan, ibu kurang memahami tata laksana laktasi yang benar, misalnya pentingnya ASI, cara memberikan ASI kepada bayi dan posisi menyusui yang benar dan pelekatan mulut bayi pada payudara yang baik sehingga bayi dapat menghisap secara efektif (Himawati dan Mawarti, 2019).

Posisi bayi dan ibu yang benar dalam proses menyusui, pelekatan bayi pada payudara ibu merupakan kunci keberhasilan dalam proses menyusui hal ini harus diperhatikan. Pelekatan yang benar, mulut bayi perlu dilekatkan dengan baik ke payudara ibu sehingga dapat menyusu secara efektif. Jika bayi sudah melekat dengan baik, kita dapat melihat ada gerakan menelan atau dapat mendengar bunyi tegukan ketika bayi menyusu (Lutfiana, 2017). Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh pendidikan kesehatan cara menyusui yang benar terhadap peningkatan kemampuan menyusui pada ibu primipara.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan rancangan *one group pretest posttest design*. Pemilihan sampel menggunakan *accidental sampling*. Responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah ibu postpartum primipara yang melahirkan di RS Bhakti Wira Tamtama Semarang pada

bulan Januari- Februari 2020. Jumlah responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah 30 orang. Instrumen yang digunakan adalah *LATCH Score* dan hasilnya dianalisis menggunakan uji wilcoxon.

HASIL

Pengumpulan data dalam penelitian ini akan dilakukan menilai responden ketika menyusui bayinya dengan instrumen *LATCH score* sebelum dilakukan intervensi. Setelah itu peneliti akan memberikan pendidikan kesehatan tentang teknik menyusui yang benar. Setelah responden mendapatkan pendidikan kesehatan, peneliti akan melakukan penilaian ulang kemampuan responden ketika menyusui bayinya dengan instrumen *LATCH Score*.

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan, di RS Bhakti Wira Tamtama Semarang Januari-Februari, 2020

| Karakteristik | Frekuensi | Persentase (%) |
|------------------|-----------|----------------|
| Usia | | |
| <20 | 11 | 36,6 |
| 20-35 | 16 | 53,3 |
| >35 | 3 | 10,0 |
| Pendidikan | | |
| SMP | 8 | 26,6 |
| SLTA | 19 | 63,3 |
| Perguruan Tinggi | 3 | 10,0 |
| Pekerjaan | | |
| Bekerja | 13 | 43,0 |
| Tidak Bekerja | 17 | 56,6 |

Berdasarkan tabel 1 rata-rata usia responden adalah 29,03±5,250. Berdasarkan pendidikan sebagian besar responden berpendidikan SMA (61,3%). Distribusi responden berdasarkan status pekerjaan, menunjukkan bahwa sebagian besar ibu tidak bekerja (58,1%).

2. Kemampuan ibu postpartum primipara dalam menyusui sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan teknik menyusui yang baik dan benar

Tabel 2. Kemampuan ibu postpartum primipara dalam menyusui sebelum diberikan pendidikan kesehatan teknik menyusui di RS Bhakti Wira Tamtama Semarang Januari-Februari, 2020

| Tingkat kemampuan | Sebelum Frekue nsi | (%) | Sesudah Frekue nsi | (%) |
|-------------------|--------------------|------|--------------------|------|
| Baik | 4 | 13,3 | 21 | 70 |
| Cukup | 17 | 56,7 | 7 | 23,3 |
| Buruk | 9 | 30 | 2 | 6,7 |

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa sebelum mendapatkan pendidikan kesehatan tentang teknik menyusui yang baik dan benar sebagian besar memiliki kemampuan cukup yaitu sebanyak 17 responden (56,7%) dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan sebagian besar kemampuan menyusui dalam kategori baik (70%).

3. Pengaruh pendidikan kesehatan teknik menyusui yang baik dan benar pada ibu postpartum primipara sebelum dan sesudah diberikan intervensi

Tabel 3. Hasil Uji Wilcoxon Kemampuan Ibu Primipara Sebelum Dan Sesudah Diberikan Intervensi Pendidikan Kesehatan Teknik Menyusui

| Keterangan | Hasil | N | Mean | Nilai wilcoxon | p-value |
|--|----------|----|-------|----------------|---------|
| Kemampuan ibu postpartum setelah diberikan pendidikan kesehatan < kemampuan ibu sebelum pendidikan kesehatan | Negative | 4 | 9,00 | 36,00 | 0,001 |
| Kemampuan ibu postpartum setelah diberikan pendidikan kesehatan > kemampuan ibu sebelum pendidikan kesehatan | Positif | 24 | 15,42 | 370,00 | |
| Kemampuan ibu postpartum setelah diberikan pendidikan kesehatan = kemampuan ibu sebelum pendidikan kesehatan | Ties | 2 | | | |

Pada tabel 3 menunjukkan hasil uji statistic yang telah dilakukan didapatkan p-value sebesar 0,001 pada derajat kemaknaan 5% ($0,001 < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima sehingga diyakini bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan teknik menyusui yang benar terhadap kemampuan ibu postpartum primipara dalam menyusui.

PEMBAHASAN

Karakteristik ibu postpartum primipara dalam penelitian ini meliputi usia, pekerjaan, dan pendidikan. Usia responden sebagian besar 20-35 tahun (53,3%). Usia 20-35 tahun merupakan kurun waktu yang aman untuk kehamilan, persalinan, dan menyusui (Soetjiningsih, 2012). Usia ini termasuk produktif yang mendukung seseorang untuk mendapatkan pengalaman yang lebih baik dan antusias yang tinggi untuk mendapatkan

informasi teknik menyusui sehingga dapat mempengaruhi perubahan perilaku ibu dalam melakukan teknik menyusui (Sabulianda, 2012).

Pada penelitian ini pendidikan semua responden adalah sekolah menengah. Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh dalam memberi respon terhadap sesuatu yang datang dari luar. Seseorang yang berpendidikan tinggi akan memberikan respon yang lebih rasional dari pada mereka yang berpendidikan rendah atau sedang. Dengan pendidikan yang rendah maka dapat berpengaruh pada tingkat pengetahuan ibu.

Pada ibu yang berpendidikan tinggi cenderung mencari informasi tentang teknik menyusui yang benar (Notoadmodjo, 2012). Sebagian besar responden adalah tidak bekerja. Wanita yang tidak bekerja akan cenderung menyusui secara eksklusif dibandingkan dengan wanita yang bekerja, sehingga kelangsungan

menyusui dapat dipertahankan (Nommsen-Rivers *et al.*, 2010). Hasil penelitian ini Tan (2011) yang menjelaskan bahwa ibu yang tidak bekerja mempunyai kesempatan 3,5 kali untuk menyusui secara eksklusif dibandingkan ibu yang bekerja (Tan, 2011).

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa terjadi peningkatan kemampuan menyusui antara sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan tentang cara menyusui yang baik dan benar. Pendidikan kesehatan yang diberikan oleh peneliti menyebabkan terjadinya perubahan tingkat pengetahuan dan kemampuan ibu dalam menyusui dengan baik dan benar. Edukasi tentang menyusui sangat penting untuk memperoleh pengalaman menyusui yang positif sehingga dapat menyebabkan perubahan perilaku tentang menyusui. Edukasi ini mengarah pada pencapaian tujuan yaitu sukses menyusui dengan melalui aspek seperti pemberian informasi mengenai menyusui dan mengajarkan teknik menyusui yang benar (Riordan & Wambach, 2010).

Pemberian pendidikan kesehatan teknik menyusui merupakan hal yang sangat penting untuk mengurangi kegagalan pemberian ASI eksklusif. Pelaksanaan pendidikan kesehatan ini diberikan secara individu dan dengan metode ceramah dengan menggunakan leaflet dan juga demonstrasi. Penyampaian pendidikan kesehatan secara individu membuat responden lebih fokus dalam memperhatikan informasi

yang disampaikan sehingga penerimaan responden akan lebih baik. Media leaflet juga dapat diperoleh dengan mudah serta efektif digunakan sebagai media informasi. Dalam media leaflet yang diberikan gambar atau foto yang menarik dapat membangkitkan motivasi dan juga minat untuk membantu menafsirkan serta mengingat pesan yang berkaitan dengan pesan yang disampaikan (Syamsiah, 2013).

Isyti'aroh *et al.*, (2015) yang menyatakan bahwa edukasi *breast* yang berisi cara ASI diproduksi oleh payudara, manfaat ASI, nutrisi ibu menyusui, ciri ibu menyusui dengan benar, dan cara mengatasi masalah menyusui berpengaruh terhadap kesuksesan ibu primipara dalam menyusui.

Hal ini juga dibuktikan oleh Astuti & Surasmi, (2016) dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pemberian penyuluhan menyusui dengan metode demonstrasi terhadap kemampuan ibu menyusui. Pendidikan kesehatan tentang teknik menyusui yang baik dan benar merupakan hal penting yang dapat dilakukan untuk mengurangi kegagalan pemberian ASI eksklusif terutama pada ibu postpartum primipara dimana ibu baru pertama kali melahirkan.

SIMPULAN DAN SARAN

Terdapat perbedaan kemampuan ibu postpartum primipara dalam menyusui antara sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang teknik menyusui dengan *p-value* 0,001.

Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian tentang keefektifan pendidikan kesehatan tentang menyusui yang benar dengan menggunakan media daring pada ibu postpartum.

REFERENSI

- Aryanti, W., Rina, P., Neta, S. (2019). *Peningkatan Kemampuan Menyusui Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi II. Mamuju* : Malahayati Nursing journal. 1(2), 125-139
- Astuti, S. L. D., & Surasmi, A. (2016). *Pengaruh penyuluhan kesehatan tentang menyusui dengan metode demonstrasi terhadap kemampuan ibu menyusui di Rumah Bersalin Wilayah Banjarsari Surakarta*. Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan, 5(2), 110–237.
- Balitbang Kemenkes RI. (2017). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta: Katalog Dalam Terbitan.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. Semarang *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2017*.
- Elizabeth, Walyani S. (2015). *Perawatan Kehamilan Dan Menyusui Anak Pertama Agar Bayi Lahir Dan Tumbuh Sehat*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Himawati L, Mawarti R. (2019). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Teknik Menyusui Terhadap Peningkatan Kemampuan Menyusui Pada Ibu Primipara*
- Menyusui Terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Teknik Menyusui Pada Ibu Primipara Di BPS Kecamatan Kalibawang Kulonprogo* [diunduh 21 Februari 2019]. Tersedia dari: [http://www.repository.uinjkt.ac.id/dspace/..1/YULI%](http://www.repository.uinjkt.ac.id/dspace/..1/YULI%20)
- Isyti'aroh, Nizmah F, N., & Rejeki, H. *Paket Edukasi Breast Dan Pengaruhnya Terhadap Kesuksesan Ibu Primipara Dalam Menyusui*. The 2nd University Research Coloquium, 2(2011), 563–569.
- Kusumastuti, Laelatul Q.,U., Mutoharoh, S. (2017). *Kombinasi Pijat Woolwich Dan Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI dan Involusi Uterus pada Ibu Post Partum*. Yogyakarta: LeutikaPrio.
- Lutfiana, Sari P. (2017). *Rahasia Sukses Mengoptimalkan Produksi ASI Best Practice “Kombinasi Hypnobreastfeeding dan Pijat Oksitosin”*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Lowdermilk D., L., Perry S., E., Cashion, K. (2013). *Keperawatan Maternitas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Maulana Heri D.J. (2009). *Promosi Kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nurhayati F, Nurlatifah S. (2018). *Hubungan Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Pemberian ASI Perah Dengan Pendidikan Di Wilayah Kerja Puskesmas Cimahi Tengah*. Midwife Journal.4(02): 11-15.
- Nursalam, Efendi F.(2014). *Pendidikan Dalam Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Riordan, J. & Wambach, K., (2010). *Breastfeeding and human lactation*. 4 ed. Sudbury : Jones and Bartlett Publishers5. <https://books.google.co.id/books?id=eNHQA7VZLvcC&printsec=frontcover>

&hl=id&source=gbs_ge_summary_r&ca
d=0#v=onepage&q&f=false

Rinata E. *Tehnik Menyusui Posisi, Perlekatan, Dan Keefektifan Menghisap Studi Pada Ibu Menyusui Di RSUD Sidoarjo* [diunduh 27 Maret 2019]. Tersedia dari: <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn12012010/article/view/2084>

Sabulinda, Kristina, L. (2012). *Pengaruh Penyuluhan Tentang Teknik Menyusui Terhadap Perilaku Menyusui Yang Benar pada Ibu Postpartum di RSUD Panembahan Senopati Bantul*. Naskah Publikasi : STIKES Jenderal Achmad Yani, Yogyakarta

Soetjiningsih. (2012). *Tumbuh kembang anak*. EGC: Jakarta

Syamsiah, N. (2013). *Pengaruh Media Leaflet Terhadap Perubahan pengetahuan dan Intensitas Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Kecamatan Pesanggrahan Jakarta Selatan*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta. Skripsi

Tan, K.L. (2011). *Factors associated with exclusive breastfeeding among infants under six months of age in peninsular malaysia*. International Breastfeeding Journal 2011, 6:2

Taufan N. (2013). *ASI dan Tumor Payudara*. Yogyakarta:Muha Medika.

Yulia R. (2014). *Payudara dan Laktasi*. Jakarta: Salemba Medika