

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Periode pascapersalinan atau masa nifas menjadi fase penting bagi ibu dalam menyesuaikan diri secara fisik dan emosional, yang umumnya berlangsung selama sekitar enam bulan. Pada fase ini, tubuh ibu mengalami perubahan besar untuk kembali ke kondisi sebelum hamil, termasuk penyesuaian hormonal dan fisik. Salah satu hal paling penting dalam masa nifas adalah menyusui yang memerlukan perhatian khusus terhadap Kesehatan payudara. Kesehatan payudara ibu sangat mempengaruhi kelancaran pemberian ASI. Apabila perawatan payudara tidak dilakukan dengan benar, maka resiko seperti bendungan ASI, infeksi payudara (mastitis), dan nyeri puting bisa meningkat. Kondisi-kondisi tersebut kerap menjadi alasan utama kegagalan pemberian ASI eksklusif. Rendahnya kesadaran ibu terhadap perawatan payudara sering kali dikaitkan dengan kurangnya informasi yang di terima selama kehamilan dan setelah melahirkan (Yanti et al., 2025).

Berdasarkan *Global Breastfeeding Scorecard 2022* dari WHO, hanya 40% bayi di seluruh dunia yang menerima ASI eksklusif pada anak bulan pertama kehidupannya. WHO menetapkan target peningkatan menjadi 50% pada tahun 2025. Sementara itu laporan tahun 2023 yang dikeluarkan

Bersama UNICEF menyebutkan adanya peningkatan angka ini menjadi 48% dalam sepuluh tahun terakhir. Meski ada kemajuan maasih banyak negara yang belum mampu mencapai target tersebut.

Capaian ASI di Indonesia mengalami naik turun. Pada tahun 2022, Profil

Kesehatan Indonesia mencatat bahwa 69,7% bayi usia 0–6 bulan mendapatkan ASI eksklusif, melampaui target nasional sebesar 45%. Namun, angka ini sedikit menurun pada tahun 2023 menjadi 68,6% Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Meskipun demikian, capaian nasional ini tetap lebih tinggi dibandingkan rata-rata global.

Pada tingkat Provinsi Jawa Tengah, data dari Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2024 menunjukkan bahwa sebanyak 80,27% bayi berusia di bawah enam bulan telah menerima pemberian ASI eksklusif. Angka ini menunjukkan peningkatan dari 78,93% pada tahun 2020, meskipun sempat mengalami penurunan menjadi 78,71% pada tahun 2022 sebelum Kembali meningkat pada tahun 2023 menjadi 80,20%. Namun situasi berbeda terlihat di kabupaten Semarang. Cakupan bayi berusia kurang dari 6 bulan yang pernah diberikan ASI pada tahun 2021 hanya mencapai 23,59 mengalami penurunan dari 31,71% pada tahun 2020. Secara lebih spesifik, di TPMB Jarmini pada tahun 2024 di Desa Leyangan, cakupan ASI eksklusif tergolong masih rendah, yaitu hanya sebesar 33,3%. Persentase ini diperoleh dari hasil studi pendahuluan terhadap 12 bayi, di mana hanya 4 bayi yang mendapatkan ASI eksklusif. Angka ini menunjukkan bahwa masih banyak ibu yang belum

berhasil memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya selama enam bulan pertama, yang dapat menunjukkan rendahnya pengetahuan serta praktik perawatan payudara dan menyusui selama masa nifas.

Didasari oleh penelitian yang diimplementasikan di wilayah Jawa Tengah, terlihat bahwa rendahnya angka cakupan ASI eksklusif tidak semata-mata disebabkan oleh kurangnya pengetahuan, melainkan juga dipengaruhi oleh dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan sekitar. Misalnya, sebuah studi di wilayah kerja Puskesmas Ngaliyan, Kota Semarang, menunjukkan bahwa hanya 46% ibu yang berhasil memberikan ASI eksklusif, meskipun sebagian besar telah memahami manfaat ASI bagi kesehatan bayi. Penelitian lain di Kabupaten Semarang menunjukkan bahwa upaya promosi ASI eksklusif di wilayah tersebut masih memerlukan penguatan dari segi cakupan maupun intensitas pelaksanaan kegiatan. Melihat berbagai permasalahan tersebut, jelas bahwa rendahnya cakupan ASI eksklusif, termasuk di TPMB Jarmini, bukan hanya berkaitan dengan kondisi fisik, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain seperti psikologis, sosial, dan lingkungan. Salah satu faktor utama yang kerap menjadi hambatan ialah minimnya wawasan ibu mengenai pentingnya ASI eksklusif. Meskipun banyak ibu telah mengetahui manfaat ASI, tidak semua memiliki pemahaman memadai terkait teknik menyusui yang tepat serta penanganan masalah laktasi. Keadaan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa rendahnya

tingkat pengetahuan ibu berkorelasi dengan kecenderungan untuk tidak memberikan ASI secara eksklusif (Simanullang, 2022).

Pengetahuan yang terbatas pada ibu nifas mengenai perawatan payudara berpotensi menjadi salah satu faktor yang memengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Keterbatasan akses informasi, ditambah dengan anggapan bahwa perawatan payudara tidak diperlukan apabila ASI belum keluar, dapat mengakibatkan ibu tidak melakukan perawatan sesuai anjuran.. Temuan penelitian turut mendukung bahwa sebelum mendapatkan edukasi kesehatan, sebagian besar ibu dalam masa nifas masih memiliki pengetahuan yang terbatas terkait perawatan payudara. Namun setelah diberikan Pendidikan Kesehatan seluruh responden menunjukkan peningkatan yang signifikan tentang perawatan payudara.

Produksi ASI juga dapat ditingkatkan melalui pendekatan tambahan seperti pijat oksitosin dan Teknik hypnobresfeedig. Metode ini terbukti efektif dalam merangsang hormon oksitosin dan prolactin sekaligus menurunkan tingkat kecemasan ibu, sehingga proses menyusui menjadi lebih lancar. Selain intervensi tersebut aspek penting lainnya yang tidak boleh diabaikan dalam mendukung kelancaran menyusui adalah perawatan payudara selama masa nifas

Perawatan payudara selama masa nifas merupakan bagian penting dalam mendukung kelancaran menyusui. Tujuan utamanya adalah mencegah berbagai masalah seperti pembengkakan, nyeri, hingga infeksi seperti mastitis yang bisa

membuat ibu merasa tidak nyaman saat menyusui. Perawatan payudara ini bisa dilakukan dengan cara sederhana seperti membersihkan puting dengan air hangat, memijat payudara secara lembut, serta memastikan payudara dikosongkan secara rutin agar ASI tidak menumpuk (Lestari & Nurjanah, 2022). Lebih dari sekedar menjaga kondisi fisik, perawatan payudara juga memberikan dampak positif secara psikologis bagi ibu. Ibu akan merasa nyaman dan percaya diri terhadap tubuhnya akan lebih termotivasi untuk terus menyusui bayinya (Wahyuni et al., 2022). Hal ini menunjukkan bahwa perawatan payudara yang dilakukan secara rutin mampu merangsang produksi hormon oksitosin, yaitu hormon yang berperan penting dalam pengeluaran ASI. Artinya merawat payudara tidak hanya membantu menjaga Kesehatan ibu tetapi juga secara tidak langsung meningkatkan produksi ASI dan memperbesar peluang keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Oleh karena itu, pemberian edukasi mengenai perawatan payudara sejak masa kehamilan oleh tenaga kesehatan menjadi hal yang penting guna mempersiapkan ibu menghadapi proses menyusui dengan lebih optimal.

Edukasi kesehatan dipandang sebagai bentuk intervensi yang strategis dalam mengoptimalkan pemahaman ibu tentang perawatan diri, khususnya terkait perawatan payudara. Tidak hanya itu, pendidikan Kesehatan juga mampu mendorong perilaku. Ibu yang memahami pentingnya perawatan payudara cenderung lebih aktif dalam melakukan pencegahan masalah seperti melakukan kompres hangat, pijat payudara, dan menyusui secara berkala. Sejalan dengan hasil studi Mentari (2021) di Papua yang menunjukkan bahwa

ibu dengan pengetahuan tinggi cenderung menyusui lebih dini dan lebih lama. Intervensi yang diberikan melalui berbagai metode seperti ceramah, diskusi kelompok, video edukasi maupun praktik terbukti dapat mempercepat pemahaman. Kodariyah et al (2023) menegaskan bahwa penggunaan media visual mampu menyederhanakan informasi kompleks menjadi lebih mudah dipahami, khususnya bagi ibu dengan Pendidikan rendah.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan terhadap enam ibu nifas menyusui di Desa Leyangan menunjukkan bahwa lima di antaranya belum memiliki pemahaman yang cukup terkait definisi, manfaat, serta konsekuensi dari tidak melakukan perawatan payudara selama masa nifas. Rendahnya pemahaman ini disinyalir disebabkan oleh minimnya informasi atau edukasi yang diterima. Meskipun pihak puskesmas telah memberikan penyuluhan mengenai topik tersebut, sebagian besar ibu belum mampu memahami materi secara utuh, yang kemungkinan besar berkaitan dengan tingkat pendidikan yang relatif rendah. Padahal, perawatan payudara sangat penting dilakukan karena dapat menunjang kelancaran proses menyusui sekaligus mencegah gangguan seperti bendungan ASI.

Urgensi penelitian ini terletak pada pentingnya memastikan ibu nifas memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai dalam perawatan payudara, sehingga dapat mendukung kelancaran produksi ASI dan keberhasilan ASI eksklusif. Desa Leyangan dipilih sebagai lokasi penelitian karena memiliki cakupan ASI eksklusif yang rendah dibandingkan rata-rata

kabupaten, sehingga hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat langsung bagi masyarakat setempat dan menjadi dasar perencanaan program kesehatan yang lebih tepat sasaran

Berdasarkan hasil uraian diatas,peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Perawatan Payudara Terhadap Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara Ibu Nifas di Desa Leyangan

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana Pengaruh Pendidikan Kesehatan Perawatan Payudara Terhadap Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas Di TPMB Jarmini Leyangan?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Untuk Mengetahui Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Perawatan Payudara Terhadap Pengetahuan Ibu Nifas di TPMB Jarmini Leyangan.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara sebelum diberikan Pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara di TPMB Jarmini Leyangan
- b. Guna mengetahui sejauh mana tingkat pengetahuan ibu nifas mengenai perawatan payudara setelah mendapatkan edukasi kesehatan terkait perawatan payudara di TPMB Jarmini, Desa Leyangan.

- c. Guna menganalisis sejauh mana pengaruh edukasi kesehatan mengenai perawatan payudara terhadap peningkatan pengetahuan ibu nifas di TPMB Jarmini, Desa Leyangan.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Ibu Nifas

Penemuan dalam studi ini diharapkan mampu memberikan kontribusi informasi, semangat, dan dorongan positif bagi masyarakat luas, terutama bagi ibu nifas, agar lebih memahami pentingnya perawatan payudara.

2. Bagi Bidan

Penelitian ini memberikan kontribusi bagi tenaga medis, terutama bidan dan petugas pelayanan kesehatan, sebagai acuan dalam penyusunan materi edukatif tentang perawatan payudara untuk ibu nifas. Di samping itu, temuan ini juga berpotensi menjadi bahan evaluatif dalam merancang pendekatan pendidikan kesehatan yang kreatif untuk mencegah gangguan laktasi serta meningkatkan keberhasilan program ASI eksklusif.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini menjadi sarana bagi peneliti untuk mengimplementasikan teori yang diperoleh selama studi ke dalam praktik nyata di lapangan. Proses ini juga memperdalam pemahaman peneliti terhadap pentingnya edukasi kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan

ibu nifas, sekaligus melatih pola pikir sistematis. Hasilnya memberikan kontribusi awal terhadap pengembangan ilmu kebidanan, khususnya promosi kesehatan pada masa nifas.