

---

## PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP MOTIVASI IBU HAMIL TRIMESTER III MELAKUKAN PERAWATAN PAYUDARA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS WOHA KABUPATEN BIMA

---

Anggun Amriani<sup>1</sup>, Citra Sepriana<sup>2</sup>, Nurul Ilmi<sup>3</sup>

<sup>123</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mataram

\*Email Korespondensi: [citra.sepriana@gmail.com](mailto:citra.sepriana@gmail.com)

---

### Intisari

**Pendahuluan:** Perawatan payudara selama kehamilan adalah salah satu bagian penting yang harus diperhatikan untuk persiapan dalam pemberian air susu ibu (ASI). Perawatan payudara merupakan upaya perawatan khusus melalui pemberian rangsangan terhadap otot-otot payudara ibu dengan cara pengurutan atau massage. Perawatan payudara pada masa kehamilan merupakan bagian penting yang harus dijadikan sebagai landasan dalam melakukan laktasi, namun banyak ibu yang mengabaikan perawatan payudara karena merasa malas atau tidak mengetahui manfaat perawatan payudara pada saat hamil. **Tujuan:** untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap motivasi ibu hamil trimester III melakukan perawatan payudara di wilayah kerja puskesmas Woha kabupaten Bima **Metode:** Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode *pre-Experimental Design* dengan rancangan penelitian *one group pretest-posttest desain*, Sampel dalam penelitian ini sebanyak 40 orang yang ditentukan menggunakan teknik *accidental sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Analisa data menggunakan uji *Paired sampel t-test*. **Hasil:** Sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara sebagian besar responden memiliki tingkat motivasi lemah 57,5% setelah diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar memiliki motivasi kuat 55%. Hasil uji *paired sampel t-test* didapatkan nilai *valued* 0,000 sehingga *p-valued*  $0,000 < 0,005$ . **Kesimpulan:** ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap motivasi ibu hamil trimester III melakukan perawatan payudara di wilayah kerja puskesmas Woha kabupaten Bima.

**Kata kunci:** motivasi, pendidikan kesehatan, perawatan payudara, ibu hamil trimester III

### Abstract

**Introduction:** Breast care during pregnancy is a critical aspect of preparing for breastfeeding. It involves specific techniques such as breast massage to stimulate the breast muscles. Despite its importance, many pregnant women neglect breast care due to a lack of motivation or limited knowledge of its benefits. **Objective:** This study aimed to examine the effect of health education on the motivation of third-trimester pregnant women to perform breast care in the working area of the Woha Public Health Center, Bima Regency **Method:** This quantitative study employed a *pre-experimental design* using a *one-group pretest-posttest method*, with a sample of 40 participants selected through *accidental sampling*. A questionnaire was used as the data collection instrument, and data were analyzed using the *paired sample t-test*. **Results:** The findings showed that prior to the health education intervention, 57.5% of respondents had low motivation to perform breast care. Following the intervention, 55% showed high motivation. The *paired sample t-test* revealed a significant difference, with a *p-value* of 0.000 ( $p < 0.005$ ) **Conclusion:** health education significantly influences the motivation of third-trimester pregnant women to engage in breast care practices in the Woha Health Center area, Bima Regency.

**Keywords:** *motivation, health education, breast care, third-trimester pregnancy*

## Pendahuluan

Perawatan payudara merupakan upaya perawatan khusus melalui pemberian rangsangan terhadap otot-otot payudara ibu dengan cara pengurutan atau massage. Aktivitas ini lebih baik dilakukan pada pagi dan sore sebelum mandi dan diharapkan dapat memberi rangsangan pada kelenjar ASI agar dapat memproduksi ASI dengan baik (Wulandari, 2011). Perawatan payudara dilakukan pada kehamilan trimester III agar payudara dapat berfungsi dengan baik setelah bayi lahir (Sandy DM, 2023). Menurut UNICEF (2018), 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%).

Data demografi kesehatan Indonesia tahun 2022 ditemukan 35% ibu menyusui mengalami bendungan payudara yang diakibatkan sekitar 25% akibat perawatan payudara yang kurang saat hamil (kementerian kesehatan RI, 2022). Disalah satu wilayah di Indonesia tepatnya di kota jambi terdapat 42,1% yang tidak melakukan perawatan payudara saat hamil karena memiliki motivasi rendah yang dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri responden yaitu kurangnya pengetahuan ibu mengenai perawatan payudara, selain itu pengalaman ibu yang belum pernah hamil juga dapat mempengaruhi untuk melakukan perawatan payudara (Arifarami, 2018). Salah satu wilayah di NTB yaitu di kabupaten Bima khususnya di wilayah Puskesmas Woha didapatkan jumlah ibu hamil 3 bulan terakhir sebanyak 200 orang, jumlah ibu hamil trimester I sebanyak 80 orang, ibu hamil trimester II sebanyak 66 orang, dan jumlah ibu hamil trimester III sebanyak 54 orang. Menurut keterangan 10 Ibu hamil yang ada di wilayah kerja Puskesmas Woha kabupaten Bima mengatakan bahwa mereka tidak melakukan perawatan payudara selama hamil, hanya di usap saja menggunakan tisu yang sudah dibasuh dengan air mineral dan belum pernah diajarkan secara langsung

bagaimana cara melakukan perawatan payudara yang benar dan teratur karena selama ini mereka hanya diberikan lembar (leaflet)

## Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode *pre-Experimental Design* dengan rancangan penelitian *one group pretest-posttest desain*, populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester III yang ada di wilayah kerja puskesmas Woha kabupaten Bima. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 40 orang yang ditentukan menggunakan teknik *accidental sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Analisa data menggunakan uji *Paired sampel t-test*.

## Hasil

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan motivasi sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara.

NO	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	Kuat	2	5%
2	Sedang	15	37,5%
3	Lemah	23	57,5%
Total		40	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa motivasi ibu hamil trimester III sebagian besar lemah sebanyak 23 responden (57,5%), motivasi sedang sebanyak 15 responden (37,5%) dan terendah yaitu motivasi kuat 2 responden (5%).

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan motivasi responden sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara.

NO	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)	Sig. (2-tailed)
1	Kuat	22	55%	0.000
2	Sedang	13	32,5%	
3	Lemah	5	12,5%	
Total		40	100%	

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa tingkat motivasi ibu hamil trimester III setelah diberikan pendidikan kesehatan yaitu tingkat motivasi kuat sebanyak 22 orang (55%), motivasi sedang sebanyak 13 responden (32,5%) dan tingkat motivasi lemah sebanyak 5 responden (12,5%).

	Mean	N	SD	SE Mean
Pretest	38.05	40	9.951	1.573
posttest	55.72	40	14.688	2.322

	Mean	SD	SE Mean	Sig.(2-tailed)
Pretest	-17.675	16.479	2.606	.000
Posttest				

Hasil uji paired sampel t-test menunjukkan, signifikan (p) 0,000 dimana nilai p value kurang dari 0,05 maka dapat disimpulkan  $H_a$  diterima  $H_0$  ditolak, artinya ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja puskesmas woha kabupaten Bima.

## Pembahasan

Dari hasil penelitian mengenai tingkat motivasi responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan dapat diketahui bahwa responden memiliki tingkat motivasi sebagian besar lemah sebanyak 23 responden (57,5%), menurut Handoko (1998) faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi faktor fisik, faktor proses mental, faktor herediter, keinginan dalam diri sendiri, kematangan usia. Faktor eksternal meliputi faktor lingkungan, dukungan sosial, media.

Tingkat pendidikan memiliki pengaruh terhadap motivasi seseorang. Orang yang tingkat pendidikannya tinggi biasanya akan memiliki banyak pengetahuan tentang kesehatan. Dengan adanya pengetahuan tersebut orang akan memiliki kesadaran dalam menjaga kesehatannya. Pengetahuan bisa diperoleh melalui promosi Kesehatan, salah satunya pendidikan kesehatan. Hal ini sejalan dengan pandangan YB Mantra yang dikutip Notoatmodjo, pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam

memotivasi untuk sikap berperan serta dalam pembangunan pola hidup sehat, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi (Wawan dan Dewi, 2010).

Hasil penelitian setelah diberikan pendidikan kesehatan, motivasi ibu hamil trimester III di wilayah kerja puskesmas Woha kabupaten Bima pada tahun 2025 tentang perawatan payudara sebagian besar motivasi kuat sebanyak 22 responden (55%). Pemberian pendidikan kesehatan dilakukan dengan metode demonstrasi dan ceramah serta menggunakan media leaflet. Adanya perubahan tingkat motivasi setelah diberikan pendidikan kesehatan yaitu dari motivasi lemah menjadi motivasi kuat, maka dari itu perlunya upaya dari petugas kesehatan untuk meningkatkan kegiatan pendidikan kesehatan dengan menggunakan metode demonstrasi disertai dengan metode ceramah yang efektif dan meningkatkan motivasi ibu hamil trimester III tentang perawatan payudara.

Metode ceramah adalah metode pembelajaran yang sudah lama digunakan. Ceramah digunakan untuk menyampaikan ide, gagasan, informasi baru terhadap sasaran yang diinginkan. Ceramah mengandalkan penuturan dari pengajaran/pembicara dan tidak banyak berharap atas respon dari para pesertanya, ceramah lebih cenderung pasif dan searah. Keuntungan digunakan ceramah sebagai metode dalam pembelajaran diantaranya; peserta mudah dikuasai, jumlah peserta bisa besar. Metode demonstrasi yang melibatkan indra penglihatan, indra penglihatan, indra penciuman dan indra peraba. Demonstrasi berarti memperagakan suatu kejadian dengan bantuan alat dan media untuk mempermudah diterimanya informasi dari pembicara/pengajar. Kelebihan dari metode ini adalah penyampaian lebih jelas, lebih menarik, peserta dapat lebih aktif (Ali, 2010).

Berdasarkan paparan informasi dengan metode ceramah dan demonstrasi serta dengan media leaflet memiliki keefektifan dalam penelitian ini sebagai media penyuluhan kesehatan, serta dapat diterima dengan baik oleh responden. Media ini menawarkan penyuluhan yang lebih menarik. Menurut Ali (2010), metode ceramah sebagai metode pembelajaran yang digunakan menyampaikan ide dan gagasan, metode demonstrasi yang melibatkan indra penglihatan yang membuat penyampaian lebih jelas dan lebih menarik.

Berdasarkan hasil analisa data menunjukan terdapat pengaruh pendidikan

kesehatan metode demonstrasi dan ceramah terhadap tingkat motivasi ibu hamil trimester III di wilayah kerja puskesmas woha kabupaten Bima dengan nilai p valued 0,000 yang berarti ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap motivasi ibu hamil trimester III. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widy, dkk (2020) yang berjudul efektifitas pendidikan kesehatan menggunakan metode demonstrasi terhadap pemahaman remaja putri. Didapatkan hasil penelitian p value 0,000 yang berarti menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan metode demonstrasi efektif digunakan dalam meningkatkan pemahaman remaja putri tentang cara merawat organ kewanitaan. Pendidikan kesehatan dalam arti pendidikan secara umum adalah segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain, baik individu, kelompok, atau masyarakat, sehingga mereka melakukan yang diharapkan pelaku pendidikan atau promosi kesehatan. Hasil yang diharapkan dari suatu promosi atau pendidikan kesehatan adalah perilaku kesehatan, atau perilaku untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan yang kondusif oleh sasaran dari promosi kesehatan (Notoadmojo, 2012).

### Kesimpulan dan Saran

Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap motivasi ibu hamil trimester III dalam melakukan perawatan payudara di wilayah kerja puskesmas Woha kabupaten Bima. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya, dapat digunakan sebagai dasar bagi peneliti selanjutnya dalam mengadakan penelitian kesehatan tentang perawatan payudara.

### Rujukan

- Ali, Z. 2010. *Dasar-Dasar Pendidikan Kesehatan Masyarakat dan Promosi Kesehatan*. Jakarta: Trans info Media.
- Arifarahmi, 2018. Motivation of Pregnant Women About Breasts Care At Public Health Center Putri Ayu. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi* Vol 7. No 2. Hal 172-178.
- Deby Meitia Sandy, 2023. Implementasi Perawatan Payudara pada Ibu Hamil Trimester III dalam Mempersiapkan Proses Menyusui Pasca Persalinan di Wilayah Kerja Puskesmas Bulili Kelurahan Petobo. *Jurnal Kolaboratif Sains* 7.1 (2024): 110-118.
- Handoko, M. 1998. *Motivasi Daya Penggerak Tingkah Laku*, Yogyakarta: Kanisius.
- Kementerian kesehatan RI. 2022. Data Demografi kesehatan ibu menyusui. *Jurnal Femina Kebidanan (FJK)* Vol. 4. No. 1
- Notoatmodjo S. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- UNICEF. 2018. Permasalahan dalam menyusui, *Jurnal kebidanan dan keperawatan*. Vol. 14. No. 1
- Wawan A. dan Dewi, 2010. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Widya A, Titiek I dan Kurnia I.P.S. 2020. Efektifitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Metode Demonstrasi Terhadap Pemahaman Remaja Putri. *Jurnal Keperawatan* 10.1: 9-9.
- Wulandari, D. 2011. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Medika Book.