

EFEKTIFITAS PENYULUHAN METODE DEMONSTRASI BREAST CARE TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN PADA IBU HAMIL

Maryono¹, Bustami², Khairunnisak³

^{1,2,3} Poltekkes Kemenkes Aceh

Email : maryonoakpermbo@gmail.com

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Received : 2-11-2025

Revised : 12-11-2025

Accepted : 22-11-2025

Keywords:

Demonstration Method

Breast Care,

Pregnant Women

Kata Kunci:

Demonstrasi

Breast Care,

Ibu hamil

DOI: 10.62335

ABSTRACT

Global exclusive breastfeeding rates, despite an increase, have not risen significantly enough, with approximately 44% of infants aged 0-6 months worldwide receiving exclusive breastfeeding during the 2015-2020 period, compared to the WHO target of 50%. The low rate of exclusive breastfeeding will have an impact on the quality and life expectancy of future generations. Breast care has a positive effect on increasing breast milk production; therefore, breast care needs to be implemented by pregnant and postpartum mothers. There are various ways to improve breast care skills among pregnant and postpartum women, one of which is through demonstration. This study aims to determine and analyze the effectiveness of demonstration methods in increasing knowledge about breast care among pregnant women. This study used a quasi-experimental design. Data collection was conducted using questionnaires. There were 30 respondents in this study. The results showed that there was an increase in knowledge about breast care from before the demonstration with an average score of 5.8 to 8.37 after the demonstration. The Wilcoxon Signed Ranks Test showed that the p-value was 0.000 ($p < 0.05$). It is recommended that health workers provide health education using the breast care demonstration method to increase the knowledge of pregnant women.

ABSTRAK

Pemberian ASI eksklusif secara global, walaupun telah ada peningkatan, namun angka ini tidak meningkat cukup signifikan, yaitu sekitar 44% bayi usia 0-6 bulan di seluruh dunia yang mendapatkan ASI eksklusif selama periode 2015-2020 dari 50%

target pemberian ASI eksklusif menurut WHO. Masih rendahnya pemberian ASI eksklusif akan berdampak pada kualitas dan daya hidup generasi penerus. Perawatan payudara mempunyai pengaruh yang positif terhadap peningkatan jumlah ASI oleh karena itu perawatan payudara perlu diterapkan oleh ibu hamil dan post partum. Untuk meningkatkan kemampuan perawatan payudara oleh ibu hamil dan *post partum* dapat dilakukan dengan berbagai cara, salah satunya dengan metode demonstrasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis efektifitas penyuluhan metode demonstrasi terhadap peningkatan pengetahuan tentang *breast care* pada ibu hamil. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasi experiment* atau eksperimen semu. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan kuesioner. Responden dalam penelitian ini berjumlah 30 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan tentang *breast care* dari sebelum demonstrasi dengan nilai rata-rata 5,8 menjadi 8,37 setelah dilakukan demonstrasi. Hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan bahwa nilai $p=0,000$ ($p<0,05$). Disarankan kepada tenaga kesehatan untuk memberikan penyuluhan kesehatan dengan metode demonstrasi *breast care* untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil.

PENDAHULUAN

Dua tahun pertama kehidupan seorang anak sangat penting, karena nutrisi yang optimal selama periode ini menurunkan morbiditas dan mortalitas, mengurangi risiko penyakit kronis, dan mendorong perkembangan yang lebih baik secara keseluruhan. Kelancaran proses laktasi atau produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh perawatan payudara, frekuensi penyusuan, kejiwaan ibu, kesehatan ibu, dan kontrasepsi (Umarianti, 2018).

Pada tahun 2020 WHO kembali memaparkan data berupa angka pemberian ASI eksklusif secara global, walaupun telah ada peningkatan, namun angka ini tidak meningkat cukup signifikan, yaitu sekitar 44% bayi usia 0-6 bulan di seluruh dunia yang mendapatkan ASI eksklusif selama periode 2015-2020 dari 50% target pemberian ASI eksklusif menurut WHO. Masih rendahnya pemberian ASI eksklusif akan berdampak pada kualitas dan daya hidup generasi penerus. Secara global pada tahun 2019, 144 juta balita diperkirakan stunting, 47 juta diperkirakan kurus dan 38,3 juta mengalami kelebihan berat badan atau obesitas (WHO, 2020).

Berdasarkan hasil Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) 2023, Proporsi ASI Eksklusif 6 bulan (usia 6 – 23 bulan) secara nasional sebesar 55,5%. Provinsi dengan proporsi tertinggi adalah Provinsi DI Jogjakarta (71,4%), NTB (68,7%), dan Jambi (68,2%). Provinsi dengan proporsi terendah adalah Papua Selatan (33,4%), Papua Barat (35,9%) dan Gorontalo (37,6%). Data dari Dinas kesehatan Aceh menunjukkan bahwa capaian ASI eksklusif di Aceh cenderung masih rendah dan di bawah target nasional 80%, dengan data bervariasi di berbagai tahun seperti 40% (2022) atau 66,6% (2021), meskipun ada upaya peningkatan seperti pembentukan komunitas relaktasi; hambatan utamanya adalah pengetahuan rendah, dukungan keluarga minim, promosi susu formula, dan faktor sosial budaya (Dinkes Aceh, 2023). Sementara itu berdasarkan data dari Dinkes Aceh Barat Daya, dari tahun 2020 sampai

2022 cenderung meningkat yaitu 52%, 68% dan 71%, namun belum mencapai standar nasional yaitu 80%.

Menyusui merupakan suatu proses alamiah. Perawatan payudara merupakan suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa kehamilan usia 7-9 bulan (trimester II dan III) dan ibu menyusui untuk memperlancar pengeluaran ASI (Setyaningsih R, dkk 2020). Informasi tentang perawatan payudara pada ibu hamil sangat diperlukan untuk merawat payudara agar tetap bersih, memperlancar sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI. Akibat dari kurangnya informasi tentang perawatan payudara yaitu produksi ASI sedikit dan tidak lancar sehingga tidak cukup dikonsumsi bayi dan terjadi infeksi pada payudara seperti mastitis, putting susu lecet, dan bendungan ASI (Putri MRT, dkk 2022).

Hasil survey awal dalam bentuk wawancara di Desa Geulumpang Payong Kecamatan Blang Pidie dengan 10 ibu hamil, 2 orang (20%) diantaranya mengatakan belum tampak adanya produksi ASI, dan 1 orang ibu mengalami puting masuk kedalam. Tujuh orang (70%) diantaranya mengatakan tidak mengetahui cara melakukan perawatan payudara, dan apabila ada masalah dengan kelancaran ASI mereka mengatakan hanya mengandalkan susu formula tanpa berupaya melakukan perawatan payudara dengan benar untuk meningkatkan produksi ASI.

Untuk mengatasi masalah ini perlu adanya penyuluhan kesehatan yang diberikan kepada ibu hamil khususnya tentang *breast care*. Namun metode yang diterapkan dalam penyuluhan tersebut harus disesuaikan dengan keadaan ibu hamil itu sendiri. Adapun metode yang digunakan dalam penyuluhan yaitu demonstrasi. Metode demonstrasi ini digunakan karena lebih memudahkan ibu hamil dalam melakukan praktik tentang *breast care* yang didampingi oleh tenaga kesehatan langsung. Sehingga ibu hamil lebih mudah memahaminya dan melakukan praktiknya pada saat perawatan *breast care*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini ialah penelitian deskriptif kuantitatif dengan jenis design *pre-exsperimental* menggunakan model *One group pretest-postest*. Populasi adalah seluruh seluruh ibu hamil yang tinggal di desa Geulumpang Payong Kecamatan Blang Pidie yang berjumlah 30 orang. Instrument penelitian yaitu kuesioner pengetahuan tentang *breast care*. Analisa data menggunakan uji *wilcoxon signed ranks test* dengan menggunakan program SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Karakteristik Responden

Karakteristik responden terdiri dari umur, pendidikan, dan pekerjaan. Adapun hasil uji pada setiap karakteristik pada penelitian sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik di Desa Geulumpang Payong Kecamatan Blang Pidie

No	Kategori	Frekuensi (n)	Persen (%)
Umur			
1	20-30 tahun	27	90
2	31-45 tahun	3	10

	Jumlah	30	100
	Pendidikan		
1	S1	5	16,7
2	SMA	23	76,6
3	SMP	2	6,7
	Jumlah	30	100
	Pekerjaan		
1	PNS	4	13,3
2	Swasta	2	6,7
3	IRT	24	80
	Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa kebanyakan responden berusia antara 20-30 tahun yaitu sebanyak 27 orang (90%), berlatar belakang pendidikan SMA yaitu sebanyak 23 orang (76,6%), dan bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 24 orang (80%).

b. Pengetahuan

Pengetahuan dikategorikan menjadi tiga kategori yaitu baik, cukup dan kurang. Dikategorikan baik bila nilai yang diperoleh antara 8-10, cukup bila nilai yang diperoleh antara 6-7, dan kurang bila nilai yang diperoleh antara 0-5. Hasil pengukuran pengetahuan sebelum tindakan (*pretest*) dan sesudah tindakan (*posttest*) dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Pengetahuan Sebelum (*Pretest*) dan Sesudah (*Postest*) Intervensi di Desa Geulumpang Payong Kecamatan Blang Pidie

No	Kategori Pengetahuan	Pretest		Postest	
		Frekuensi (n)	Persen (%)	Frekuensi (n)	Persen (%)
1	Baik	5	16,6	24	80
2	Cukup	14	46,7	6	20
3	Kurang	11	36,7	0	0
	Jumlah	30	100	30	100

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa sebelum intervensi dilakukan kebanyakan responden memiliki pengetahuan pada kategori cukup yaitu sebanyak 14 orang (46,7%), dan hanya 5 orang (16,6%) yang berada pada kategori baik. Sedangkan setelah diberikan intervensi kebanyakan responden memiliki pengetahuan pada kategori baik yaitu sebanyak 24 orang (80%), dan tidak ada yang memiliki pengetahuan kurang.

Penelitian serupa yang dilakukan oleh Harahap, dkk (2025) juga menemukan bahwa sebelum diberikan demonstrasi tentang perawatan payudara, sebagian besar ibu hamil (80%) tidak terampil dalam melakukan perawatan payudara, dan setelah intervensi penyuluhan dilakukan, seluruh responden menunjukkan keterampilan perawatan payudara yang masuk dalam kategori baik

c. Efektifitas Penyuluhan Metode Demonstrasi terhadap Pengetahuan

Sebelum melakukan uji statistik terhadap variabel, maka dilakukan terlebih dahulu uji normalitas data untuk memilih uji statistik yang sesuai. Hasil uji normalitas data dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3 Hasil Uji Normalitas Data

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Nilai Pretest	.187	30	.009	.915	30	.020
Nilai Posttest	.215	30	.001	.882	30	.003

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi untuk nilai pretest adalah 0,020 ($p < 0,05$), dan nilai signifikansi nilai posttest adalah 0,009 ($p < 0,05$). Analisa bivariat dalam penelitian ini dilakukan dengan membandingkan nilai pretest dan post test. Uji perbedaan dilakukan dengan metode non parametrik *Wilcoxon Signed Ranks Test*.

Efektifitas penyuluhan metode demonstrasi terhadap pengetahuan dikatakan bermakna bila nilai p value lebih kecil dari 0,05. Hasil analisis dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4 Efektifitas Penyuluhan Metode Demonstrasi terhadap Pengetahuan

	n	mean	Z	p-value
Nilai Posttest < Nilai Pretest	0	0	4,830	0,000
Nilai Posttest > Nilai Pretest	30	15,5		
Nilai Posttest = Nilai Pretest	0			

Tabel di atas menunjukkan bahwa dari 30 responden yang mengikuti demonstrasi breast care, seluruhnya mengalami peningkatan pengetahuan (100%). Hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan bahwa nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Keputusan yang diambil adalah dengan menerima H_a , artinya terdapat efektifitas penyuluhan metode demonstrasi *breast care* terhadap peningkatan pengetahuan pada ibu hamil di desa Geulumpang Payong Kecamatan Blang Pidie Kabupaten Aceh Barat Daya.

Penelitian ini selaras dengan Hamidiyanti, dkk (2024) yang menunjukkan ada peningkatan keterampilan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan demonstrasi perawatan payudara terhadap keterampilan ibu hamil dengan nilai $p = 0,000$. Metode demonstrasi dengan menggunakan peraga phantom pada perawatan payudara ibu hamil dinilai lebih efektif karena responden menerima informasi tidak hanya dari satu indera saja melainkan menggunakan beberapa indra observasi, khususnya tahap melihat melalui mata, tahap mendengarkan. melalui telinga, dan dapat pula diamalkan secara langsung. Demonstrasi ini berhasil karena adanya umpan balik dari ibu hamil, karena cenderung tidak malu dalam bertanya jika ada yang tidak di mengerti

Metode demonstrasi dalam melakukan perawatan payudara pada ibu hamil dinilai lebih efektif karena responden mendapatkan suatu informasi tidak hanya dengan satu Indera namun menggunakan lebih dari satu inderanya, yaitu tahapan melihat melalui mata,

tahapan mendengar melalui telinga dan sekaligus bisa langsung mempraktekkan terlebih dahulu. Selain itu demonstrasi ini berhasil karena umpan balik atau respon dari ibu hamil lebih banyak karena mereka diberikan demonstrasi secara privat, sehingga cenderung tidak malu bertanya dengan responden lain apabila tidak mengerti (Wulandari & Ulfa, 2020).

Faktor lain yang mendukung keberhasilan metode demonstrasi adalah jumlah responden yang diajar dalam satu ruangan merupakan aspek penting yang bisa mempengaruhi proses pembelajaran demonstrasi. Jumlah responden yang terlalu banyak akan kurang efektif untuk mencapai tujuan pembelajaran. Selain itu hubungan antara orang yang terlibat dalam lingkungan masyarakat juga sangat berpengaruh terhadap proses demonstrasi, misalnya iklim social antara ibu hamil dengan ibu hamil, antara ibu hamil dengan pendemonstrasi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kesimpulan dalam penelitian ini bahwa terjadi peningkatan pengetahuan tentang *breast care* dari sebelum demonstrasi dengan nilai rata-rata 5,8 dan setelah dilakukan demonstrasi nilai rata-rata menjadi 8,37. Hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan bahwa nilai $p=0,000$ ($p<0,05$).

DAFTAR PUSTAKA

- Dinkes Aceh, (2023). Persentase Cakupan Bayi Diberi ASI Eksklusif. Open Data. <https://data.acehprov.go.id/id/dataset/cakupan-bayi-diberi-asi-eksklusif>
- Hamidiyanti, B.Y.F., Pratiwi, I.G., Sulianty, A., Suseno, MR.,, Faiqah, S.,(2024). Perbandingan Metode Demonstrasi dan Video Terhadap Keterampilan Perawatan Payudara Ibu Hamil Trimester III. *Midwifery Care Journal*. 5(2), 43-49
- Harahap, H.P., Nurhamaton, Agustina, W., Gusayza, S., (2025). Peningkatan Keterampilan Perawatan Payudara Melalui Penyuluhan Kombinasi Studi Pada Ibu Hamil. *JUBIDA*, 4(1), 1-11
- Haryati, H., Saida, S., Sukurni, S., & Alifariki, L. O. (2022). Health Counseling on Breast Care for Pregnant Women at the Maternal and Child Health Polyclinic Aliyah 2 Kendari. *Mattawang: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. <https://doi.org/10.35877/454ri.mattawang1187>.
- Kemendes RI, (2023). Hasil Utama Survey Kesehatan Indonesia tahun 2023.
- Mertasari & Sugandini, (2023). Asuhan Masa Nifas Dan Menyusui. Pt. Rajagrafindo Persada-Rajawali Pers
- Natarajan, J., Joseph, M. A., Al Shibli, Z. S., Al Hajji, S. S., Al Hanawi, D. K., Al Kharusi, A. N., & Al Maqbali, I. M. (2022). Effectiveness of an Interactive Educational Video on Knowledge, Skill and Satisfaction of Nursing Students. *Sultan Qaboos University Medical Journal*. <https://doi.org/10.18295/squmj.2.2022.013>
- Putri MRT & Eka,D (2022) Efektivitas Pemberian Pendidikan Kesehatan Persiapan Laktasi Terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil Trimester III. Universitas Kusuma Husada Surakarta.
- Setyaningsih, R., Ernawati, H., Rahayu, Yd., (2020). Efektifitas Teknik Breast Care Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Dengan Seksio Sesarea . *Health Sciences Journal*, 4(1), 75-89

- Suseno, M.R & Putri, M.S.D (2021). Pengaruh Metode Demonstrasi Terhadap Keterampilan Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas Di Kelurahan Karang Pule. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 10(1), 31-37
- Umarianti, (2018). Seminar nasional hasil penelitian (snhp)-vii lembaga penelitian dan pengabdian kepada masyarakat universitas PGRI Semarang Semarang. *Seminar Nasional Hasil Penelitian (SNPH)-VII LPPKM*, 430–437.
- WHO, (2020). Infant and Young Child Feeding. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/infant-and-young-child-feeding>
- Wulandari, D & Ulfa, R.F, (2020). Metode Demontrasi Terhadap Ketrampilan Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Bidan Pintar*, 1(1), 58-64