



Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perawatan Payudara Serta Teknik Menyusui Sebelum Dan Sesudah Penyuluhan Di Puskesmas Muara Satu

Description Of Pregnant Women's Knowledge About Breast Care And Breastfeeding Techniques Before And After Counseling At Muara Satu Health Center

Siti Khadijah^{1*}, Iskandar Albin², Teuku Yudhi Iqbal³

¹Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh, Indonesia

^{2,3}Departemen Obstetri dan Ginekologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh

e-mail: ¹siti.200610035@mhs.unimal.ac.id, ²iskandar.albin@unimal.ac.id,

³dr.teukuyudhi@unimal.ac.id

ABSTRACT

Breast care during pregnancy is a treatment given to the breast as a preparation for breastfeeding for the baby to suck breast milk and prevent problems during the breastfeeding process. The purpose of this study is to determine the knowledge level of pregnant women on breast care and correct breastfeeding techniques before and after counseling at Muara Satu Health Care Center. The research method that was used was a quantitative quasi-experimental-type experimental study on 90 pregnant women. The sample for this study was taken using a simple random sampling technique. The measurements were made using knowledge questionnaires before and after counseling. The results showed that the majority of the respondent's knowledge before being given counseling about breast care was in a good category for as many as 49 people (54.4%). Knowledge before counseling about breastfeeding techniques was in a good category of 73 people (81.1%). The majority of respondents with good knowledge were mothers with an age range of 25–35 years with secondary education (SMA), non-working mothers, and multiparous mothers who have 2-4 children. After being given counseling on breast care, the knowledge level of the respondents was also still in a good category and increased to 89 people (98.9%). After being given counseling on breastfeeding techniques, the respondent's knowledge was also still in a good category and increased to 90 people (100%). So, the conclusion of this study is the knowledge of pregnant women about breast care and breastfeeding techniques before and after counseling is in a good category.

Keywords : Breast care; breastfeeding techniques; knowledge; counseling

PUBLISHED BY :

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Parepare

Address :

Jl. Jend. Ahmad Yani Km. 6, Lembah Harapan

Kota Parepare, Sulawesi Selatan.

Email :

jurnalmakes@gmail.com

Phone :

+62 853 3520 4999

Article history :

Submitted 12 Maret 2025

Accepted 22 Juli 2025

Published 20 September 2025



ABSTRAK

Perawatan payudara saat kehamilan adalah perlakuan yang diberikan pada payudara sebagai persiapan menyusui agar memudahkan bayi dalam menghisap ASI serta mencegah permasalahan selama proses menyusui. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan ibu hamil terhadap perawatan payudara serta teknik menyusui yang benar sebelum dan sesudah penyuluhan di Puskesmas Muara Satu. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen jenis quasi eksperimental kuantitatif terhadap 90 ibu hamil. Sampel penelitian ini diambil dengan teknik simple random sampling. Pengukuran dilakukan dengan menggunakan kuesioner pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas pengetahuan responden sebelum diberikan penyuluhan mengenai perawatan payudara adalah kategori baik sebanyak 49 orang (54.4%). Pengetahuan sebelum penyuluhan mengenai teknik menyusui adalah kategori baik sebanyak 73 orang (81.1%). Mayoritas responden dengan pengetahuan baik adalah ibu dengan rentang usia 25-35 tahun, berpendidikan menengah (SMA), Ibu yang tidak bekerja dan ibu multipara yang memiliki (2-4 anak). Setelah diberikan penyuluhan mengenai perawatan payudara tingkat pengetahuan responden juga masih dalam kategori baik dan meningkat menjadi 89 orang (98.9%) sedangkan setelah diberikan penyuluhan mengenai teknik menyusui pengetahuan responden juga masih dalam kategori baik dan meningkat menjadi 90 orang (100%). Maka kesimpulan dari penelitian ini adalah pengetahuan ibu hamil mengenai perawatan payudara dan teknik menyusui sebelum maupun sesudah penyuluhan sudah dalam kategori baik.

Kata kunci : Perawatan payudara; teknik menyusui; pengetahuan; penyuluhan

PENDAHULUAN

ASI Eksklusif memiliki kemampuan kognitif yang cenderung lebih baik serta memiliki resiko yang lebih rendah untuk mengalami stunting, *overweight*/obesitas serta penyakit tidak menular pada saat dewasa.¹ Menurut UU NO.33/2012 pasal 1 tentang pemberian ASI Eksklusif menyatakan bahwa : “*Air Susu Ibu (ASI) merupakan cairan hasil sekresi kelenjar payudara ibu. Air Susu Eksklusif (ASI Eksklusif) adalah ASI yang diberikan pada bayi sejak dilahirkan sampai berusia 6 bulan tanpa menambahkan atau mengganti dengan makanan atau minuman lainnya*”.²

Lapangan hukum pidana di Indonesia juga ikut memberikan peran sebagai tujuan untuk memberikan jaminan atas pelaksanaan pemberian ASI. Hal ini terdapat dalam pasal 200 UU NO.36/2009 Tentang kesehatan yang menyatakan : “*Setiap orang yang dengan sengaja menghalangi program pemberian air susu ibu eksklusif sebagaimana dimaksud dalam Pasal 128 ayat (2) dipidana paling lama 1 (satu) tahun dan denda paling banyak Rp 100.000.000 (seratus juta rupiah)*” pasal ini memberikan jaminan dengan cara mengancam sanksi pidana bagi siapa saja yang dengan sengaja menghalangi program pemberian ASI.²

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2017 menyatakan bahwa angka pemberian ASI Eksklusif pada bayi berusia <6 bulan hanya sebesar 38%, WHO menargetkan pada tahun 2025 angka ini dapat meningkat setidaknya 50%.³ Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) pada tahun 2022 capaian bayi berusia < 6 bulan yang mendapatkan ASI Eksklusif adalah 67,96 %. Capaian ini sudah memenuhi angka dari target nasional yaitu sebesar 50% dengan capaian tertinggi berada di provinsi Yogyakarta (147,91%) dan capaian terendah berada di provinsi Aceh yaitu (18,29%).⁴ Menurut data dari Dinas Kesehatan (Dinkes) Kota Lhokseumawe, cakupan pemberian ASI

Eksklusif pada bayi <6 bulan pada tahun 2022 adalah 89,0% dengan persentase tertinggi berada di wilayah kerja Puskesmas Kandang (97,0%) dan terendah berada di wilayah kerja Puskesmas Muara Satu yaitu (80.0%).

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan dalam pemberian ASI Eksklusif pada bayi diantaranya adalah usia ibu, tingkat pendidikan ibu, pekerjaan serta jumlah paritas ibu yang dapat menyebabkan rendah atau tingginya pengetahuan ibu terhadap persiapan dalam memberikan ASI Eksklusif seperti melakukan perawatan payudara serta penerapan dari teknik menyusui yang benar sejak masa kehamilan.⁵ Perawatan payudara pada saat kehamilan adalah perlakuan yang diberikan pada payudara sebagai persiapan dalam menyusui agar memudahkan bayi dalam menghisap ASI serta mencegah gangguan yang dapat terjadi pada payudara selama menyusui. Adapun beberapa dampak negatif yang disebabkan karena tidak melakukan perawatan payudara selama masa kehamilan adalah payudara akan tampak kotor, puting payudara yang tidak menonjol, puting menjadi bengkak dan juga lecet sehingga proses menyusui juga tidak dapat berjalan dengan baik dan mengganggu dari keberhasilan ASI Eksklusif.^{6,7,8}

Selain hal tersebut, pengetahuan dan kemampuan ibu dalam melakukan teknik menyusui dengan tepat juga dapat mendukung dari keberhasilan ASI Eksklusif. Teknik menyusui adalah gabungan dari pelekatan posisi dan menyusui.⁹ Adapun dampak negatif yang dapat terjadi akibat kesalahan dalam melakukan teknik menyusui yaitu payudara ibu akan mudah lecet dan nyeri sehingga ibu akan enggan untuk menyusui. Akibatnya, payudara akan mengalami pembengkakan dan produksi ASI juga akan semakin berkurang. Hal ini akan membuat bayi tidak lagi menyusu dengan baik dan mengganggu dari keberhasilan ASI Eksklusif.¹⁰

Maka berdasarkan pemaparan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk mengambil judul mengenai “Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Terhadap Perawatan Payudara serta Teknik Menyusui Yang Benar Sebelum dan Sesudah Penyuluhan di Puskesmas Muara Satu”

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan metode *Quasi experimental kuantitatif* dengan desain *one group pretest-posttest*. Rancangan ini dipilih untuk membandingkan hasil *pretest* sebelum dilakukan perlakuan dengan *posttest* setelah diberikan perlakuan. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil Trimester I– III yang terdapat di wilayah kerja Puskesmas Muara Satu Kota Lhokseumawe dengan jumlah 815 orang pada bulan Januari sampai Desember tahun 2022. Sampel pada penelitian ini adalah ibu hamil pada trimester I–III yang terdapat di wilayah kerja Puskesmas Muara Satu Kota Lhokseumawe dan memenuhi Kriteria Inklusi dan Eksklusi untuk dijadikan sampel penelitian. Kriteria inklusi yaitu ibu hamil yang memeriksakan kehamilan di Puskesmas Muara Satu. Ibu hamil yang mengikuti kegiatan posyandu yang diadakan oleh Puskesmas. Kriteria eksklusi berupa ibu hamil yang tidak mengisi kuesioner dengan lengkap. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampel acak sederhana (*simple random sampling*). Analisis data ini dilakukan bertujuan untuk

mengetahui distribusi frekuensi dari variabel-variabel yang diteliti baik variabel dependen maupun variabel independen.

HASIL

Gambaran Karakteristik responden

Tabel 1. Gambaran Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Usia Ibu Hamil		
<20 tahun	1	1.1
20 – 35 tahun	80	88.9
>35 tahun	9	10.0
Pendidikan Ibu Hamil		
Pendidikan Dasar (SD dan SMP)	9	10.0
Pendidikan Menengah (SMA)	57	63.3
Pendidikan Tinggi (di atas SMA)	24	26.7
Pekerjaan Ibu Hamil		
Bekerja	10	11.1
Tidak Bekerja	80	88.9
Paritas		
Nulipara (belum pernah melahirkan)	29	32.2
Primipara (1 anak)	26	28.9
Multipara (2-4 anak)	34	37.8
Grande Multipara (>4 anak)	1	1.1
Total	90	100

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 1. diatas menunjukkan bahwa dari 90 responden didapatkan distribusi usia ibu hamil terbanyak adalah usia 20-35 tahun (88,9%). Distribusi pendidikan terakhir ibu hamil terbanyak ialah pendidikan menengah (SMA) (57%). Distribusi pekerjaan ibu hamil terbanyak adalah tidak bekerja (88.9%). Distribusi paritas atau jumlah anak yang dilahirkan ibu ialah multipara (2-4 anak) (37.8%).

Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil di Wilayah Puskesmas Muara Satu Sebelum Pemberian Penyuluhan Perawatan Payudara

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden Terhadap Perawatan Payudara Saat *Pretest*

Kategori	Pretest Perawatan Payudara	
	n	%
Baik	49	54.4
Cukup	23	25.6
Kurang	18	20.0
Total	90	100

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 2. distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil saat *pretest* mengenai perawatan payudara paling banyak ialah kategori baik sebanyak 49 ibu (54.4%).

Gambaran tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai perawatan payudara disajikan dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 3. Gambaran Pengetahuan Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan, Pekerjaan, Paritas Terhadap Perawatan Payudara Saat *Pretest*

Usia	Kategori Tingkat Pengetahuan							
	Baik		Cukup		Kurang		Total	
	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)
<20 tahun	1	2.0	0	0.0	0	0.0	1	1.1
20-35 tahun	41	83.7	21	91.3	18	100.0	80	88.9
>35 tahun	7	14.3	2	8.7	0	0.0	9	10.0
Total	49	100	23	100	18	100	90	100
Pendidikan Dasar (SD dan SMP)	3	6.1	3	13.0	3	16.7	9	10.0
Pendidikan Menengah (SMA)	30	61.2	15	65.2	12	66.7	57	63.3
Pendidikan Tinggi (Di atas SMA)	16	32.7	5	21.7	3	16.7	24	26.7
Total	49	100	23	100	18	100	90	100
Bekerja	5	10.2	2	8.7	3	16.7	10	11.1
Tidak Bekerja	44	89.8	21	91.3	15	83.3	80	88.9
Total	49	100	23	100	18	100	90	100
Nulipara	13	26.5	8	34.8	8	44.4	29	32.2
Primipara	17	34.7	5	21.7	4	22.2	26	28.9
Multipara	19	38.8	10	43.5	5	27.8	34	37.8
Grande Multipara	0	0.0	0	0.0	1	5.6	1	1.1
Total	49	100	23	100	18	100	90	100

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 3. distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil berdasarkan usia didapatkan bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan pada kategori baik adalah responden dengan rentang usia 20-35 tahun yaitu sebanyak 41 responden (83.7%). Tingkat pengetahuan ibu hamil berdasarkan tingkat pendidikan terakhir didapatkan bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik adalah responden dengan tingkat pendidikan menengah (SMA) yaitu sebanyak 30 responden (61.2%). Distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil berdasarkan pekerjaan didapatkan bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik adalah responden yang tidak bekerja yaitu sebanyak 44 responden (89.8%) dari total 49 responden dengan kategori baik. Distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil berdasarkan paritas atau jumlah anak yang dilahirkan didapatkan bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik adalah multipara (ibu yang memiliki 2-4 anak) yaitu sebanyak 19 responden (38.8%) dari 49 total responden dengan kategori baik.

Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil di Wilayah Puskesmas Muara Satu Sebelum Pemberian Penyuluhan Teknik Menyusui

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden Terhadap Teknik Menyusui Saat *Pretest*

Kategori	Pretest teknik menyusui	
	n	%
Baik	73	81.1
Cukup	14	15.6
Kurang	3	3.3
Total	90	100

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 4. distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil saat pretest mengenai teknik menyusui paling banyak ialah kategori baik sebanyak 73 ibu (81.1%) dan paling sedikit ialah kategori kurang yaitu sebanyak 3 ibu (3.3%).

Tabel 5. Gambaran Pengetahuan Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan, Pekerjaan, Paritas Terhadap Teknik Menyusui Saat *Pretest*

Usia	Kategori Tingkat Pengetahuan							
	Baik		Cukup		Kurang		Total	
	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)
<20 tahun	1	1.4	0	0.0	0	1.1	1	1.1
20-35 tahun	63	86.3	14	100.0	3	88.9	80	88.9
>35 tahun	9	12.3	0	0.0	0	10.0	9	10.0
Total	73	100	14	100	3	100	90	100
Pendidikan Dasar (SD dan SMP)	4	5.5	4	28.6	1	33.3	9	10.0
Pendidikan Menengah (SMA)	46	63.0	9	64.3	2	66.7	57	63.3
Pendidikan Tinggi (Diatas SMA)	23	31.5	1	7.1	0	0.0	24	26.7
Total	73	100	14	100	3	100	90	100
Bekerja	8	11.0	2	14.3	0	0.0	10	11.1
Tidak Bekerja	65	89.0	12	85.7	3	100.0	80	88.9
Total	73	100	14	100	3	100	90	100
Nulipara	22	30.1	6	42.9	1	33.3	29	32.2
Primipara	24	32.9	1	7.1	1	33.3	26	28.9
Multipara	27	37.0	6	42.9	1	33.3	34	37.8
Grande Multipara	0	0.0	1	7.1	0	0.0	1	1.1
Total	73	100	14	100	3	100	90	100

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 5. distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil berdasarkan usia didapatkan bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan pada kategori baik adalah responden dengan rentang usia 20-35 tahun yaitu sebanyak 63 responden (86.3%). Tingkat pendidikan terakhir didapatkan bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik adalah responden dengan tingkat pendidikan Menengah (SMA) yaitu sebanyak 46 responden (63.0%). Distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil berdasarkan pekerjaan didapatkan bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik adalah responden yang tidak bekerja yaitu sebanyak 65 responden (89.0%) dari total 73 responden dengan kategori baik. Distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil berdasarkan paritas atau jumlah anak yang dilahirkan didapatkan bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik adalah multipara (ibu yang memiliki 2-4 anak) yaitu sebanyak 27 responden (37.0%) dari 73 total responden dengan kategori baik.

Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil di Wilayah Puskesmas Muara Satu Sesudah Pemberian Penyuluhan Perawatan Payudara

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden Terhadap Perawatan Payudara Saat *Posttest*

Kategori	Posttest perawatan payudara
----------	-----------------------------

	n	%
Baik	89	98.9
Cukup	1	1.1
Kurang	0	0
Total	90	100

Sumber : Data Primer,2023

Berdasarkan tabel 6. distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil saat posttest mengenai perawatan payudara paling banyak ialah kategori baik yaitu sebanyak 89 ibu hamil (98.9%).

Tabel 7. Gambaran Pengetahuan Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan, Pekerjaan, Paritas Terhadap Perawatan Payudara Saat *Posttest*

Usia	Kategori Tingkat Pengetahuan							
	Baik		Cukup		Kurang		Total	
	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)
<20 tahun	1	1.1	0	0.0	0	0.0	1	1.1
20-35 tahun	79	88.8	1	100	0	0.0	80	88.9
>35 tahun	9	10.1	0	0.0	0	0.0	9	10.0
Total	89	100	1	100	0	0	90	100
Pendidikan								
Dasar (SD dan SMP)	9	10.1	0	0.0	0	00	9	10.0
Pendidikan Menengah (SMA)	57	64.0	0	0.0	0	00	57	63.3
Pendidikan Tinggi (Di atas SMA)	23	25.8	1	100.0	0	00	24	26.7
Total	89	100	1	100	0	0	90	100
Bekerja								
Bekerja	10	11.2	0	0.0	0	00	10	11.1
Tidak Bekerja	79	88.8	1	100.0	0	00	80	88.9
Total	89	100	1	100	0	0	90	100
Nulipara								
Nulipara	29	32.6	0	0.0	0	00	29	32.2
Primipara								
Primipara	25	28.1	1	100.0	0	00	26	28.9
Multipara								
Multipara Grande	34	38.2	0	0.0	0	00	34	37.8
Multipara	1	1.1	0	0.0	0	00	1	1.1
Total	89	100	1	100	0	0	90	100

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 7. distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil berdasarkan usia didapatkan bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan pada kategori baik adalah responden dengan rentang usia 20-35 tahun yaitu sebanyak 79 responden (88.8%). Distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil berdasarkan tingkat pendidikan terakhir didapatkan bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik adalah responden dengan tingkat pendidikan Menengah (SMA) yaitu sebanyak 57 responden (64.0%). Distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil berdasarkan

pekerjaan didapatkan bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik adalah responden yang tidak bekerja yaitu sebanyak 79 responden (88.8%) dari total 89 responden dengan kategori baik. Distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil berdasarkan paritas atau jumlah anak yang dilahirkan didapatkan bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik adalah multipara (ibu yang memiliki 2-4 anak) yaitu sebanyak 34 responden (38.2%) dari 89 total responden dengan kategori baik.

Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil di Wilayah Puskesmas Muara Satu Sesudah Pemberian Penyuluhan di Teknik Menyusui

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden Terhadap Teknik Menyusui Saat *Posttest*

Kategori	Posttest Teknik Menyusui	
	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Baik	90	100
Cukup	0	0
Kurang	0	0
Total	90	100

Sumber : Data Primer,2023

Berdasarkan tabel 8. distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil saat posttest mengenai teknik menyusui paling banyak ialah kategori baik yaitu sebanyak 90 orang ibu hamil (100%).

Tabel 9. Gambaran Pengetahuan Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan, Pekerjaan, Paritas Terhadap Teknik Menyusui Saat *Posttest*

Usia	Kategori Tingkat Pengetahuan							
	Baik		Cukup		Kurang		Total	
	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)
<20 tahun	1	1.1	0	00	0	00	1	1.1
20-35 tahun	80	88.9	0	00	0	00	80	88.9
>35 tahun	9	10.0	0	00	0	00	9	10.0
Total	90	100	0	0	0	0	90	100
Pendidikan Dasar (SD dan SMP)	9	10.0	0	00	0	00	9	10.0
Pendidikan Menengah (SMA)	57	63.3	0	00	0	00	57	63.3
Pendidikan Tinggi (Diatas SMA)	24	26.7	0	00	0	00	24	26.7
Total	90	100	0	0	0	0	90	100
Bekerja	10	11.1	0	00	0	00	10	11.1
Tidak Bekerja	80	88.9	0	00	0	00	80	88.9
Total	90	100	0	0	0	0	90	100
Nulipara	29	32.2	0	00	0	00	29	32.2
Primipara	26	28.9	0	00	0	00	26	28.9
Multipara	34	37.8	0	00	0	00	34	37.8

Grande Multipara	1	1.1	0	00	0	00	1	1.1
Total	90	100	0	0	0	0	90	100

Sumber : Data Primer,2023

Berdasarkan tabel 9. distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil berdasarkan usia didapatkan bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan pada kategori baik adalah responden dengan rentang usia 20-35 tahun yaitu sebanyak 80 responden (88.9%). Distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil berdasarkan tingkat pendidikan terakhir didapatkan bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik adalah responden dengan tingkat pendidikan Menengah (SMA) yaitu sebanyak 57 responden (63.0%). Distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil berdasarkan pekerjaan didapatkan bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik adalah responden yang tidak bekerja yaitu sebanyak 80 responden (88.9 %) dari total 90 responden dengan kategori baik. Distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil berdasarkan paritas atau jumlah anak yang dilahirkan didapatkan bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik adalah multipara (ibu yang memiliki 2-4 anak) yaitu sebanyak 34 responden (37.8%) dari 90 total responden dengan kategori baik.

PEMBAHASAN

Gambaran Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di wilayah Kerja Puskesmas Muara Satu yang terdiri dari 15 posyandu dari 11 desa yaitu Desa Batuphat Barat, Batuphat Timur, Blang Pulo, Blang Mameh, Meria Paloh, Padang Sakti, Cot Trieng, Meunasah Dayah, Paloh Punti, Ujong Pacu, dan Blang Panyang pada bulan Oktober-November 2023 dengan jumlah responden sebanyak 90 ibu hamil menunjukkan bahwa mayoritas responden terbanyak berusia 20-35 tahun. Depkes RI (2000) membagi kelompok wanita dalam masa reproduksi menjadi 3 kelompok, kelompok pertama berusia <20 tahun, kelompok kedua berusia 20-35 tahun dan kelompok ketiga berusia >35 tahun.¹¹ Usia 20-35 tahun merupakan mayoritas responden pada penelitian ini. Usia ini merupakan usia yang paling ideal bagi seorang wanita untuk menjalani proses kehamilan dan persalinan dikarenakan pada usia ini kondisi fisik seorang wanita tergolong masih dalam keadaan prima dan secara psikologi wanita lebih siap untuk merawat dan menjalani kehamilannya secara hati-hati. Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Sriargianti Amir,dkk di Puskesmas Karang Rejo Tarakan Tahun 2023 ¹², dan penelitian Rahmawati Fauza di Dusun Abdi Guna Langkat Tahun 2021.¹³ Usia juga dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang, semakin cukup usia seseorang maka akan semakin tinggi tingkat kemampuannya dalam berfikir. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, ibu hamil dengan usia produktif (20-35 tahun) lebih mampu menyerap materi dengan baik pada saat dilakukan penyuluhan dan lebih mampu untuk berfikir secara rasional daripada ibu dengan usia yang lebih muda atau terlalu tua.¹⁴

Mayoritas responden penelitian ini memiliki latar belakang pendidikan terakhir yaitu pendidikan menengah (SMA). Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No 13 Tahun 2015 Pendidikan Formal merupakan jalur pendidikan yang terstruktur dan berjenjang yang terdiri dari pendidikan dasar,

pendidikan menengah dan pendidikan tinggi.¹⁵ Sejalan dengan penelitian yang dilakukan, ibu yang telah mencapai pendidikan secara formal cenderung akan memiliki akses yang lebih banyak dan mudah untuk mendapatkan informasi dan lebih mengerti dan juga memahami setiap informasi penyuluhan yang diberikan.¹⁶

Mayoritas responden pada penelitian ini adalah ibu yang tidak bekerja. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Luvita Sari, dkk di Klinik Pratama Bina Sehat Kasihan, Bantul, Yogyakarta¹⁷ Ratih Kumorojati, dkk di Puskesmas Pakualaman Yogyakarta.¹⁸ Pada ibu dengan status bekerja maka dapat memperbesar kemungkinan bagi ibu untuk tidak mendapatkan informasi lebih lanjut mengenai perawatan payudara dan teknik menyusui bayi yang benar dikarenakan banyaknya waktu yang ibu habiskan untuk pekerjaannya.

Mayoritas responden pada penelitian ini adalah paritas ibu yang memiliki 2-4 anak (Multipara) hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Alvina Damayanti, dkk di Wilayah Kerja Puskesmas Sialang Tahun 2022 dan oleh Telly Katharina, dkk di Puskesmas Sungai Durian Tahun 2021.¹⁹ Kegagalan ibu dalam menyusui di masa lalu juga memiliki pengaruh besar untuk ibu menyusui lebih baik dimasa yang akan datang.²⁰

Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Satu Sebelum Penyuluhan Perawatan Payudara

Tujuan dari dilakukannya perawatan payudara adalah agar payudara tetap dalam keadaan bersih, melenturkan serta menguatkan puting susu. Dengan dilakukannya perawatan payudara yang baik, akan memudahkan produksi ASI menjadi lebih cukup dan meningkatkan angka keberhasilan dari ASI Eksklusif yang sangat penting untuk pertumbuhan bayi.¹⁹ Maka dari itu, pengetahuan mengenai perawatan payudara sejak masa kehamilan sangat penting sebagai persiapan yang dapat dilakukan ibu untuk menyusui bayi nantinya agar dapat mencapai keberhasilan dari ASI Eksklusif.¹⁹

Mayoritas tingkat pengetahuan responden saat pengisian *pretest* mengenai perawatan payudara pra-intervensi pada penelitian ini berada dalam kategori baik sebanyak 49 orang (54.4%) dan paling sedikit kategori kurang yaitu sebanyak 18 orang (20.0%). Tingkat pengetahuan yang sudah baik ini dapat dipengaruhi oleh banyaknya faktor seperti usia ibu, tingkat pendidikan terakhir, pekerjaan dan pengalaman ibu dalam masa kehamilan dan menyusui. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Anna Uswatun Qoyyimah, dkk di Puskesmas Prambanan Tahun 2023 dimana mayoritas responden pada saat pengisian *pretest* mengenai perawatan payudara sudah dalam kategori baik.²¹

Berdasarkan hasil penelitian ini mayoritas tingkat pengetahuan ibu berdasarkan usianya didapatkan bahwa dari 90 responden yang diteliti, kelompok responden yang memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik adalah ibu dengan rentang usia 20-35 tahun yaitu sebanyak 41 responden (83.7%). Usia 20-35 tahun merupakan usia yang paling aman untuk wanita mengalami kehamilan dan menyusui, hal ini dikarenakan pada usia ini alat reproduksi wanita sudah lebih matang untuk mempersiapkan kehamilan dan persalinan. Selain itu semakin bertambahnya usia seseorang taraf berpikirnya akan semakin matang dan dewasa sehingga kemampuannya dalam mencari dan menggali

berbagai informasi mengenai persiapan kehamilan dan persalinannya akan lebih mudah diterima dan juga dipahami.²²

Berdasarkan hasil penelitian ini mayoritas tingkat pengetahuan ibu berdasarkan tingkat pendidikannya didapatkan bahwa dari 90 responden yang diteliti, kelompok responden yang memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik adalah ibu dengan pendidikan menengah (SMA) yaitu sebanyak 30 responden (61.2%). Sedangkan responden dengan tingkat pendidikan tinggi (diatas SMA) yang memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik berjumlah 16 responden (32.7%). Hasil ini menunjukkan bahwa ibu dengan pendidikan tinggi memiliki tingkat pengetahuan yang lebih rendah daripada ibu dengan tingkat pendidikan menengah.

Berdasarkan hasil penelitian ini mayoritas tingkat pengetahuan ibu berdasarkan status pekerjaannya didapatkan bahwa dari 90 responden penelitian, ibu yang memiliki pengetahuan dengan kategori baik adalah ibu yang tidak bekerja yaitu sebanyak 44 orang (89.8%). Sedangkan ibu bekerja yang memiliki pengetahuan dengan kategori baik hanya berjumlah 5 orang (10.2%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa ibu yang bekerja memiliki pengetahuan yang lebih rendah daripada ibu yang tidak bekerja. Pekerjaan merupakan suatu kegiatan atau aktivitas sehari-hari yang dilakukan manusia untuk memenuhi kebutuhan hidupnya.²³ Ibu yang memiliki status tidak bekerja cenderung memiliki waktu luang yang lebih banyak daripada ibu yang bekerja sehingga hal tersebut dapat membantu ibu untuk mencari dan mengakses lebih banyak informasi mengenai perawatan payudara yang dapat menambah pengetahuan dan wawasannya sehingga pengetahuan ibu yang tidak bekerja cenderung menjadi lebih baik.¹⁷

Berdasarkan hasil penelitian ini mayoritas tingkat pengetahuan ibu berdasarkan paritas didapatkan bahwa dari 90 responden penelitian, ibu yang memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik adalah ibu multipara (ibu yang memiliki 2-4 anak) yaitu sebanyak 19 responden (38.8%). Paritas merupakan jumlah kehamilan yang dapat menghasilkan janin yang mampu hidup diluar rahim.²⁴ Semakin tingginya paritas dari seorang ibu maka akan semakin banyak pula pengalaman selama masa kehamilan yang didapatnya. Pengalaman ibu multipara sebelumnya akan menjadi pengetahuan ibu yang dapat diterapkan untuk kehamilan selanjutnya agar dapat mempersiapkan kehamilan dan proses menyusunya dengan lebih baik lagi.¹⁹

Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Satu Sebelum Penyuluhan Teknik Menyusui

Air Susu Ibu (ASI) merupakan cairan yang diproduksi oleh kelenjar payudara sejak masa kehamilan dan merupakan makanan alami bayi yang sangat diperlukan dan dibutuhkan oleh bayi pada bulan-bulan pertama kehidupan untuk pertumbuhan dan perkembangannya.²⁵ Teknik menyusui yang benar merupakan cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi yang benar. Ibu yang tidak mengetahui dan memahami mengenai teknik memberikan ASI yang benar pada bayi cenderung akan lebih mudah dan sering mengalami permasalahan-permasalahan yang dapat timbul saat proses menyusui nantinya seperti sumbatan pada ASI, puting susu yang lecet, terbentuknya bendungan ASI

dan lain sebagainya yang dapat mengakibatkan ibu akan kesulitan untuk menyusui bayi dengan baik dan menyebabkan bayi tidak mendapat ASI Eksklusif.¹⁰

Mayoritas tingkat pengetahuan responden saat pengisian *pretest* mengenai teknik menyusui pra-intervensi pada penelitian ini berada dalam kategori baik sebanyak 73 responden (81.1%) dan paling sedikit kategori kurang yaitu sebanyak 3 orang (3.3%). Tingkat pengetahuan yang sudah baik ini dapat dipengaruhi oleh banyaknya faktor seperti usia ibu, tingkat pendidikan terakhir, pekerjaan dan pengalaman ibu dalam masa kehamilan dan menyusui. Pengetahuan yang baik pada responden penelitian ini juga dapat dipengaruhi oleh faktor internal, salah satunya adalah berdasarkan kenyataan di lapangan bahwa sebagian besar ibu hamil berpendidikan terakhir SMA dan pendidikan tinggi diatas SMA sehingga hal tersebut dapat mempengaruhi pengetahuan dan pemahaman atas informasi yang diperoleh. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zahra Nur Hanifa,dkk di Kecamatan Ambarawa Tahun 2023 dimana mayoritas pengetahuan responden pada saat pretest mengenai teknik menyusui yang benar sudah dalam keadaan baik.²⁶

Berdasarkan hasil penelitian ini mayoritas tingkat pengetahuan ibu berdasarkan usianya didapatkan bahwa dari 90 responden yang diteliti, kelompok responden yang memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik adalah ibu dengan rentang usia 20-35 tahun yaitu sebanyak 63 responden (86.3%). Usia 20-35 tahun merupakan usia yang paling aman untuk wanita mengalami kehamilan dan menyusui, hal ini dikarenakan pada usia ini alat reproduksi wanita sudah lebih matang untuk mempersiapkan kehamilan dan persalinan. Selain itu semakin bertambahnya usia seseorang proses berfikirnya akan semakin matang dan dewasa sehingga kemampuannya dalam mencari dan menggali berbagai informasi mengenai persiapan kehamilan dan proses menyusunya akan lebih mudah diterima dan juga dipahami.²²

Berdasarkan hasil penelitian ini mayoritas tingkat pengetahuan ibu berdasarkan tingkat pendidikannya didapatkan bahwa dari 90 responden yang diteliti, kelompok responden yang memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik adalah ibu dengan pendidikan menengah (SMA) yaitu sebanyak 46 responden (63.0%). Sedangkan responden dengan tingkat pendidikan tinggi (diatas SMA) yang memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik berjumlah 23 responden (31.5%). Hasil ini menunjukkan bahwa ibu dengan pendidikan tinggi memiliki tingkat pengetahuan yang lebih rendah daripada ibu dengan tingkat pendidikan menengah.

Namun kenyataannya pada penelitian ini didapatkan bahwa mayoritas responden yang berpengetahuan baik merupakan responden dengan tingkat pendidikan menengah (SMA). Hal ini menyatakan bahwa tingkat pengetahuan seseorang tidak hanya dapat dilihat dari pendidikan formalnya saja, namun banyak faktor lainnya yang ikut berperan seperti pendidikan non formal yang diperoleh oleh orang tersebut melalui kegiatan-kegiatan penyuluhan yang diikuti atau diadakan oleh posyandu dan puskesmas, melalui berbagai media informasi seperti televisi, radio, majalah atau juga dapat diperoleh dari teman maupun keluarganya. Hal-hal tersebut juga merupakan hal-hal yang dapat mempengaruhi

pengetahuan ibu menjadi lebih baik terutama dalam menjaga kehamilan atau mempersiapkan proses menyusunya nanti.¹⁴

Berdasarkan hasil penelitian ini mayoritas tingkat pengetahuan ibu berdasarkan status pekerjaannya didapatkan bahwa dari 90 responden penelitian, ibu yang memiliki pengetahuan dengan kategori baik adalah ibu yang tidak bekerja yaitu sebanyak 65 orang (89.0%). Sedangkan ibu bekerja yang memiliki pengetahuan dengan kategori baik hanya berjumlah 8 orang (11.0%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa ibu yang bekerja memiliki pengetahuan yang lebih rendah daripada ibu yang tidak bekerja. Pekerjaan merupakan suatu kegiatan atau aktivitas sehari-hari yang dilakukan manusia untuk memenuhi kebutuhan hidupnya.²³ Ibu yang memiliki status tidak bekerja cenderung memiliki waktu luang yang lebih banyak daripada ibu yang bekerja sehingga hal tersebut dapat membantu ibu untuk mencari dan mengakses lebih banyak informasi mengenai teknik menyusui yang tepat dan dapat menambah pengetahuan dan wawasannya sehingga pengetahuan ibu yang tidak bekerja cenderung menjadi lebih baik.¹⁷

Berdasarkan hasil penelitian ini mayoritas tingkat pengetahuan ibu berdasarkan paritas didapatkan bahwa dari 90 responden penelitian, ibu yang memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik adalah ibu multipara (ibu yang memiliki 2-4 anak) yaitu sebanyak 27 responden (37.0%). Paritas merupakan jumlah kehamilan yang dapat menghasilkan janin yang mampu hidup diluar rahim.²⁴ Semakin tingginya paritas dari seorang ibu maka akan semakin banyak pula pengalaman selama masa kehamilan dan menyusui yang didapatnya.¹⁹

Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Satu Sesudah Penyuluhan Perawatan Payudara

Berdasarkan penilaian *posttest* setelah dilakukannya penyuluhan kesehatan mengenai perawatan payudara, mayoritas ibu hamil memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik. Setelah dilakukannya penyuluhan terdapat peningkatan pengetahuan responden yang dinilai berdasarkan hasil *posttest* dari sebelum dilakukannya penyuluhan. Hal ini dapat terjadi dikarenakan mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan yang baik yaitu pendidikan menengah dan pendidikan tinggi yang dalam hal ini responden memiliki kemampuan untuk lebih mudah dalam memahami dan menerima informasi yang diberikan oleh peneliti selama proses penyuluhan.¹⁶ Adapun materi penyuluhan yang disampaikan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah mengenai pengertian, tujuan, alat dan bahan dalam perawatan payudara, teknik dan tatacara perawatan payudara, langkah-langkah, dan dampak yang akan terjadi apabila tidak melakukan perawatan payudara sejak masa kehamilan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anna Uswatun Qoyyimah, dkk di Puskesmas Prambanan Tahun 2023 dimana mayoritas responden pada saat pengisian *posttest* dalam kategori baik dan terdapat adanya peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan dengan menggunakan media *leaflet*.²¹

Media penyuluhan yang digunakan dalam penilaian ini adalah media cetak *leaflet*. Media cetak *leaflet* adalah media cetak tertulis yang berupa lembaran kertas yang dilipat dan berisikan materi-materi

pembelajaran yang ingin disampaikan. Kelebihan dari penggunaan *leaflet* ini adalah dapat dibaca dan dibawa kemana saja dan kapan saja, dapat dibaca secara berulang-ulang, dan dapat disimpan dalam jangka waktu yang lama sehingga bisa dilihat kembali kapan saja.²⁷ Kegiatan pendidikan kesehatan mengenai perawatan payudara ini penting diberikan sejak ibu dalam masa kehamilan sebagai upaya preventif terhadap permasalahan-permasalahan yang dapat timbul selama ibu menghadapi proses menyusui nantinya.²⁸

Pada penelitian ini, saat dilakukan *posttest* mengenai perawatan payudara juga masih didapatkan responden dengan kategori pengetahuan cukup yaitu sebanyak 1 orang (1.1%). Hal ini dapat disebabkan karena responden kurang berkonsentrasi selama proses pemberian penyuluhan dan waktu yang diberikan kepada peneliti untuk memberikan penyuluhan tersebut sangat terbatas sehingga responden kurang mendengarkan dengan baik mengenai hal-hal yang kurang dipahami.

Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Satu Sesudah Penyuluhan Teknik Menyusui

Berdasarkan penilaian *posttest* setelah dilakukannya penyuluhan kesehatan mengenai teknik menyusui, mayoritas ibu hamil memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik. Setelah dilakukannya penyuluhan terdapat peningkatan pengetahuan responden yang dinilai berdasarkan hasil *posttest* dari sebelum dilakukannya penyuluhan. Hal ini dapat terjadi dikarenakan mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan yang baik yaitu pendidikan menengah dan pendidikan tinggi yang dalam hal ini responden memiliki kemampuan untuk lebih mudah dalam memahami dan menerima informasi yang diberikan oleh peneliti selama proses penyuluhan.¹⁶ Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zahra Nur Hanifa, dkk Tahun 2023 dimana mayoritas responden pada saat pengisian *posttest* dalam kategori baik dan terdapat adanya peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan.²⁶

Media penyuluhan yang digunakan dalam penilaian ini adalah media cetak *leaflet*. Media cetak *leaflet* adalah media cetak tertulis yang berupa lembaran kertas yang dilipat dan berisikan materi-materi pembelajaran yang ingin disampaikan. Kelebihan dari penggunaan *leaflet* ini adalah dapat dibaca dan dibawa kemana saja dan kapan saja, dapat dibaca secara berulang-ulang, dan dapat disimpan dalam jangka waktu yang lama sehingga bisa dilihat kembali kapan saja.²⁷ Kegiatan pendidikan kesehatan mengenai teknik menyusui ini penting diberikan sejak ibu dalam masa kehamilan sebagai upaya preventif terhadap permasalahan-permasalahan yang dapat timbul selama ibu menghadapi proses menyusui nantinya.²⁸

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden pada penelitian ini berusia 25-35 tahun. Usia ibu hamil pada penelitian ini masuk dalam kategori kelompok wanita usia subur yang dikategorikan sebagai usia produktif untuk hamil dan

melahirkan. Mayoritas responden pada penelitian ini juga memiliki pendidikan terakhir menengah (SMA). Mayoritas status pekerjaan responden pada penelitian ini adalah tidak bekerja dan ibu dengan kategori paritas multipara. Gambaran pengetahuan mayoritas responden pada penelitian ini sebelum dan sesudah penyuluhan mengenai perawatan payudara dan Teknik menyusui berada dalam kategori baik.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, ada beberapa saran yang peneliti sampaikan, yaitu bagi ibu hamil yang melakukan pemeriksaan di wilayah kerja Puskesmas Muara Satu agar dapat mengimplementasikan hasil penyuluhan mengenai perawatan payudara dan teknik menyusui yang benar dalam kehidupan sehari-hari. Meningkatkan dan mempertahankan pelayanan kesehatan yang baik pada ibu hamil berupa penyuluhan mengenai perawatan payudara dan teknik menyusui yang tepat sehingga keberhasilan ASI Eksklusif dapat tercapai dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Fitriani, Barangkau, Masrah Hasan, Ruslang, Eka Hardianti, Khaeria, et al. Cegah Stunting Itu Penting! *J Pengabdian Kpd Masyarakat Sosiosaintifik*. 2022;4(2):63–7.
2. Windayani T. Penegakan Hukum Ketentuan Pidana Pasal 200 Uu Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan. *J Huk Samudra Keadilan*. 2018;13(1):83–101.
3. Niar A, Dinengsih S, Siauta J. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Produksi ASI pada Ibu Menyusui di RSB Harifa Kabupaten Kolaka Provinsi Sulawesi Tenggara. *Midwifery J Kebidanan*. 2021;7(2):10–9.
4. Badan Pendapatan dan Aset Daerah Provinsi NTT. Laporan Kinerja Instansi Pemerintah Tahun 2022. :33.
5. Maswarni M, Hildayanti W. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Ibu Menyusui Tidak Memberikan ASI Secara Eksklusif Di Puskesmas Sidomulyo Kecamatan Tampan Pekanbaru. *Phot J Sain dan Kesehat*. 2019;9(2):144–51.
6. Syahida A, Safarna N. Edukasi Kesehatan Tentang Pentingnya Melakukan Breast Care Pada Masa Nifas di Desa Sungai Pauh Tanjung Kota Langsa. 2022;2(1):21–5.
7. Autoridad Nacional del Servicio Civil. Health Education Perawatan Payudara dalam Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Hamil dan Menyusui. *Angew Chemie Int Ed* 6(11), 951–952. 2021;
8. Silalahi MM. Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perawatan Payudara Selama Kehamilan Di Klinik Niar Patumbak Tahun 2019.
9. Tiruye G, Mesfin F, Geda B, Shiferaw K. Breastfeeding technique and associated factors among breastfeeding mothers in Harar city, Eastern Ethiopia. *Int Breastfeed J*. 2018;13(1):1–9.
10. Antasari B, Anggraeni, Santi. The Level Of Mother's Knowledge About Breastfeeding Techniques And The Effectiveness Of The Breastfeeding Process. *J Fenom Kesehat*. 2020;3:400–11.
11. Qurniyawati, Eny, Murti, Bisma, Tamtomo, Didik. Hubungan usia ibu hamil, jumlah anak, jarak kehamilan dengan kejadian kehamilan tidak diinginkan di BPM Titik Hariningrum, Kota Madiun. *J Kesehat Masyarakat*. 2014;8(5):229–34.
12. Lestari DN. LITERATURE REVIEW: Tingkat Pengetahuan Ibu Dalam Pemberian Asi Eksklusif Berdasarkan Usia, Pendidikan Dan Status Pekerjaan. *J Multidisiplin Indones*. 2023;2(6):1262–70.
13. Fauza R. Menyusui Yang Benar Di Dusun Abdi Guna Langkat Tahun 2021. *J Ilm Kebidanan Imelda*. 2021;7(2):85–9.
14. Galaupa R, Supriani T. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tablet Fe. *J Antara Kebidanan*. 2019;2(2):96–103.
15. Indonesia PR. PP No 13 tahun 2015 Tentang Standar Nasional Pendidikan. Lembaran Negara RI. 2015;(1):1–5.
16. Rahmawati A, Realita F. Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perawatan Payudara. *J Kebidanan*.

- 2016;8(02):160–74.
17. Sari L, Ernawati S. Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III tentang Perawatan Payudara di Klinik Pratama Bina Sehat Kasihan, Bantul, Yogyakarta. *J Ners dan Kebidanan Indones*. 2016;3(1):26.
 18. Kumorojati R, Windayani. Gambaran Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Teknik Menyusui Yang Benar Di Puskesmas Pakualaman Yogyakarta. *Media Ilmu Kesehat*. 2019;6(1):76–82.
 19. Lisnawati, Ribka Laoly TK. Hubungan Usia, Paritas Dan Pengetahuan Ibu Nifas Terhadap Perawatan Payudara Di Puskesmas Sungai Durian Tahun 2021. *Jurnal Kebidanan*. 2021;11(2):623–9.
 20. Damayanti AI, Veriyani F, Khotimah S. Hubungan paritas dan tingkat pengetahuan ibu menyusui dengan teknik menyusui yang benar di wilayah puskesmas sianglang tahun 2022. *Ilmu Kesehat dharmas Indones*. 2023;03:7–12.
 21. Klaten UM, Wahyuni S, Wintoro PD, Khotimah C, Klaten UM, Klaten UM. Efektivitas penyuluhan kesehatan tentang perawatan payudara terhadap pengetahuan ibu hamil di puskesmas prambanan. 2023;13(2):60–5.
 22. Adam SK, Korompis MD, Alow GBH. Perawatan Payudara pada Masa Kehamilan dan Pemberian Asi Eksklusif. *J Ilm Bidan*. 2016;4(2):77–83.
 23. Argi S amir, Apriorita A, Baharuddin R, Putra SH. Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil tentang Perawatan Payudara Selama Kehamilan di Puskesmas Karang Rejo Tarakan. *J Borneo*. 2023;3(1):1–8.
 24. Leiwakabessy A, Azriani D. Hubungan Umur, Paritas Dan Frekuensi Menyusui Dengan Produksi Air Susu Ibu. *J Midwifery Sci Women’s Heal*. 2020;1(1):27–33.
 25. Utama LPSP, Arifin S, Yuliana I. Hubungan Pekerjaan, Paritas, dan Keterampilan Perawatan Payudara dengan Perilaku Pemberian ASI Eksklusif. *Homeostasis*. 2020;3(3):385–94.
 26. Jurnal H, Rahmanti A, Nur Azizah M. Jurnal Fisioterapi Dan Ilmu Kesehatan Sisthana. *J Jufdikes*. 2023;5(1).
 27. Jatmika SED, Maulana M, Kuntoro, Martini S. Buku Ajar Pengembangan Media Promosi Kesehatan. K-Media. 2019. 271 p.
 28. Kehamilan S, Puskesmas DI, Rejo K, Amir S, Baharuddin R, Putra SH. *Journal Borneo*. 2023;3(1):1–8.