

**PENYULUHAN METODE VIDEO LEBIH
EFEKTIF DIBANDING METODE LEAFLET
DALAM MENINGKATAN PENGETAHUAN
IBU TENTANG PERAWATAN
PAYUDARA PADA MASA NIFAS**

Irma Linda
(Jurusan Kebidanan,
Poltekkes Kemenkes Medan)
e-mail: irmalinda65@gmail.com

ABSTRAK

Nifas tidak terlepas dari proses menyusui dan permasalahan menyusui yang mana dapat cegah dengan tindakan perawatan payudara semasa nifas. Penelitian ini bertujuan membandingkan keefektifan penyuluhan dengan media video dan leaflet untuk meningkatkan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara di Klinik Bidan Kecamatan Sei Bingai, Langkat. Penelitian dilakukan di klinik bidan Juliana Br Tarigan dan klinik bidan Kritina Br Ginting. Populasi penelitian adalah seluruh ibu nifas (44 orang) yang berkunjung di kedua klinik. Sampel dipilih dengan teknik purposive sampling yakni seluruh ibu nifas 1-7 hari, yang berkunjung pada bulan Maret sampai April. Desain penelitian eksperimental kuasi ini adalah "Two group Pretest-Posttest". Data dikumpulkan menggunakan kuesioner lalu dianalisis dengan independent sample T-test. Hasil analisis data menunjukkan bahwa nilai p adalah 0,000 sehingga disimpulkan bahwa mean posttest pengetahuan pada kelompok dengan media video lebih tinggi daripada kelompok dengan metode leaflet. Diharapkan bidan memberikan penyuluhan kesehatan kepada kliennya tentang perawatan payudara pada masa nifas untuk membantu klien terhindar dari permasalahan payudara pada masa nifas. Diharapkan pula agar dilakukan penelitian lebih lanjut tentang perawatan payudara masa nifas agar dapat menjadi sumber informasi dan membantu menekan angka kesakitan dan kematian akibat komplikasi pada masa nifas.

Kata Kunci:
Pengetahuan, Ibu nifas, Penyuluhan,
Video, Leaflet

PENDAHULUAN

Pada tahun 2013, jurnal pengobatan umum mingguan Lancet mengenai menyusui menetapkan bahwa 800 000 kematian anak dapat dicegah melalui pemberian ASI. Pada tahun 2016 "The Lancet Breastfeeding Series" telah membuktikan 1) menyusui Eksklusif menurunkan Angka Kematian karena infeksi sebanyak 88% pada bayi berusia kurang dari 3 bulan, 2) sebanyak 31,36% (82%) dari 37,94 anak sakit , karena tidak menerima ASI Eksklusif. Investasi dalam pencegahan BBLR, dan meningkatkan IMD dan ASI Eksklusif berkontribusi dalam menurunkan resiko obesedan penyaki kronis. Tidak menyusui berhubungan dengan kehilangan ekonomi sekitar \$302 miliar setiap tahunnya atau sebesar 0-49% pendapatan Nasional Bruto (Victoria, dkk, 2016)

Permasalahan menyusui ini sering terjadi terutama pada ibu yang primipara. Beberapa ibu *postpartum* tidak langsung mengeluarkan ASI setelah melahirkan karena pengeluaran ASI merupakan suatu interaksi yang sangat kompleks antara rangsangan mekanik, saraf, dan bermacam macam hormon yang berpengaruh terhadap pengeluaran oksitosin. Pengeluaran hormon oksitosin selain dipengaruhi oleh isapan bayi juga dipengaruhi oleh reseptor yang terletak pada sistem duktus, bila duktus melebar atau menjadi lunak maka secara reflektorik dikeluarkan oksitosin oleh hipofise yang berperan untuk memeras air susu dari alveoli (Soetjiningsih, 2007).

Sekitar 57% dari ibu yang menyusui dilaporkan pernah menderita kelecetan pada Putting susunya. Putting yang lecet jika dibiarkan akan mempermudah masuknya kuman dan menimbulkan infeksi pada payudara. Terjadinya pembengkakan payudara yang jika tidak ditangani segera dapat menjadi pendorong terjadinya radang payudara atau *Mastitis*. Komplikasi dari *Mastitis* jika dibiarkan akan menjadi semakin parah dan menimbulkan nanah atau Abses pada payudara (Soetjiningsih, 2012)

Terjadinya bendungan ASI di Indonesia terbanyak adalah pada ibu-ibu pekerja, sebanyak 16 % dari ibu yang menyusui Depkes RI Di Jawa Timur pemberian ASI sebesar 54 % dan 35 % nya terjadi

bandungan ASI yang disebabkan karena tidak melakukan perawatan payudara (Dinkes, 2008).

Permasalahan diatas dapat ditanggulangi dengan melakukan perawatan payudara secara teratur demi keberhasilan menyusui dan mencegah permasalahan puting susu dan payudara. Perawatan payudara dan putting susu tidak hanya dilakukan selama kehamilan tetapi juga dilakukan setelah melahirkan (nifas) dengan tujuan melancarkan sirkulasi darah dan mencegah penyumbatan saluran ASI sehingga memperlancar pengeluaran ASI (Maryuni, 2009)

Berdasarkan hasil survei awal penulis didapati 44 ibu nifas yang berkunjung memeriksakan kesehatannya di klinik bidan Juliana Br Tarigan Langkat, dari 44 ibu nifas terdapat 11 ibu yang mengalami permasalahan pada proses menyusui setelah di berikan beberapa pertanyaan kepada 8 ibu nifas yang berkunjung ke klinik pada tanggal 3 Maret 2017 tentang perawatan payudara ternyata ke 8 ibu tidak pernah melakukan perawatan payudara selama masa nifasnya. Para ibu mengaku tidak mengetahui apa manfaat dan bagaimana teknik melakukan perawatan payudara selama masa nifas .

Oleh karena ketidaktahuan ibu nifas tentang perawatan payudara selama masa nifas tersebutlah maka penulis tertarik untuk melakukan memberikan penyuluhan serta melakukan Penelitian dengan judul "Perbandingan Penyuluhan Metode Video Dengan *Leaflet* Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Perawatan Payudara Pada Masa Nifas Di Klinik Bidan Langkat Tahun 2017".

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah eksperimen kuasi dengan rancangan "*Two group Pretest Posttest*", untuk melihat perbandingan rata-rata peningkatan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara antara yang diberi penyuluhan dengan media video dan yang diberi penyuluhan dengan media *leaflet*. Penelitian dilakukan pada tahun 2017 di dua klinik Bidan di Kecamatan Sei Bingai, Langkat. Penelitian dilakukan di klinik bidan Juliana Br Tarigan dan klinik bidan Kritina Br Ginting. Populasi penelitian adalah seluruh ibu nifas (44 orang) yang

berkunjung di kedua klinik. Sampel dipilih dengan teknik purposive sampling yakni seluruh ibu nifas 1-7 hari, yang berkunjung pada bulan Maret sampai April 2017.

Pada tahap awal dilakukan pengukuran pengetahuan responden tentang perawatan payudara pada masa nifas dengan membagikan kuesioner 20 butir soal (*pretest*) yang berisi pertanyaan seputar perawatan payudara pada masa nifas, setelah responden menjawab seluruh soal maka soal kuesioner kembali di kumpulkan oleh peneliti. Kemudian peneliti memberikan penyuluhan dengan memaparkan video/ leaflet tentang perawatan payudara pada masa nifas selama 20 menit, dan pada tahap *posttest* dilakukan kembali pengukuran pengetahuan menggunakan kuesioner terhadap responden tentang perawatan payudara pada masa nifas di klinik Bidan tahun 2017 setelah penyuluhan diberikan. Hal ini dilakukan pada kedua metode penyuluhan yakni metode penyuluhan dengan video dan metode penyuluhan dengan *Leaflet*. Data khusus bertipe numerik sehingga secara deskriptif disajikan dalam bentuk mean (Nugroho, 2014). Uji hipotesis menggunakan Uji *T* independen.

HASIL PENELITIAN

Pengetahuan responden tentang perawatan payudara pada masa nifas dan tindakan responden dalam melaksanakan perawatan payudara masa nifas dapat dilihat dari tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara dan Tindakan Perawatan Payudara Ibu Nifas

Variabel	Kategori	Kelompok Penyuluhan dengan Media Video		Kelompok Penyuluhan dengan Metode <i>Leaflet</i>	
		f	%	f	%
Pengetahuan	Tahu	3	13.6	4	18.2
	Tidak Tahu	19	86.4	18	81.8
Tindakan	Dilakukan	0	0.0	0	0.0
	Tidak Dilakukan	22	100	22	100

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa pengetahuan ibu dan tindakan pelaksanaan perawatan payudara masa

nifas, dari 22 ibu nifas pada tiap kelompok penyuluhan, didapati hanya sedikit ibu nifas yang tahu tentang pada perawatan payudara pada masa nifas dimana pada kelompok penyuluhan dengan media video hanya 4 ibu nifas (18.2%) dan pada kelompok penyuluhan dengan media leaflet hanya 3 ibu nifas (13.6%). Namun dari ke 7 ibu nifas yang tahu tentang perawatan Payudara pada masa nifas tidak seorang pun ibu nifas yang melakukan tindakan perawatan payudara pada masa nifas.

Untuk melihat ada tidaknya perbedaan rata-rata pretest dan posttest pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara pada masa nifas pada kelompok penyuluhan dengan media video maka dilakukan uji T. Sehingga diketahui keefektifan penyuluhan dengan media video dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang perawatan payudara pada masa nifas. Distribusi *pretest* dan *posttest* pengetahuan ibu dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Rata-Rata *Pre-Test* dan *Post-Test* Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara pada Kelompok Penyuluhan dengan Media Video

Pengetahuan	N	Rerata	t	p-value
Pengetahuan pretest penyuluhan dengan media video	22	9,77	15,750	0,000
Pengetahuan posttest penyuluhan dengan media video	22	18,95	60,764	

Berdasarkan Tabel 2, didapatkan rata-rata hasil *pretest* pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara pada masa nifas pada kelompok penyuluhan dengan media video adalah 9,77. Sesudah diberi penyuluhan didapatkan rata-rata hasil *posttest* pengetahuan ibu adalah 18,95. *P-value* adalah 0,000 yang berarti terdapat perbedaan nilai *mean* sebelum dan sesudah diberi penyuluhan dengan media video. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan *mean* pengetahuan sesudah diberi penyuluhan dengan media video tentang perawatan payudara pada masa nifas.

Untuk melihat ada tidaknya perbedaan perbandingan rata-rata pretest dan posttest pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara pada masa nifas pada kelompok

penyuluhan dengan media *Leaflet* maka dilakukan uji T.

Tabel 3. Distribusi Rata-Rata Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara pada Kelompok Penyuluhan dengan Media *Leaflet*

Pengetahuan	n	Rerata	t	p-value
Pengetahuan pretest penyuluhan dengan media leaflet	22	9,00	11,678	0,000
Pengetahuan posttest penyuluhan dengan media leaflet	22	14,68	21,336	

Dari tabel 3 dapat dilihat bahwa pada kelompok penyuluhan dengan media *Leaflet* didapatkan rata-rata hasil *pretest* pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara pada masa nifas adalah 9,00; sedangkan sesudah diberi penyuluhan didapatkan rata-rata hasil *posttest* pengetahuan ibu adalah 14,68. *P-value* adalah 0,000 yang berarti terdapat perbedaan nilai *mean* sebelum dan sesudah diberi penyuluhan dengan media *Leaflet*. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan sesudah diberi penyuluhan dengan media *Leaflet* tentang perawatan payudara pada masa nifas.

Tabel 4. Distribusi Rata-Rata Hasil *Post-Test* Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara pada Kelompok Penyuluhan dengan Media Video dan Media *Leaflet*

T-test	F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)
Hasil Posttest Video dan Leaflet	6.874	.012	5.658	42	.001

Dari tabel 4 dapat dilihat bahwa *p-value* adalah 0,001 yang artinya ada perbedaan rata-rata hasil *posttest* pengetahuan ibu nifas yang diberi penyuluhan dengan media video dengan hasil *posttest* penyuluhan dengan media *leaflet* tentang perawatan payudara pada masa nifas.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyuluhan dengan media video lebih

efektif dibandingkan penyuluhan dengan media *leaflet* dalam meningkatkan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara pada masa nifas.

Hal diatas membuktikan bahwa peningkatan pengetahuan responden akan suatu hal dapat dipengaruhi oleh adanya bantuan media yang memudahkan responden memahami materi yang diberikan. Didukung pula oleh teori menurut Notoatmodjo (2012), yang menyebutkan metode penyuluhan merupakan salah satu faktor yang sangat mempengaruhi tercapainya suatu hasil penyampaian pesan penyuluhan kesehatan secara maksimal. Beliau menyebutkan bahwa media video mempunyai banyak kelebihan yaitu media video sudah dikenal di masyarakat, mengikutsertakan semua panca indra audio visual, lebih mudah di pahami, lebih menarik, langsung bertatap muka, penyajian dapat di kendalikan, jangkauan mencakup sasaran yang besar, dan Dapat di ulang-ulang. Keunggulan inilah yang membuat peningkatan pengetahuan reponden pada kelompok penyuluhan metode video lebih tinggi dibandingkan penyuluhan metode *leaflet* yang mana penyuluhan metode *leaflet* tidak dapat memunculkan efek suara dan gerak, mudah terlipat-lipat dan mudah hancur oleh air/ kotor.

Alternatif media yang dapat dipergunakan pada penyuluhan Perawatan Payudara pada masa Nifas adalah media elektronik (video) dan media cetak (*leaflet*). Media elektronik (video) adalah media penyampaian informasi atau pesan kesehatan dengan pemutaran video. Media elektronik (video) dapat menarik perhatian untuk periode singkat, rekaman dapat diputar berulang dan keras lemah suara yang ada dapat diatur bila akan disisipi komentar yang akan didengar. Sedangkan Media cetak (*leaflet*) adalah media yang bentuk penyampaiannya melalui lembaran yang dilipat dan isi informasi dapat dalam bentuk gambar atau kalimat maupun kombinasi. Media Cetak (*leaflet*) selain dapat disimpan lama sehingga kalau lupa bisa dilihat kembali, juga dapat digunakan sebagai bahan diskusi pada kesempatan yang berbeda (Notoatmodjo, 2012).

Kedua media, baik media elektronik (video) maupun media cetak (*leaflet*) mempunyai pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan tentang

perawatan payudara pada masa nifas di klinik Langkat tahun 2017. Perbandingan *Mean* hasil posttest pada kedua metode penyuluhan menunjukkan bahwa penyuluhan metode video lebih baik dari pada penyuluhan metode *leaflet* dikarenakan nilai *Mean* pengetahuan *posttest Video* adalah 18.95 lebih tinggi sedangkan nilai *Mean* pengetahuan *posttest leaflet* yang hanya 14.68.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Nyndia Kurniawati adalah bahwa media video lebih baik daripada media *leaflet* untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang cara mengatasi keluhan pada masa kehamilan di RSUD Kota Surakarta. Namun beda halnya dengan hasil penulisan Susy Hermaningsih, dan Nargis Hasil uji statistik untuk mengetahui pengaruh nilai perilaku bahwa tidak ada perbedaan signifikan antara media *leaflet* dengan video. Hal ini menunjukkan tidak ada perbedaan yang bermakna dari media *leaflet* dengan video dalam perubahan perilaku perawatan diri anak pra remaja di sekolah menengah pertama di Kecamatan Buah Batu Kota Bandung Tahun 2009.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa penyuluhan dengan media video lebih efektif dibandingkan dengan penyuluhan metode *leaflet* dalam rangka meningkatkan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara

Saran

Diharapkan bagi tenaga kesehatan khususnya Bidan agar mampu memberikan penyuluhan kesehatan kepada masyarakat terkhusus kepada ibu nifas tentang perawatan payudara pada masa nifas untuk mengurangi permasalahan ibu selama proses nifas dan menyusui.

Diharapkan bagi ibu nifas untuk memperluas pengetahuan tentang perawatan payudara pada masa Nifas serta diharapkan mampu melaksanakan perawatan payudara pada masa Nifas untuk mengurangi permasalahan ibu selama proses nifas dan menyusui

Diharapkan agar bidan pengelola di kedua klinik memfasilitasi ibu dalam menerima penyuluhan/ pendidikan kesehatan terkhusus kepada ibu nifas tentang perawatan payudara pada masa Nifas sehingga diharapkan hal ini dapat membantu dalam mengurangi permasalahan ibu selama proses nifas dan menyusui.

Perlu dilakukan penelitian dengan uji yang berbeda serta menggali variabel-variabel lain yang mampu memberikan pengaruh terhadap pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara maupun permasalahan pada masa nifas lainnya sehingga diharapkan dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian ibu akibat komplikasi yang timbul selama masa nifas dan menyusui.

DAFTAR PUSTAKA

- Maryuni, Anik. 2009. Asuhan Pada Ibu dalam Masa Nifas. Jakarta: Trans Info Media
- Notoatmodjo, S. 2012. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. 2010. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. 2007. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Nugroho, H.S.W. 2014. Analisis Data Secara Deskriptif untuk Data Numerik. Ponorogo: Forum Ilmiah Kesehatan (Forikes).
- Soetjiningsih. 2012. ASI: Petunjuk Untuk Tenaga Kesehatan. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran, EGC
- Victoria, C.G, dkk. 2016. Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect, [http://www.thelancet2016.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(16\)00210-5/fulltext](http://www.thelancet2016.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(16)00210-5/fulltext)