

BAB II

TINJAUAN TEORI

2.1 Konsep Anatomi Fisiologi Payudara

Payudara wanita atau kelenjar mammae, merupakan organ aksesoris reproduksi. Payudara berfungsi menyalurkan asi bagi neonatus, segera setelah lahir. Selama hamil, akibat pengaruh hormon payudara terus berkembang. Setelah bayi lahir akan terjadi penurunan hormon kehamilan sehingga merangsang produksi susu. Pada wanita, jaringan payudara diproduksi sebagai pelepasan estrogen dan progesteron. (wylie, 2010)

Struktur payudara terbagi menjadi dua yaitu payudara eksterna dan interna, struktur payudara eksterna 1. ada dua buah payudara yang terletak di rusuk ke dua hingga rusuk ke enam, disebelah lateral sternum hingga aksila dan didepan otot proktalis disertai jaringan ikat yang berfungsi melekatkan payudara dan menyongkong payudara, payudara dapat berkontraksi jika dipengaruhi oleh oksitosin dan mempengaruhi susu keluar, 2. Pada titik tengah payudara ada area pigmentasi atau biasa dikenal dengan aerola yang berdiameter 2,5 cm. Pada aerola terdapat kelenjar subasae ini ada menyekresi substansi menyerubai sebum untuk melumasi putting saat hamil dan menyusui. 3. Ada putting yang terdapat ditengah aerola yang merupakan struktur erektil yang sangat sensitif di dalam putting ada serabut otot yang berfungsi sebagai sfingter untuk mencegah bocornya ASI saat hamil dan menyusui. (wylie, 2010, hal. 271)

Struktur payudara interna ada beberapa bagian 1. Duktus laktiferus payudara ada terdiri atas 16-20 lobus yang saling dipisahkan oleh jaringan

fibrosa. Tiap lobus berisi *duktus latiferus* yang berlanjut ke *sinus laktiferus* atau bisa disebut resevoir (penampung), duktus laktiferus ini berfungsi sebagai saluran keluarnya ASI dari pabriknya yaitu aveolus. 2. Aveoli adalah gerombolan yang ada disekitar duktus laktiferus yang menyerupai buah anggur, aveoli tersusun atas sel yang menyekresi susu yang disebut *aichini* yang juga mengekstrak nutrien yang diperlukan bagi produksi susu dalam aveolus. Aveoli ini juga dibungkus oleh miopitel, yang dapat berkontraksi jika dipengaruhi oleh oksitosin yang memeras ASI keluar dari aveolus menuju *duktus laktiferus*. 3. Darah, syaraf dan limfe Darah disuplai ke payudara oleh arteri mamaria dan artie interkostalis superior. Aliran vena dibawa oleh vena mamaria dan vena aksilaris. Payudara sangat banyak mengandung saluran limfe yang menuju kelenjar mediastinalis. Sistem limfatik kedua payudara saling berhubungan satu sama lain. Persyarafan payudara hanya sedikit karena payudara hanya sedikit karena payudara sebagian besar dikendalikan oleh hormon. Akan tetapi, kulit payudara dipersyarafi oleh cabang saraf torakalis, sedangkan puting dan aerola dipersyarafi oleh sistem saraf hormon. (wylie, 2010, hal. 272)

Pada struktur payudara terdapat dua hormon utama yang berperan dalam proses laktasi yaitu pertama hormon prolaktin hormon prolaktik dikeluarkan oleh lobus anterior kelenjar hipofisis yang merangsang produksi ASI dan yang kedua hormon oksitosin yang dikeluarkan oleh lobus posterior hipofisis guna mengendalikan ejeksi ASI.

Penjelasan lain dari Resnikck 1994 yang menuliskan “Sekresi air susu dimulai dari sel-sel alveolar, tempat tetesan kecil dibentuk dan kemudian bermigrasi ke membran sel; tetesan kecil ini dikeluarkan kedalam alveolar untuk

disimpan. Pengeluaran air susu, atau let down, merupakan suatu proses kontraksi sel mioepitel payudara mendorong air susu melewati saluran lalu masuk ke dalam sinus laktiferus. Sinus ini payudara mendorong air susu melewati saluran lalu masuk ke dalam sinus laktiferus. Sinus initerletak dibawah aerola dan air susu dikeluarkan dari sinus tersebut melalui isapan bayi. Suatu reflek neurohormonal mengontrol pengeluaran ASI atau *reflek let-down*, dan bekerja melewati jaras syaraf aferen utama, tetapi reflek let down dapat diaktifkan oleh stimulus pendengaran (tangisan bayi) jaras ini secara jelas dipengaruhi oleh hormon, karena oksitosin yang dilepaskan dari kelenjar hipofisis posterior menyebabkan kontraksi sel-sel mioepitel payudara “ dalam buku (reeder, EGC,2011)

2.2 Konsep Kemampuan

2.2.1 Kemampuan Kognitif

Kemampuan kognitif adalah kemampuan yang mencakup kegiatan mental (otak). Segala upaya yang menyangkut aktivitas otak adalah termasuk dalam kemampuan kognitif.

Benjamin S. Bloom dkk berpendapat bahwa taksonomi tujuan ranah kognitif meliputi enam jenjang proses berpikir yaitu:

1. Pengetahuan (knowledge), adalah kemampuan seseorang untuk mengingat-ingat kembali (recall) atau mengenali kembali tentang nama, istilah, ide, gejala, rumus-rumus dan sebagainya, tanpa mengharapkan kemampuan untuk menggunakannya. Pengetahuan atau ingatan ini merupakan proses berpikir yang paling rendah.

2. Pemahaman (comprehension) adalah kemampuan seseorang untuk mengerti atau memahami sesuatu setelah sesuatu itu diketahui dan diingat. Dengan kata lain, memahami adalah mengetahui tentang sesuatu dan dapat melihatnya dari berbagai segi. Seorang peserta didik dikatakan memahami sesuatu apabila ia dapat memberikan penjelasan atau memberi uraian yang lebih rinci tentang hal itu dengan menggunakan kata-katanya sendiri. Pemahaman merupakan jenjang kemampuan berpikir yang setingkat lebih tinggi dari ingatan atau hafalan.
3. Penerapan (application) adalah kesanggupan seseorang untuk menerapkan atau menggunakan ide-ide umum, tata cara ataupun metode-metode, prinsip-prinsip, rumus-rumus, teori-teori dan sebagainya, dalam situasi yang baru dan konkret. Aplikasi atau penerapan ini adalah merupakan proses berpikir setingkat lebih tinggi dari pemahaman.
4. Analisis (analysis), mencakup kemampuan untuk merinci suatu kesatuan kedalam bagian-bagian sehingga struktur keseluruhan atau organisasinya dapat dipahami dengan baik.
5. Sintesis (synthesis) adalah kemampuan seseorang untuk merinci atau menguraikan suatu bahan atau keadaan menurut bagian-bagian yang lebih kecil dan mampu memahami hubungan di antara bagianbagian atau faktor-faktor yang satu dengan faktor-faktor yang lainnya. Sintesis merupakan suatu proses yang memadukan bagian-bagian atau unsur- unsur secara logis, sehingga menjelma menjadi suatu pola yang berstruktur atau berbentuk pola baru. Jenjang sintesis kedudukannya lebih tinggi setingkat dari analisis.

6. Evaluasi (evaluation) adalah merupakan jenjang berpikir paling tinggi dalam ranah kognitif menurut Bloom. Penilaian atau evaluasi disini merupakan kemampuan seseorang untuk membuat pertimbangan terhadap suatu situasi, nilai, atau ide, misalnya jika seseorang dihadapkan pada beberapa pilihan, maka ia akan mampu memilih satu pilihan yang terbaik, sesuai dengan patokan atau kriteria yang ada.

2.2.2 Kemampuan Psikomotor

Kemampuan psikomotor merupakan kemampuan yang berkaitan dengan ketrampilan atau kemampuan bertindak setelah seseorang menerima pengalaman belajar tertentu. Hasil belajar psikomotor ini sebenarnya merupakan kelanjutan dari hasil belajar

W.S. Winkel (1996: 249-250) juga kemudian mengklasifikasikan ranah psikomotorik dalam tujuh jenjang, sebagai berikut:

1. Persepsi (perception), mencakup kemampuan untuk mengadakan diskriminasi yang tepat antara dua perangsang atau lebih, berdasarkan perbedaan antara ciri-ciri fisik yang khas pada masing-masing rangsangan.
2. Kesiapan (set), mencakup kemampuan untuk menempatkan dirinya dalam keadaan akan memulai gerakan atau rangkaian gerakan.
3. Gerakan terbimbing (guided response), mencakup kemampuan untuk melakukan suatu rangkaian gerak-gerik sesuai dengan contoh yang diberikan (imitasi).

4. Gerakan yang terbiasa (mechanical response), mencakup kemampuan untuk melakukan suatu rangkaian gerak-gerak dengan lancar karena sudah dilatih secukupnya tanpa memperhatikan lagi contoh yang diberikan.
5. Gerakan yang kompleks (complex response), mencakup kemampuan untuk melaksanakan suatu keterampilan yang terdiri atas beberapa komponen dengan lancar, tepat dan efisien.
6. Penyesuaian pola gerakan (adjustment), mencakup kemampuan untuk mengadakan perubahan dan penyesuaian pola gerak-gerak dengan kondisi setempat atau dengan menunjukkan suatu taraf keterampilan yang telah mencapai kemahiran.
7. Kreativitas (creativity), mencakup kemampuan untuk melahirkan polapola gerak-gerak yang baru, seluruhnya atas dasar prakarsa dan inisiatif sendiri.

2.2.3 Kemampuan Afektif

Kemampuan afektif adalah kemampuan yang berkaitan dengan sikap dan nilai. Kemampuan afektif mencakup watak perilaku seperti perasaan, sikap, emosi, dan nilai. Kemampuan afektif terdiri dari lima aspek :

1. Receiving atau attending (menerima atau memperhatikan)
2. Responding (menanggapi)
3. Valuing (menilai atau menghargai)
4. Organization (mengatur)
5. Characterization by value or value complex (karakterisasi dengan suatu nilai atau kompleks lain)

2.3 Konsep Perawatan Payudara

2.3.1 Pengertian

Perawatan payudara merupakan salah satu bagian penting yang harus diperhatikan sebagai persiapan untuk menyusui nantinya, hal ini dikarenakan payudara merupakan organ esensial penghasil ASI pada bayi, masalah utama dan prinsip yaitu bahwa ibu-ibu membutuhkan bantuan dan informasi serta dukungan agar merawat payudara pada saat hamil atau sesudah melahirkan untuk mempersiapkan ASI saat melahirkan sehingga menambah keyakinan bahwa mereka dapat menyusukan bayinya dengan baik serta mengetahui fungsi manfaat perawatan payudara pada saat hamil (Ronald, 2011).

Perawatan Payudara adalah untuk memperlancar peredaran darah dan mencegah penyumbatan pada saluran susu sehingga memperlancar ASI dengan cara menjaga kebersihan bersih dan menghindari puting susu yang sakit dan infeksi payudara. (astutik, 2013)

2.3.2 Manfaat Melakukan Perawatan Payudara

Manfaat melakukan perawatan payudara adalah 1. untuk mempertahankan atau memperlancar ASI keluar, 2. terhindar dari beberapa masalah seperti infeksi, bendungan ASI, bingung ASI, puting masuk kedalam. 3. Bisa mempertahankan fungsi payudara sebagai penghubung ASI 4. Dengan dilakukan perawatan payudara secara rutin selama dua kali sehari akan membuat payudara lebih rileks dan dapat menyangga payudara secara adekuat 5. Menjaga kebersihan dengan dilakukan perawatan payudara kebersihan payudara akan semakin terjaga dan ibu menjadi lebih nyaman ketika memberi ASI (reeder, EGC,2011).

2.3.3 Akibat Jika Tidak Melakukan Perawatan Payudara

Akibat dari tidak dilakukan perawatan payudara adalah bisa timbul dampak negatif seperti 1. Putting susu masuk kedalam putting susu adalah organ erektil yang sangat sensitif jika dirangsang putting susu tidak akan masuk kedalam jika ibu menyusui tidak pernah rutin melakukan rangsangan pada putting akan bisa mengakibatkan putting masuk kedalam atau tidak timbul keluar. 2. ASI lama keluar di organ interna payudara terdapat aveoli yang dilapisi oleh mioepitel dan dapat berkontraksi jika dipengaruhi oleh oksitosin dan jika payudara di lakukan kontraksi seperti memeras ASI akan keluar. 3. Terjadi bendungan ASI jika payudara tidak pernah dirawat dan tidak pernah diperhatikan akan terjadi bendungan ASI. 4. Infeksi, bisa terjadi akibat ibu yang sudah menyusui kurang memperhatikan kebersihan diri terutama pada payudara, akibat dari payudara yang tidak dibersihkan akan terjadi lecet dan akan menjadi jalan terbuka bagi bakteri atau sejenisnya masuk dan membuat infeksi. (astutik, 2013)

2.3.4 Pelaksanaan Perawatan Payudara

1. Persiapan lingkungan

Atur pencahayaan, atur lingkungan sesuai dengan kenyamanan yang dibutuhkan responden dan jauhkan benda yang kemungkinan kecil mengakibatkan responden dan peneliti terluka.

2. Persiapan pasien

Posisikan pasien nyaman mungkin kemudian jelaskan tindakan yang akan dilakukan sejas-jelasnya, jelaskan manfaat dan tujuan dilakukakan tindakan perawatan payudara, jelaskan jika tidak dilakukan perawatan

payudara secara rutin dan yang terakhir bertanya kepada responden apakah bersedia dilakukan perawatan payudara.

3. Persiapan alat

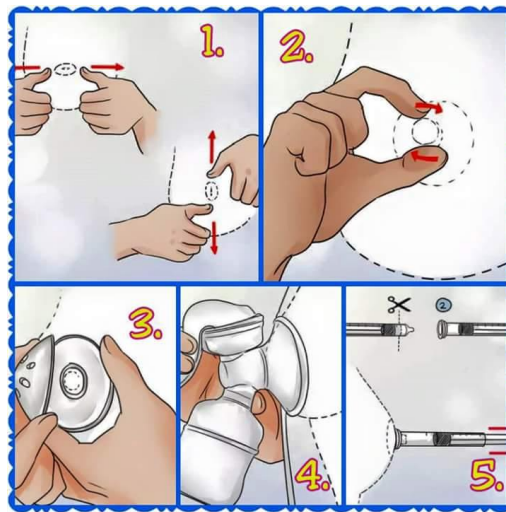
Siapkan terlebih dahulu alat-alat yang akan digunakan untuk melakukan perawatan payudara, untuk alat-alat sebagai berikut :

1. Handscone sebagai alat pelindung diri dan agar menjaga kebersihan pada saat melakukan perawatan payudara.
2. Handuk kering digunakan untuk sebagai penutup payudara, mengeringkan dan sebagai perangsang putting.
3. Kapas digunakan untuk membersihkan payudara dan untuk mengompres putting susu
4. Minyak kelapa / baby oil digunakan untuk me massage (memijat) payudara
5. Spuit yang telah di modifikasi untuk menarik putting yang masuk kedalam agar keluar
6. Waslap untuk membersihkan atau membilas payudara
7. Waskom air dingin dan hangat untuk membilas payudara yang sudah dirawat

4. Prosedur tindakan

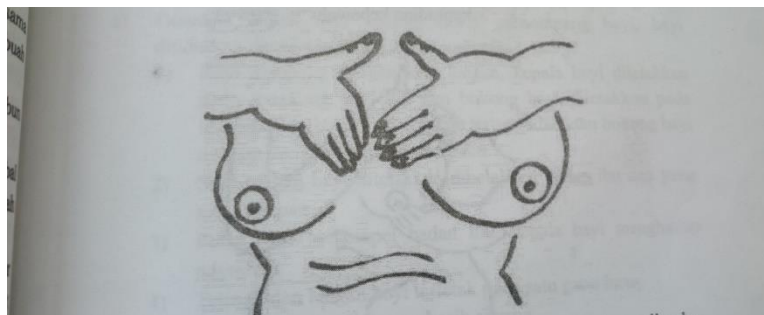
1. Cuci tangan dengan sabun dan air mengalir yang tujuan untuk membersihkan kotoran yang menempel pada tangan, biasakan cucu tangan dengan menggunakan 6 langkah cuci tangan.
2. Membuka pakaian ibu tutup menggunakan handuk untuk menjaga privasi dari responden

3. Menutup punggung dan sebagian dada dengan handuk.
4. Putting susu dikompres dengan kapas 2-3 menit
5. Putar kapas untuk membersihkan kotoran yang ada di puting
6. Puting susu dirangsang menggunakan handuk, puting di tarik sebanyak 20 kali atau ambil spuit yang sudah di modifikasi untuk menarik agar puting keluar teknik menggunakan alat untuk menarik puting keluar adalah teknik hofman lihat (gambar 2.1)



Gambar 2.1 teknik hofman

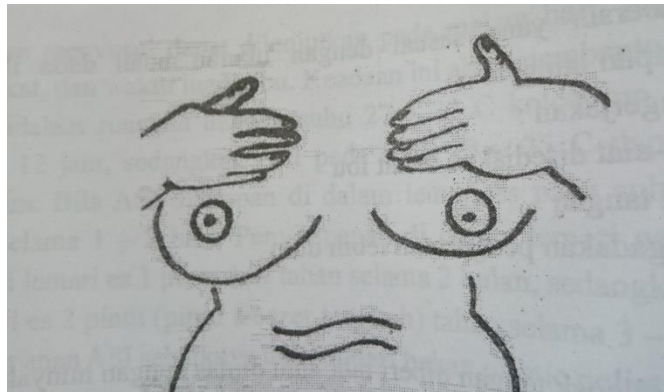
7. Licinkan kedua tangan dengan minyak kelapa atau baby oil
8. Letakan tangan di atas payudara agak kebawah seperti (gambar 2.1) di bawah ini setelah itu lakukan gerakan memutar selama 20 x.



Gambar 2.1

Gerakan massage memutar (astutik, 2013)

9. Letakan tangan dibawah payudara seperti menyangga lalu lakukan gerakan seperti mengurut dengan tangan mengepal secara memutar searah dengan arah jarum jam masing-masing kanan dan kiri 15-30 kali
10. Telapak tangan menompang salah satu payudara kiri/kanan mengurut payudara dari pangkal menuju ke puting susu. Lakukan secara bergantian lakukan 15-30 kali.
11. Letakan tangan di atas payudara seperti gambar 2.2 lakukan gerakan memantulkan payudara jari atas kita massage setelah sampai bawah payudara dipantulkan secara perlahan.



Gambar 2.2

Teknik memantulkan (astutik, 2013)

12. Kompres menggunakan air hangat setelah itu diganti air dingin selama 15-20 kali dan bersihkan secara memutar.
13. Keringkan dengan menggunakan handuk kering
14. Pakailah BH yang nyaman dan jangan terlalu ketat atau BH khusus ibu menyusui.
15. Cucitangan 6 langkah

5. Evaluasi tindakan perawatan payudara
 1. Keadaan payudara ibu tampak bersih dari sebelumnya
 2. ASI keluar lebih lancar
 3. Tidak ada tanda-tanda bendungan ASI

2.4 Konsep Penyuluhan Kesehatan

2.4.1 Pengertian penyuluhan

Penyuluhan kesehatan penambahan pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik praktek belajar atau instruksi dengan tujuan mengubah atau mempengaruhi perilaku manusia secara individu, kelompok maupun masyarakat untuk dapat lebih mandiri dalam mencapai tujuan hidup sehat (Depkes,RI).

Penekanan konsep penyuluhan kesehatan lebih pada upaya mengubah perilaku sasaran agar perilaku sehat terutama pada aspek kognitif (pengetahuan dan pemahaman sasaran), sehingga pengetahuan sasaran penyuluhan berikutnya akan dijalankan sesuai dengan program yang telah dilaksanakan (maulana, 2009).

2.4.2 Tujuan

Menurut WHO tujuan penyuluhan kesehatan adalah untuk merubah perilaku perorangan dan masyarakat dalam bidang kesehatan. Tujuan penyuluhan kesehatan pada hakekatnya sama dengan tujuan pendidikan kesehatan, menurut Effendy(1998) tujuan penyuluhan kesehatan adalah :

1. Tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam membina dan memelihara perilaku hidup sehat dan lingkungan

sehat, serta berperan aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal.

2. Terbentuk nya perilaku sehat dalam individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat yang sesei dengan konsep hidup sehat sehingga dapat menekan angkat sakit dan kematian.

2.3.3 Faktor Yang Mempengaruhi Keberhasilan Penyuluhan

faktor-faktor yang perlu diperhatikan terhadap sasaran keberhasilan penyuluhan kesehatan :

1. tingkat pendidikan

pendidikan dapat mempengaruhi cara pandangan seseorang terhadap informal baru yang diterimanya. Maka dapat dikatakan bahwa semakin tinggi semakin mudah pemahamannya.

2. Tingkat sosial ekonomi

Semakin tinggi tingkat ekonomi seseorang semakin mudah untuk menerima informasi.

3. Adat istiadat

Pengaruh adat istiadat masih sngat kental pada masyrakat dalam memberikan informasi, karena mereka masih menghargai sesuatu yang menurut mereka tidak pantas maka mereka akan mencoba untuk menolak.

4. Kepercayaan masyarakat

Masyarakat kadang lebih memilih mempercanyai seseorang yang sudah mereka percaya ketimbang orang baru.

5. Waktu

Waktu penyampaian harus memperhatikan akatifitas yang masyarakat akan lakukan.

2.3.4 Sasaran

Sasaran penyuluhan kesehatan mencakup individu, keluarga kelompok dan masyarakat. Penyuluhan kesehatan pada individu dapat dilakukan di rumah sakit, klinik, puskesmas, posyandu, keluarga binaan dan masyarakat binaan. penyuluhan juga bisa disampaikan kepada suatu kelompok seperti lansia, remaja, ibu hamil, ibu menyusui dll.

2.3.5 Materi

Materi yang akan disampaikan harus sesuai dengan kebutuhan kesehatan. Materi yang disampaikan harus disampaikan dengan bahasa yang jelas, mudah di mengerti dan mudah untuk dipraktikkan. Jadi materi yang diberikan harus jelas, ringkas dan mudah dipahami oleh masyarakat.

2.3.6 Metode

Metode penyuluhan salah satu faktor yang mempengaruhi tercapainya suatu hasil penyuluhan secara optimal metode yang di kemukakan (notoatmodjo, 2007) antara lain

1. Metode penyuluhan perorangan (individu)

penyuluhan kesehatan metode ini digunakan untuk membina perilaku atau seseorang yang sudah memiliki sebuah pemikiran perubahan ke sesuatu yang baik. Dasar dari pendekatan individu ini karena setiap orang memiliki suatu masalah atau alasan yang berbeeda-beda sehubungan dengan penerimaan perilaku tersebut. Bentuk perilaku ini adalah bimbingan dan penyuluhan, wawancara dan demonstrasi.

2. Metode penyuluhan kelompok

Memilih metode penyuluhan kelompok harus mengungat besarnya kelompok sasaran serta tingkat pendidikan folmal dan sasaran. Untuk kelompok yang besar, metodenya akan berbeda dengan kelompok kecil, efektifitas satu metode akan tergantung pula pada besarnya sasaran penyuluhan. Metode ini mencangkup: kelompok besar apa bila peserta lebih dari 15 orang metode yang baik adalah metose cerama dan seminar, dan kelompok kecil apabila peserta kurang dari 15 orang lebih cocok menggunakan metode diskusi.

3. Metode penyuluhan massa

Dalam metode ini penyampaian informasi diujjukan kepada masyarakat yang sifatna umum, tidak memandang usia,jenis kelamin, pendidikan,pekerjaan dll. Sehingga penyampai materi harus dirancang sedemikian rupa seperti pidato/ceramah, pemasangan poster di area masyarakan baliho, bill board dan lain sebagainya.

2.3.7 Media penyuluhan

Media penyuluhan adalah semua sarana atau upaya menampilkan pesan informasi yang ingin disampaikan oleh komunikasi sehingga sasaran bisa meningkatkan pengetahuan dan diharapkan bisa mengubah perilakunya kearah yang positif. Tujuan atau alasan mengapa media sangat diperlukan didalam pelaksanaan penyuluhan kesehatan antara lain adalah media dapat mempermudah penyampaian informasi, dapat menghindari kesalahan persepsi, memperjelas informasi, memperjelas pengertian, dapat menampilkan objek yang tidak dapat ditangkap mata dan Media dapat memperlancar komunikasi.

Media penyuluhan kesehatan yang baik adalah media yang mampu memberikan informasi-informasi yang bermanfaat dan mudah dipahami oleh masyarakat. (notoatmodjo, 2007)