

ABSTRAK

Data ASI eksklusif di Desa Geger bulan Januari 2012, dari 32 bayi hanya 40,63% yang disusui secara eksklusif, bulan Februari ada 46,87%, dan bulan Maret ada 53,12%. Karena targetnya adalah 80%, maka cakupan ASI eksklusif masih di bawah target. Kendala yang timbul dalam pemberian ASI eksklusif salah satunya adalah kurangnya produksi ASI. Salah satu faktor yang mempengaruhi produksi ASI adalah kurangnya pengetahuan dan ketrampilan tentang perawatan payudara. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui perbedaan pengetahuan dan ketrampilan sebelum dan sesudah pelatihan perawatan payudara.

Penelitian ini menggunakan metode praeksperimen dengan rancangan *One Group Pretest Posttest Design*. Populasi penelitian adalah semua ibu hamil trimester III di Desa Geger Madiun Juli 2012. Sampel sebesar 13 responden dipilih secara *simple random sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan *check list* dan dianalisis dengan menggunakan Uji Tanda.

Responden memiliki pengetahuan cukup dan ketrampilan kurang sebelum pelatihan. Setelah pelatihan, 84,62% responden mengalami peningkatan pengetahuan. Hasil uji tanda dengan $\alpha=0,05$ dan $db=12$, didapatkan $t_{tabel}=2,176$. Karena hasil dari $t_{hitung} (5,73) > t_{tabel} (2,176)$ maka H_0 ditolak, jadi ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pelatihan. Sedangkan untuk ketrampilan setelah pelatihan, 100% responden mengalami peningkatan ketrampilan. Hasil uji tanda dengan $\alpha=0,05$ dan $db=12$, didapatkan $t_{tabel}=2,176$. Karena hasil dari $t_{hitung} (15,399) > t_{tabel} (2,176)$ maka H_0 ditolak, jadi ada perbedaan ketrampilan sebelum dan sesudah pelatihan.

Simpulan dari penelitian ini adalah setelah pelatihan terjadi peningkatan pengetahuan dan ketrampilan. Petugas kesehatan khususnya bidan di Desa Geger diharapkan memberikan penyuluhan kesehatan tentang perawatan payudara untuk meningkatkan cakupan ASI eksklusif di Desa Geger.

Kata kunci: pengetahuan, ketrampilan, pelatihan, ibu hamil, perawatan payudara