

# **Pendidikan Kesehatan Teknik Menyusui Pada Nyonya E di Klinik Bina Sehat Kabupaten Bantul**

## **Health Education on Breastfeeding Techniques for Mrs E at The Bina Sehat Clinic Bantul Regency**

**Lucki Dwi Setiawati<sup>1</sup>, Nining Tunggal Sri Sunarti<sup>2\*</sup> Winarsih<sup>3</sup>**

<sup>1,2</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Akbidyo

<sup>3</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Estu Utomo

### **ABSTRACT**

*The postpartum period is a recovery period after pregnancy and childbirth. This period is important for every woman who has just given birth because there are many changes and anxieties, one of the anxieties is not being able to provide breast milk properly to her baby. Providing health education on breastfeeding techniques is very helpful in overcoming anxiety. Health education on breastfeeding techniques can help maintain exclusive breastfeeding for six months, The aim of the research is to provide midwifery care during the postpartum period by providing Health Education on Breastfeeding Techniques to Mrs. E at the Bina Sehat Clinic, method this research is qualitative with case studies, the informants in this research are postpartum mothers who gave birth at the Bina Sehat Clinic, data collection used interviews, observation and documentation studies, results/findings of providing health education on breastfeeding techniques carried out on Mrs. E during postpartum midwifery care from six hour postpartum period to thirteenth day was successfully carried out with the result that the mother was able to apply correct breastfeeding techniques to her baby. Education Healthy breastfeeding techniques are carried out in accordance with standard operating procedures and have been implemented.*

### **ABSTRAK**

Masa nifas merupakan masa pemulihan setelah proses kehamilan dan persalinan. Masa ini penting bagi setiap wanita yang baru saja melahirkan karena terjadi banyak perubahan dan kecemasan, salah satu kecamasannya yaitu tidak dapat memberikan ASI dengan baik kepada bayinya. Pemberian pendidikan kesehatan teknik menyusui sangat membantu dalam mengatasi kecamasannya. Pendidikan kesehatan teknik menyusui dapat membantu keberlangsungan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan. Tujuan penelitian untuk melakukan asuhan kebidanan masa nifas dengan melakukan pemberian Pendidikan Kesehatan Teknik Menyusui Pada Nyonya E Di Klinik Bina Sehat, metode penelitian ini kualitatif dengan studi kasus, informan dalam penelitian ini adalah ibu nifas yang melahirkan di Klinik Bina Sehat, pengambilan data menggunakan wawancara, observasi dan studi dokumentasi, hasil/temuan pemberian pendidikan kesehatan teknik menyusui yang dilakukan pada Nyonya E dalam asuhan kebidanan masa nifas enam jam sampai hari ke tigabelas berhasil dilakukan dengan hasil bahwa ibu dapat menerapkan teknik menyusui yang benar kepada bayinya. Pendidikan kesehatan teknik menyusui dilakukan sesuai dengan standar operasional prosedur dan telah diterapkan.

**Keywords :** Health Education, Breastfeeding Techniques,

**Kata Kunci :** Pendidikan kesehatan, teknik menyusui

**Correspondence :** Nining Tunggal Sri Sunarti

Email : [niningtunggal25@gmail.com](mailto:niningtunggal25@gmail.com)

• Received 23 Desember 2023 • Accepted 03 Januari 2024 • Published 30 Januari 2024

• e - ISSN : 2963 – 413X • DOI : <https://doi.org/10.31004/emj.v2i3.10350>

## PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan masa pemulihan setelah proses kehamilan dan persalinan, yang biasanya berlangsung selama enam minggu. Wanita yang baru saja melahirkan pasti mengalami atau memiliki pengalaman yang berbeda-beda. Ibu dalam masa nifas biasanya akan khawatir dengan kondisinya, seperti takut salah merawat bayinya, tidak bisa memberikan Air Susu Ibu (ASI) sedini mungkin dan bisa saja mengalami gangguan psikologis. Kondisi ibu nifas juga bisa mengalami kecemasan yang akibatnya ibu akan mudah lelah (Nurainun & Susilowati, 2021).

Kecemasan yang di alami ibu nifas akan mengakibatkan ibu stress dan hal ini akan mengganggu proses laktasi sehingga bisa menjadi pengaruh besar pada produksi ASI. Hal ini mengakibatkan pembengkakan pada payudara, puting lecet, ASI tidak keluar bahkan bisa menjadi bendungan ASI. Kecemasan lainnya yaitu takutnya ibu pada proses menyusui pertama kali karena ketidakpahaman ibu terkait cara atau teknik menyusui yang benar (Puspitasari, 2018).

Ketidakpahaman ibu terkait teknik menyusui dapat menghambat pemberian ASI eksklusif contohnya ibu akan menggantikan ASI dengan susu formula atau ASI eksklusif tidak di berikan penuh sampai dengan 6 bulan. Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat melaporkan bahwa pada tahun 2022 capaian indikator bayi usia kurang dari 6 bulan mendapatkan ASI eksklusif sebesar 69,96% dengan provinsi tertinggi yaitu Daerah Istimewa Yogyakarta Mencapai 147,91% (Kemenkes RI, 2022).

Pendidikan kesehatan teknik menyusui penting diberikan kepada ibu yang baru saja melahirkan. Guna untuk membantu keberlangsungan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan dan mencegah terjadinya kejadian puting lecet, ASI tidak lancar atau bendungan ASI. Hal ini dilakukan berdasarkan Kepmenkes 320 Tahun 2020 yang menjelaskan bahwa bidan dapat melakukan keterampilan asuhan kebidanan masa nifas salah satunya yaitu masa laktasi.

Pendidikan kesehatan teknik menyusui tidak hanya di berikan pada ibu primipara saja, juga harus diberikan pada ibu multipara sebab ibu yang sudah pernah melahirkan perlu di ingatkan kembali kepada teknik menyusui. Hal ini dibuktikan oleh Astuti & Anggarawati (2021) dengan hasil penelitiannya yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan teknik menyusui dapat menunjang keberhasilan ibu dalam menyusui bayinya dengan baik dan benar dan terjadi peningkatan pengetahuan serta kemampuan ibu dalam menyusui dengan baik dan benar.

Klinik Umum Pratama Bina Sehat merupakan klinik umum yang melayani berbagai asuhan kebidanan yang berkualitas, salah satunya yaitu asuhan kebidanan masa nifas yaitu teknik menyusui. Ibu yang baru saja melahirkan diberikan pendidikan kesehatan tentang teknik menyusui yang benar. Pendidikan kesehatan teknik menyusui diberikan ketika 2 jam postpartum dan selama ibu masih berada dalam pengawasan masa nifas.

Nyonya E salah satu pasien di Klinik Umum Pratama Bina Sehat yang diberikan asuhan kebidanan. Nyonya E mengalami kesulitan saat menyusui bayinya karena ini merupakan anak pertamanya. Sehingga bisa menyebabkan cara menyusui ibu tidak benar. Oleh karena itu, penulis tertarik memberikan asuhan kepada Ny. E yaitu memberikan pendidikan kesehatan atau edukasi tentang teknik menyusui yang benar guna untuk menunjang keberhasilan ASI eksklusif.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan studi kasus. Lokasi penelitian di Klinik Amanda yang terletak di Wilayah Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Informan pada penelitian ini adalah ibu hamil trimester III. Teknik pengambilan informan dengan purposive sampling yaitu dengan kriteria yang telah ditentukan meliputi ibu nifas, melahirkan di klinik Bina Sehat, bersedia menjadi informan. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara mendalam dan untuk keabsahan data dilakukan triangulasi sumber dengan melakukan observasi dan studi dokumentasi.

## HASIL

Pendidikan kesehatan teknik menyusui diberikan kepada Nyonya E mulai enam jam post partum sampai hari ketigabelas post partum. Pada pengajian saat enam jam post partum ibu merasa cemas karena ASI belum keluar dan ibu mengatakan kesulitan dalam menyusui bayinya karena ibu tidak tau cara menyusui bayinya dengan benar. Untuk mengatasi masalah tersebut dilakukan pendidikan kesehatan cara menyusui yang benar kepada pasien. Pendidikan kesehatan diberikan dengan metode demonstrasi disertai praktik secara langsung.

Langkah-langkah dalam melakukan pendidikan kesehatan teknik menyusui adalah sebagai berikut: pertama menjaga privasi pasien dengan menutup pintu kamar, mencuci tangan dan mengajarkan ibu mencuci tangan yang benar, mengatur posisi duduk ibu, letakan bantal diatas paha ibu dan membuka pakaian bagian atas, serta memastikan areola bersih. Langkah selanjutnya letakan kepala bayi pada siku ibu dan telapak tangan menompang bokong bayi, letakan badan bayi menghadap ibu, sehingga menjadi satu garis lurus, sangga dasar payudara dengan jari-jari tangan, rangsang mulut bayi menggunakan ujung jari dan pastikan mulut bayi menyusu hingga puting sampai areola. Menyusukan bayi sampai payudara terasa kosong

Setelah selesai menyusui selanjutnya melepaskan payudara dengan cara meletakkan jari kelingking di sudut mulut bayi, jika bayi masih belum kenyang selanjutnya pindah menyusui ke payudara sebelah, setelah selesai, membersihkan kembali puting, menyedawakan bayi dan terakhir mencuci tangan kembali.

Observasi keberhasilan pendidikan kesehatan teknik menyusui yang diberikan kepada Ny. E seperti pada tabel di bawah ini :

Tabel 1. Observasi keberhasilan pendidikan kesehatan teknik menyusui

Nifas hari ke	Hasil evaluasi
5	Masih kesulitan menyusui, ASI sudah keluar
13	Bisa menyusui dengan benar, ASI lancar

## PEMBAHASAN

Asuhan kebidanan pasca persalinan atau nifas penting untuk dilakukan. perawatan nifas merupakan asuhan yang penting bagi ibu dan keluarga (Dinata & Nislawaty, 2023; Mawardi & Apriyanti, 2023; Nursyafitri & Syahda, 2023). Pada masa nifas ini banyak keluhan yang dirasakan ibu. Hasil pengkajian pada masa nifas 6 jam Ny. E mengeluhkan ASI nya belum keluar dan tidak ada cairan apapun yang keluar sehingga ibu mengalami kecemasan tidak bisa memberikan ASI sedini mungkin kepada bayinya. Penulis memberikan penjelasan kepada ibu yaitu berupa memberitahu kepada ibu bahwa ASI yang pertama kali keluar di sebut dengan kolostrum, dan kolostrum ini berjumlah sangat sedikit. Hal ini dibuktikan pada penelitian Aminah *et al.*, (2022) yaitu ASI yang pertama keluar disebut dengan kolostrum, kolostrum adalah jenis susu yang diproduksi pada tahap akhir kehamilan dan pada hari-hari awal setelah melahirkan. Warna kolostrum kuning dan kental dan jumlahnya tidak banyak dan salah satu penyebab kurangnya produksi ASI pada ibu primipara yaitu karena ibu kurang mengerti tentang bagaimana cara atau teknik menyusui yang benar, hal ini dikarenakan ibu baru pertama kali melahirkan dan menyusui. Sehingga ibu menjadi tidak panik karena ASI belum keluar (Kurniawati & Srianingsih, 2021).

Ny. E belum memiliki pengalaman dalam menyusui bayi karena ini merupakan anak pertama. Keluhan lain yang dirasakan Ny. E yaitu tidak bisa menyusui bayinya karena tidak tahu cara menyusui yang baik dan benar. Berdasarkan keluhan tersebut dilakukan pendidikan kesehatan tentang teknik menyusui. Hal ini sesuai dengan penelitian Puspitasari *et al.*, (2021) bahwasanya pendidikan teknik menyusui penting diberikan kepada ibu yang baru saja melahirkan karena menyusui yang baik dan benar merupakan kunci utama keberhasilan dalam menyusui.

Peran keluarga dalam pemberian ASI eksklusif ini sangat berpengaruh besar dalam keberhasilan ASI eksklusif. Suami nyonya E berperan aktif pada saat sedang diberikan pendidikan kesehatan teknik menyusui, aktif bertanya dan mendampingi pada saat ibu menyusui bayinya. Hal ini sesuai dengan filosofi dasar bidan *women and family partnership* yang menjelaskan bahwa bidan dapat bertukar informasi atau berkolaborasi dengan keluarga pasien sehingga bisa meningkatkan pengetahuan pasien juga keluarga. Hal ini juga di buktikan dengan

penelitian yang dilakukan oleh (Rambu, 2019), yang menjelaskan pelaksanaan pemberian ASI eksklusif sangat memerlukan dukungan dari suami dan keluarga.

Penulis memberikan asuhan yaitu pendidikan kesehatan teknik menyusui dengan metode demonstrasi, disini pasien langsung diajarkan dan langsung menerapkan langkah-langkah teknik menyusui tersebut. Metode demonstrasi dinilai sangat efektif dan dapat memberikan pengaruh cepat terhadap perubahan pasien. Hal ini di buktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Astuti & Surasmi (2016) menyakan bahwa pelaksanaan penyuluhan dengan metode demonstrasi sangat efektif, metode ini terbukti dapat meningkatkan kemampuan ibu dalam menyusui sehingga ibu dapat menyusui bayinya dengan teknik yang benar.

Asuhan yang diberikan dengan posisi menyusui *cradle hold*. Posisi *cradle hold* merupakan posisi duduk tegak lurus yang nyaman bagi ibu, posisi ini adalah posisi yang paling favorit bagi ibu yang menyusui dan posisi ini paling sering digunakan. Posisi *cradle hold* dilakukan dengan cara memangku bayi dengan tangan untuk membuatnya menyusui di payudara sehingga perut bayi menyatu dengan perut ibu. Posisi ini direkomendasikan oleh (Kowi et al., 2023) dari hasil penelitiannya posisi *cradle hold* efektif untuk mencegah puting susu lecet.

Pada hari ke 13 masa nifas, pada pengkajian ini Nyonya E mengatakan sudah bisa menyusui bayinya dengan benar dan sudah tidak bingung kembali dengan cara menyusui yang benar. Edukasi atau pendidikan kesehatan yang penulis berikan dapat berjalan dengan baik dengan hasil sebelum diberikannya pendidikan kesehatan ibu kesulitan dalam menyusui bayinya dan pada saat sudah diberikan ibu sudah bisa dalam menyusui bayinya dengan benar. Pendidikan kesehatan yang diberikan secara terus menerus dan dilakukan pendampingan akan memberikan pengaruh yang baik terhadap perubahan perilaku. Ibu nifas yang telah mendapatkan edukasi teknik menyusui yang benar mengalami peningkatan kemampuan menyusui antara sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan tentang cara menyusui yang baik dan benar (Findayanti & Sholihah, 2023).

Pendidikan kesehatan ini berhasil di terapkan oleh Nyonya E karena saat dilakukan pemantauan pada masa nifas hari pertama hingga hari ke 13, Nyonya E tidak mengeluhkan dan tidak ditemukan adanya putingnya lecet. Ibu yang menyusui dengan teknik benar memberikan kenyamanan saat menyusui sehingga tidak terjadi puting susu lecet. Keterampilan dalam teknik menyusui sangat berpengaruh terhadap kemampuan ibu dalam memberikan ASI pada bayinya dan mencegah terjadinya puting lecet. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara teknik menyusui dengan kejadian puting susu lecet pada ibu menyusui (Mujenah et al., 2023; Sulymbona et al., 2021).

## SIMPULAN

Pendidikan kesehatan teknik menyusui yang dilakukan kepada Nyonya E dalam asuhan kebidanan masa nifas di Klinik Bina Sehat dilakukan sesuai dengan standar asuhan kebidanan. Pendidikan kesehatan diberikan dengan cara melakukan demonstrasi dan pasien mempraktikkan secara langsung. Pasien mengikuti kegiatan dengan antusias dan dapat melakukan sendiri dengan baik. Keluarga ikut mendukung keberhasilan dalam menyusui.

## KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak terdapat konflik kepentingan didalam penelitian ini.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada teman sejawat, responden dan klinik Bina Sehat yang telah membantu sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dan dipublikasikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aminah, S., Ardiyanti, Y., Listiana, E., & Haryanti, D. (2022). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Produksi Asi Pertama Pada Ibu Melahirkan Spontan Di Ruang Mawar Rsud Dr. H. Soewondho Kendal. *Jurnal Surya Muda*, 4(1), 90–98. <https://doi.org/https://doi.org/10.38102/jsm.v4i1.169>
- Astuti, S. L. D., & Surasmi, A. (2016). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Menyusui Dengan Metode Demonstrasi Terhadap Kemampuan Ibu Menyusui Di Rumah Bersalin Wilayah Banjarsari Surakarta. *Jurnal Terpadu Lmu Kesehatan*, 5(2), 112–216.
- Astuti, Y., & Anggarawati, T. (2021). Pendidikan Kesehatan Teknik Menyusui Terhadap Peningkatan Kemampuan Menyusui Pada Ibu Primipara. *Journal of Nursing Research (IJNR)*, 3(1), 26. <https://doi.org/https://doi.org/10.35473/ijnr.v3i1.904>
- Dinata, W. A., & Nislawaty. (2023). Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas Di PMB Nurwati Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Air Tiris. *Evidance Midmifery Journal*, 2(2), 19–22.
- Findayanti, & Sholihah, A. N. (2023). Pengaruh Edukasi Teknik Menyusui Terhadap Keefektifan Ibu Nifas Dalam Menyusui. *Jurnal Promotif Preventif*, 6(1), 176–181.
- Kemenkes RI. (2022). *Laporan Akuntabilitas Kinerja Instansi Pemerintah ( LAKIP ) Tahun 2022*.
- Kowi, R., Winarti, E., & Mirasa, Y. A. (2023). Efektifitas Teknik Menyusui Cradle Hold Dan Football Hold Terhadap Kejadian Puting Susu Lecet Pada Ibu Nifas Tahun 2023 The Effectiveness Of Techniques Of Cradle Hold And Football Hold Lowing On The Event Of Labet Milk Clothing In The Principal Mother Yea. *Jurnal Student Scientific*, 1(2), 123–130.
- Kurniawati, S., & Srianingsih. (2021). Hubungan Teknik Menyusui dengan Produksi Asi pada Ibu Primipara. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 8(1), 53–60. <https://doi.org/10.55500/jikr.v8i1.133>
- Mawardi, N. D., & Apriyanti, F. (2023). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Pasca Persalinan Di PMB Nelly Suryani Wilayah Kerja Puskesmas Kuok. *Evidance Midmifery Journal*, 2(4), 1–6.
- Mujenah, Wahyutri, E., & Noorma, N. (2023). Hubungan Teknik Menyusui dengan Kejadian Puting Lecet Pada Ibu Post Partum di RSD dr H Soemarno Sosroatmodjo Tanjung Selor. *Aspiration of Health Journal*, 01(01), 135–145.
- Nurainun, E., & Susilowati, E. (2021). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas. *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*, 7(1), 20. <https://doi.org/10.30602/jkk.v7i1.611>
- Nursyafitri, R., & Syahda, S. (2023). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Pasca Persalinan Di PMB Erida Rismayanti Wilayah Kerja Puskesmas Laboy Jaya Tahun 2022. *Evidance Midmifery Journal*, 2(1), 21–26.
- Puspitasari, D., Candra, K., Farhati, & Yanti, Y. (2021). Application of Correct Breastfeeding Technique Health Education to Achieve. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2(2), 722–728.
- Puspitasari, E. (2018). Pengaruh Pemberian Susu Kedelai Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Rb Bina Sehat Bantul. *Jurnal Kebidanan*, 7(1), 54–60.
- Rambu, S. H. (2019). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Di Puskesmas Biak Kota. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 8(2), 123–130.
- Sulymbona, N., Russiska, Marlina, M. T., & Mutaharoh, E. S. (2021). Hubungan Cara Pemberian ASI dengan Kejadian Masalah Pada Puting Lecet di UPTD Puskesmas Nusaherang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada*, 12(01), 97–106. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v12i1.260>