

**PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG TEHNIK MENYUSUI YANG
BENAR TERHADAP PERILAKU MENYUSUI PADA
IBU NIFAS PRIMIPARA**

Fifi Nur Amalia¹, Evy Tri Susanti²

^{1,2} Akademi Keperawatan Karya Bhakti Nusantara Magelang
Telp. 081328487886/ E-mail : evytrisusanti@yahoo.co.id

ABSTRAK

Latar belakang: Menyusui merupakan proses alami yang tidak mudah dilakukan, maka diperlukan pengetahuan dan latihan tehnik menyusui yang tepat. Tehnik menyusui adalah cara memberikan Air Susu Ibu (ASI) dengan posisi ibu dan bayi dengan benar dengan indikator posisi ibu dan bayi, perlekatan bayi yang tepat, keefektifan hisapan bayi pada payudara sehingga kebutuhan nutrisi bayi tercukupi. Ibu nifas primipara biasanya menyusui bayinya dengan posisi dan perlekatan yang kurang tepat disebabkan karena kurangnya pengalaman ibu dalam praktik menyusui sehingga diperlukan pendidikan kesehatan tentang tehnik menyusui yang benar agar tidak mengakibatkan puting lecet dan bayi tidak menyusu dengan kuat. **Tujuan:** Mengetahui gambaran pemberian pendidikan kesehatan tentang tehnik menyusui yang benar terhadap perilaku menyusui pada ibu nifas primipara. **Metode:** Penelitian deskriptif kualitatif dengan studi kasus yang dilakukan pada tanggal 25-27 Maret 2019 yaitu pemberian pendidikan kesehatan tentang tehnik menyusui yang benar terhadap perilaku menyusui ibu nifas primipara. Subyek adalah Ny. P, usia 22 tahun, ibu nifas primipara, yang masih bingung tentang cara menyusui yang benar. **Hasil:** Pendidikan kesehatan dengan metode demonstrasi tehnik menyusui yang benar dengan media phantom bayi dan phantom payudara dengan hasil sebelum dilakukan pendidikan kesehatan Ny. P dapat melakukan 2 dari 11 tehnik menyusui dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan dapat melakukan 11 tehnik menyusui langsung pada bayinya dengan benar sesuai prosedur. **Simpulan:** Terdapat peningkatan pengetahuan Ny. P setelah diberikan pendidikan kesehatan dari 2 menjadi 11 tehnik menyusui yang benar, Ny. P dapat melakukan tehnik menyusui yang benar pada bayinya.

Kata kunci : Pendidikan kesehatan, perilaku menyusui, primipara, tehnik menyusui

ABSTRACT

Background: Breastfeeding is a natural process that is not easy to do, so it requires proper knowledge and training in breastfeeding techniques. Breastfeeding technique is a way of giving breast milk (ASI) in the correct position of the mother and baby with indicators of the position of mother and baby, proper attachment of the baby, the effectiveness of the baby's suction on the breast so that the baby's nutritional needs are fulfilled. Primiparous postpartum mothers usually breastfeed their babies with inappropriate positions and attachments due to the mother's inexperience in breastfeeding practices so that health education is needed on proper breastfeeding techniques so as not to cause sore nipples and the baby not to suckle firmly. **Objective:** To determine the description of the provision of health education about correct breastfeeding techniques on breastfeeding behavior in primiparous postpartum mothers. **Methods:** A qualitative

descriptive study with a case study conducted on March 25-27 2019, namely the provision of health education about correct breastfeeding techniques for the breastfeeding behavior of primiparous postpartum mothers. The subject is Mrs. P, 22 years old, a primiparous puerperal mother, who is still confused about how to breastfeed properly. **Results:** Health education with the correct method of demonstration of breastfeeding techniques using the medium of the baby's and breast's phantom with the results before the health education was carried out. P can do 2 out of 11 breastfeeding techniques and after health education can do 11 breastfeeding techniques directly to her baby according to the procedure. **Conclusion:** There is an increase in Mrs. P after being given health education from 2 to 11 correct breastfeeding techniques, Mrs. P can do the correct technique of breastfeeding the baby.

Keywords: Health education, breastfeeding behavior, primiparous, breastfeeding techniques

PENDAHULUAN

Menyusui adalah suatu proses alamiah yang tidak mudah, sehingga perlu adanya pengetahuan dan latihan tehnik menyusui yang benar (Soetjiningsih, 2011). Tehnik menyusui adalah cara memberikan Air Susu Ibu (ASI) dengan posisi ibu dan bayi dengan benar, dengan indikator meliputi posisi ibu dan bayi (*body position*), perlekatan bayi yang tepat (*latch*), keefektifan hisapan bayi pada payudara (*effective sucking*). Tehnik menyusui adalah suatu cara pemberian ASI yang dilakukan oleh ibu kepada bayinya demu mencukupi kebutuhan nutrisi bayi tersebut (Gupte, 2008).

Masalah yang sering muncul pada ibu post partum primipara adalah posisi dan perlekatan bayi saat menyusui yang kurang tepat, hal ini disebabkan karena kurangnya pengalaman ibu dalam praktik menyusui (Goyal, 2011). Ibu primipara harus dilakukan peningkatan dalam penerapan tehnik menyusui saat sebelum atau sesudah melahirkan, apabila tidak menerapkan tehnik menyusui yang benar akan

berdampak pada ibu seperti puting lecet dan bayi tidak menyusu dengan kuat, sehingga nutrisi bayi tidak terpenuhi.

Pendidikan kesehatan adalah upaya yang dilakukan untuk masyarakat sehingga mereka mau dan mampu untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan mereka sendiri. Tujuan pendidikan kesehatan adalah meningkatkan derajat kesehatan, baik fisik, mental dan sosial sehingga produktif secara ekonomi maupun sosial. Tehnik pendidikan kesehatan merupakan media untuk menyampaikan pesan atau mentransformasikan perilaku kesehatan kepada masyarakat (Notoatmojo, 2010).

Pendidikan kesehatan tentang tehnik menyusui yang benar meliputi demonstrasi tentang cara cuci tangan yang benar, cara mengoles puting dengan ASI, cara meletakkan bayi, cara perlekatan yang benar, cara menempelkan mulut bayi dengan benar, cara memegang payudara, cara menyusu dengan payudara bergantian, cara membersihkan mulut bayi setelah disusui,

cara menyendawakan bayi. Setelah diberikan pendidikan kesehatan diharapkan ibu mampu melakukan dengan benar pada bayinya (Vivian, 2011).

Hasil penelitian Mulati pada tahun 2016 tentang pengaruh pelatihan tehnik menyusui yang benar pada ibu nifas primipara terhadap keterampilan menyusui di wilayah Kabupaten Klaten menunjukkan hasil ada perbedaan rerata skor keterampilan ibu nifas dalam menyusui sebelum dan sesudah dilakukan satu kali pelatihan tehnik menyusui yang benar, hasil uji Wilcoxon antara data pre dan post test menunjukkan nilai *p value* 0,000 dimana $p < 0,05$ yang berarti ada perbedaan antara nilai keterampilan ibu nifas primipara sebelum dan setelah diberikan satu kali pelatihan tentang tehnik menyusui yang benar.

Studi pendahuluan didapatkan Ny. P dirawat di Ruang Muzdalifah RS PKU Muhammadiyah Temanggung, telah melahirkan anak pertama dengan persalinan normal, masih bingung cara menyusui yang benar dan belum pernah mendapatkan informasi tentang tehnik menyusui yang benar. Berdasarkan pernyataan diatas maka dapat menyimpulkan untuk pertanyaan pada karya ilmiah ini adalah “Bagaimana hasil pemberian pendidikan kesehatan tentang tehnik menyusui yang benar terhadap perilaku menyusui pada ibu nifas primipara pada Ny. P di Ruang Muzdalifah RS PKU Muhammadiyah Temanggung?”

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian studi kasus kualitatif dengan strategi penelitian *case study research* untuk memberikan gambaran tentang pemberian pendidikan kesehatan tentang tehnik menyusui yang benar terhadap perilaku menyusui pada ibu nifas primipara Ny. P di Ruang Muzdalifah RS PKU Muhammadiyah Temanggung, sehingga dapat menjelaskan dan mempelajari suatu kejadian yang dilakukan secara integrative, komperhensif agar memperoleh pemahaman yang mendalam tentang penerapan tehnik menyusui yang benar.

Subjek penelitian ini adalah Ny. P umur 22 tahun, pekerjaan ibu rumah tangga, pendidikan SLTA, telah melahirkan anak pertama dengan persalinan normal, masih bingung cara menyusui yang benar dan belum pernah mendapatkan informasi tentang tehnik menyusui yang benar. Pelaksanaan pengambilan kasus telah berlangsung dan selesai dilakukan pada tanggal 25-27 Maret 2019, yang telah dilakukan di Ruang Muzdalifah RS PKU Muhammadiyah Temanggung.

Metode karya ilmiah ini menggunakan metode pemberian pendidikan kesehatan tentang tehnik menyusui yang benar sesuai Satuan Acara Penyuluhan (SAP), pedoman observasi tentang tehnik menyusui yang benar pada pasien setelah diberikan pendidikan kesehatan sesuai dengan Standar Operasional

Prosedur (SOP), menggunakan pedoman wawancara tidak terstruktur yaitu dengan menyusun pedoman wawancara pada Ny. P untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang teknik menyusui. Alat yang digunakan dalam penelitian meliputi SAP, pedoman wawancara pada pasien, lembar observasi sesuai SOP, alat cuci tangan, phantom payudara dan phantom bayi.

Metode pengumpulan data diawali dengan memilih satu pasien ibu nifas primipara, yang belum tahu tentang teknik menyusui yang benar, belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang teknik menyusui yang benar sebelumnya, bersedia dijadikan subjek dalam penelitian, bersedia menandatangani *informed consent*. Pengumpulan data ini dilakukan selama 3 hari berturut-turut, pada hari pertama peneliti melakukan pengkajian menyeluruh tentang masalah yang dihadapi pasien dan menggali pengetahuan pasien tentang teknik menyusui, melakukan kontrak yang telah disepakati bersama, menjelaskan tentang prosedur yang akan dilakukan yaitu memberikan pendidikan kesehatan dengan metode demonstrasi dan evaluasi perilaku ibu saat menyusui yang dilakukan selama 3 hari yang berlangsung sejak tanggal 25-27 Maret 2019.

Uji keabsahan data/triangulasi data dilakukan dengan menggunakan validasi antara perawat (P), klien (A) dan perawat ruangan (B) sebagai sumber dalam menggali informasi, validasi data penelitian untuk

menjamin keabsahan maka perlu dilakukan triangulasi, yaitu triangulasi sumber dengan melakukan cek silang antara klien dengan perawat ruangan serta melalui rekam medik klien, triangulasi metode dengan menggunakan observasi apa yang telah disampaikan oleh klien dan perawat dalam wawancara.

HASIL

Pengambilan responden dilakukan pada tanggal 25-27 Maret 2019, adapun kegiatan yang dilakukan sebagai berikut meminta *informed consent* pada Ny. P, melakukan pengkajian tingkat pengetahuan awal, memberikan pendidikan kesehatan dengan cara demonstrasi dan melakukan evaluasi teknik menyusui yang benar pada pasien langsung pada bayinya.

Responden yang dilibatkan dalam penelitian ini yaitu pasien ibu nifas primipara yang belum mengetahui tentang teknik menyusui yang benar, yang belum pernah diberikan pendidikan kesehatan tentang teknik menyusui yang benar sebelumnya, pasien yang mampu berkomunikasi dengan baik, kooperatif dan bersedia untuk dijadikan responden dalam penelitian dan telah menandatangani *informed consent* yang berisi persetujuan untuk dilakukan pendidikan kesehatan dengan metode demonstrasi dan dilakukan evaluasi langsung pada bayinya.

Subjek A dengan umur 22 tahun, bertempat tinggal di Temanggung, pekerjaan

sebagai ibu rumah tangga. Subjek A masuk ke rumah sakit pada tanggal 25 Maret 2019, pukul 04.02 WIB, dengan keluhan nyeri persalinan, pada jam 08.00 wib bayi lahir dengan persalinan normal. Subjek A mengatakan masih bingung tentang cara menyusui yang benar karena belum berpengalaman dan belum pernah mendapat pendidikan kesehatan tentang teknik menyusui yang benar sebelumnya.

Kegiatan pada pertemuan pertama pada tanggal 25 Maret 2019 Pukul 13.00 WIB, menggali pengetahuan pasien tentang teknik menyusui yang benar dengan wawancara dan meminta pasien mempraktekan cara menyusui yang benar sebelum dilakukan tindakan pendidikan kesehatan pada subjek A menggunakan wawancara dan didapatkan hasil bahwa Ny. P belum tahu tentang teknik menyusui yang benar. Hal ini dapat dibuktikan dari kutipan percakapan antara subjek A dan peneliti sebagai berikut :

“Saya taunya menyusui dengan payudara bergantian dan kalau sudah selesai menyusui mulut dan kedua pipi bayi dibersihkan menggunakan lap atau tissue mbak” (A,15- 25).

Dibuktikan dengan hasil observasi dengan ceklist SOP teknik menyusui, Ny. P hanya mampu melakukan 2 dari 11 teknik menyusui yang benar.

Kemudian pada pertemuan kedua pada tanggal 26 Maret 2019 pukul 10.00 WIB, peneliti melakukan pendidikan kesehatan

selama 20 menit dengan metode demonstrasi dengan media phantom payudara dan phantom bayi. Pendidikan kesehatan meliputi pengertian, manfaat, dan demonstrasi teknik menyusui yang benar selama 20 menit, semua langkah teknik menyusui yang benar dilakukan sesuai SOP yang sudah terlampir. Dengan cara mencuci tangan, kedua membersihkan puting susu dan areola dengan menggunakan air hangat, ketiga memeras sedikit ASI untuk dioleskan pada sekitar puting cara ini mempunyai manfaat sebagai desinfektan dan menjaga kelembaban puting susu, letakkan bayi pada satu lengan, kepala bayi berada pada lengkung siku ibu dan bokong bayi berada pada lengan bawah ibu.

Menempelkan perut bayi pada perut ibu dengan meletakkan satu tangan bayi dibelakang badan ibu dan yang satu didepan kepala bayi menghadap payudara, Bibir bawah bayi terletak dibawah puting susu, dagu menempel pada payudara ibu, mulut bayi terbuka lebar dan bibir bayi membuka lebar keempat posisi menyusui yang benar itu dengan duduk, berdiri, rebahan seperti ini (dipraktekkan). Selanjutnya memegang payudara dengan ibu jari diatas dan yang lain menopang dibawah serta jangan menekan puting susu, menyusui bayi dengan payudara bergantian jika salah satu payudara terasa kosong bisa bergantian, selesai menyusui tidak lupa untuk membersihkan kedua pipi bayi dengan menggunakan tissue atau lap, selanjutnya adalah menyendawakan bayi agar

udara yang terhisap bisa keluar dengan cara bayi digendong tegak dengan bersandar pada bahu ibu kemudian punggung ditepuk

Pertemuan ketiga yang dilakukan pada tanggal 27 Maret 2019 pukul 08.00 WIB, peneliti melakukan evaluasi dari penerapan tehnik menyusui yang benar setelah diberikan pendidikan kesehatan dan didapatkan hasil bahwa Ny. P mampu mempraktekkan semua tehnik yaitu 11 tehnik menyusui dengan benar langsung dilakukan pada bayinya sesuai ceklist pada SOP, hal ini juga dapat dilihat dari kutipan wawancara yang diungkapkan antara peneliti dan subjek A, sebagai berikut :

“Saya sudah bida melakukan tehnik menyusui yang benar mba. Yang pertama mencuci tangan, kedua membersihkan puting susu dan areola dengan menggunakan air hangat, ketiga memeras sedikit ASI untuk dioleskan pada sekitar puting, letakkan bayi pada satu lengan, kepala bayi berada pada lengkung siku ibu dan bokong bayi berada pada lengan bawah ibu. Menempelkan perut bayi pada perut ibu dengan meletakkan satu tangan bayi dibelakang badan ibu dan yang satu didepan kepala bayi menghadap payudara, Bibir bawah bayi terletak dibawah puting susu, dagu menempel pada payudara ibu, mulut bayi terbuka lebar dan bibir bayi membuka lebar keempat posisi menyusui yang benar itu dengan duduk. Selanjutnya memegang payudara dengan ibu jari diatas dan yang lain menopang dibawah serta janganmenekan puting susu, menyusui bayi dengan payudara bergantian jika salah satu payudara terasa kosong bisa bergantian, selesai menyusui tidak lupa untuk membersihkan kedua pipi bayi dengan menggunakan tissue atau lap, selanjutnya adalah menyendawakan

bayi agar udara yang terhisap bisa keluar dengan cara bayi digendong tegak dengan bersandar pada bahu ibu kemudian punggung ditepuk perlahan-lahan sampai bayi bersendawa” (A, 148-172).

PEMBAHASAN

1. Gambaran perilaku menyusui sebelum dilakukan pendidikan kesehatan.

Sebelum dilakukan pendidikan kesehatan didapatkan hasil wawancara dengan informan subjek A bahwa Ny. P masih bingung tentang cara menyusui yang benar karena belum berpengalaman, baru melahirkan anak pertama, dan hasil obesrvasi dengan ceklist hanya mampu melakukan 2 dari 11 tehnik menyusui dengan benar.

Primipara adalah seorang wanita yang hamil untuk pertama kali. Masalah yang sering timbul pada ibu primipara adalah salah dalam menyusui bayinya, karena kurangnya pengalaman dan pengetahuan tentang teknik menyusui yang benar (Hakimin, 2010). Intervensi yang dilakukan untuk mengatasi hal tersebut adalah dengan mengajari tentang teknik menyusui yang benar. Teknik menyusui adalah cara memberikan ASI dengan posisi ibu dan bayi dengan benar. Indikator dalam proses menyusui yang efektif dan benar meliputi posisi ibu dan bayi (*body position*), perlekatan bayi yang tepat (*latch*), keefektifan hisapan bayi pada

payudara (*effective sucking*). Teknik menyusui adalah suatu cara pemberian ASI yang dilakukan oleh ibu kepada bayinya demi mencukupi kebutuhan nutrisi bayi tersebut (Gupte, 2008).

2. Gambaran perilaku menyusui setelah dilakukan pendidikan kesehatan.

Hasil yang didapatkan peneliti setelah diberi pendidikan kesehatan tentang teknik menyusui yang benar, Ny. P mampu menerapkan 11 tehnik menyusui dengan benar pada bayinya, dan bayi saat menyusu tidak rewel dan terlihat nyaman. Hal ini sesuai dengan teori (Vivian, 2011) yang menjelaskan bahwa cara menyusui sangat mempengaruhi kenyamanan bayi dalam menghisap ASI, jika bayi tidak nyaman maka akan sedikit saat menyusu.

Sebelum menyusui Ny. P memeras sedikit ASI untuk dioleskan pada payudara sehingga puting menjadi lembab. Hal ini sesuai dengan teori (Vivian, 2011) yang menjelaskan manfaat ASI dioleskan pada puting susu adalah sebagai desinfektan dan menjaga kelembaban.

Perlekatan Ny. P dan bayi sudah sesuai sehingga bayi menyusu dengan nyaman dan sangat efektif. Hal ini sesuai dengan teori Gupte (2008) yang menjelaskan teknik menyusui adalah cara memberikan ASI dengan posisi ibu dan bayi dengan benar. Indikator dalam proses menyusui yang efektif dan benar meliputi posisi ibu dan bayi (*body position*),

perlekatan bayi yang tepat (*latch*), keefektifan hisapan bayi pada payudara (*effective sucking*).

Menyusui dengan payudara secara bergantian sudah dilakukan Ny. P sehingga payudara Ny. P tidak bengkak. Hal ini sesuai dengan teori Hakimin (2010) saat menyusui berikan ASI dengan kedua payudara ibu secara bergantian untuk menjaga agar payudara ibu tidak terlalu bengkak karena penuh dengan ASI.

Menyendawakan bayi dilakukan Ny. P dengan benar, setelah menyusu terlihat bayi tidak muntah. Hal ini sesuai dengan teori Vivian (2011) yang menjelaskan menyendawakan bayi dapat bermanfaat untuk mengurangi resiko muntah setelah menyusu karena udara yang terhisap terlalu banyak.

SIMPULAN

Terdapat peningkatan pengetahuan Ny. P setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode demonstrasi tentang tehnik menyusui yang benar, sebelum diberikan pendidikan kesehatan Ny. P mampu menerapkan 2 tehnik dan setelah diberikan pendidikan kesehatan dapat melakukan 11 (semua) tehnik menyusui yang benar pada bayinya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam hal ini penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktur Akper Karya Bhakti Nusantara Magelang, Ketua Yayasan Karya Bhakti Magelang dan Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat yang telah memberikan dukungan moril maupun materiil dalam penyelesaian publikasi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Goyal, AS. 2011. *Effective Breast Feeding Practices : Positioning Attachmen (latch on) and Effective Sucking*. Libya: J Family Comunity.
- Gupte, M. 2008. *Feasbility Study of IMNCI Guidelines of Effective Breastfeeding a Rural* . indian: J Comunity.
- Hakimin, M. 2010. *Ilmu Kebidanan : Patologi & Fisiologi Persalinan*. Yogyakarta: Yayasan Essentia Medica.
- Mulati, dkk. 2016. Pengaruh Pelatihan Tehnik Menyusui Yang Benar pada Ibu Nifas Primipara terhadap Keterampilan dalam Menyusui. *Jurnal Keperawatan Politeknik Kesehatan Surakarta*, 81.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Soetijiningsih. 2011. *ASI Petunjuk Untuk Tenaga Kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Vivian, 2011. *Asuhan Keperawatan pada Ibu Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.