



### Penyuluhan Tentang Teknik Menyusui Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Kawatuna Palu

Arini\*<sup>1</sup>, Iin Octaviana <sup>2</sup>, Masfufah<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> STIKes Widya Nusantara Palu

\*e-mail: [arini@stikeswnpalu.ac.id](mailto:arini@stikeswnpalu.ac.id)<sup>1</sup>, [Iinhutagaol1990@gmail.com](mailto:Iinhutagaol1990@gmail.com)<sup>2</sup>, [masfufah@stikeswnpalu.ac.id](mailto:masfufah@stikeswnpalu.ac.id)<sup>3</sup>



Received:  
24 Juli 2022

Reviewed:  
29 Juli 2022

Revised:  
02 Agustus 2022

Accepted:  
05 Agustus 2022

Copyright: © 2022. Arini, et.al. This is an open-access article. This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)



**Abstrak** - Menyusui adalah proses memberikan makanan pada bayi dengan menggunakan air susu ibu langsung dari payudara ibu. Salah satu kandungan dari ASI yaitu mengandung zat infeksi, bayi akan terlindungi dari berbagai macam infeksi, baik yang disebabkan oleh bakteri, virus, jamur atau parasit. Teknik menyusui adalah suatu cara pemberian ASI yang dilakukan seorang ibu kepada bayi, demi mencukupi kebutuhan nutrisi bayinya. Teknik menyusui ialah cara membrikan ASI untuk bayi dengan mendekatkan posisi tubuh ibu dan bayi dengan benar. Untuk mencapai keberhasilan menyusui diperlukan pengetahuan mengenai teknik menyusui. Banyak para ibu yang tidak mengetahui teknik menyusui yang benar mengalami masalah terutama lecet pada puting, ASI tidak lancar keluar, bayi tidak mau menyusui, sehingga para ibu mengalami kesulitan. Diharapkan dengan adanya penyuluhan mengenai teknik menyusui dapat membantu para ibu dalam mengatasi masalah menyusui. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan informasi kepada ibu menyusui tentang tentang posisi menyusui. Metode yang digunakan dalam program pengabdian masyarakat ini adalah penyuluhan dan pendampingan yang ditujukan kepada masyarakat terutama ibu menyusui. Metode penyuluhan dan pendampingan ditujukan untuk meningkatkan pemahaman para ibu menyusui.

**Kata kunci:** Ibu Menyusui, Teknik Menyusui, Penyuluhan

#### PENDAHULUAN

Pemberian ASI perlu diupayakan semaksimal mungkin agar dapat terus konsisten sehingga dapat mencapai ASI eksklusif. Selama proses pemberian ASI biasanya ditemukan kendala. Hambatan memberikan ASI salah satunya adalah pengetahuan tentang teknik menyusui yang benar. Teknik menyusui memegang peranan penting dalam menyukseskan program pemberian ASI eksklusif karena jika seorang ibu tidak tepat teknik menyusui maka dapat menimbulkan kondisi yang negatif seperti nyeri saat menyusui sehingga tidak nyaman menyusui. Ketidaknyamanan yang terjadi ini salah satu penyebab berkurangnya niat untuk menyusui bayi.

Pada umumnya orang berpikir bahwa menyusui merupakan proses alami yang akan dilalui oleh ibu yang telah melahirkan. Karena suatu hal alami maka banyak orang merasa bahwa menyusui tidak perlu dipelajari. Pandangan tersebut tidak tepat karena salah satu cara agar ASI dapat mengalir dengan baik dan bayi dapat menghisap puting susu secara benar, sehingga ASI dapat keluar adalah menyusui dengan teknik yang benar.

Menyusui merupakan program pemerintah yang wajib dilakukan oleh ibu setelah melahirkan sampai bayi berumur 6 bulan dan bahkan sampai 2 tahun. Tidak dipungkiri faktanya dikalangan mesyarakat menunjukkan bahwa dalam proses menyusui sebenarnya tidak mudah, banyak ibu yang gagal dalam proses menyusui tersebut.

Menyusui adalah proses memberikan makanan pada bayi dengan menggunakan air susu ibu langsung dari payudara ibu. Salah satu kandungan dari ASI yaitu mengandung zat infeksi, bayi akan terlindungi dari berbagai macam infeksi, baik yang disebabkan oleh bakteri, virus,



jamur atau parasit. Teknik menyusui adalah suatu cara pemberian ASI yang dilakukan seorang ibu kepada bayi, demi mencukupi kebutuhan nutrisi bayinya

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, presentase bayi yang mendapat ASI eksklusif pada usia 6 bulan di Indonesia adalah hanya 30,2 %. Dari presentase yang ada, ternyata bayi yang menyusui ASI secara eksklusif masih kurang karena masih banyak kendala yang dihadapi dalam praktek pemberian ASI eksklusif yakni kurangnya dukungan dari lingkungan dan praktisi kesehatan, kurangnya pengetahuan ibu, pemberian makanan terlalu dini, serta maraknya promosi susu formula bayi.

Teknik menyusui ialah cara membrikan ASI untuk bayi dengan mendekatkan posisi tubuh ibu dan bayi dengan benar. Untuk mencapai keberhasilan menyusui diperlukan pengetahuan mengenai teknik menyusui. Banyak para ibu yang tidak mengetahui teknik menyusui yang benar mengalami masalah terutama lecet pada puting, ASI tidak lancar keluar, bayi tidak mau menyusui, sehingga para ibu mengalami kesulitan. Diharapkan dengan adanya penyuluhan mengenai teknik menyusui dapat membantu para ibu dalam mengatasi masalah menyusui.

### **METODE**

Metode yang digunakan dalam program pengabdian masyarakat ini adalah penyuluhan dan pendampingan yang ditujukan kepada masyarakat terutama ibu menyusui. Metode penyuluhan dan pendampingan ditujukan untuk meningkatkan pemahaman para ibu menyusui. Metode pendampingan dipilih dibandingkan dengan metode seminar oleh karena berdasarkan kerucut Edgar Dale informasi yang diterima oleh otak lebih mudah diserap dan diingat apabila materi diberikan dalam bentuk yang mendekati nyata atau bentuk pengalaman dibandingkan hanya dalam bentuk lisan, tulisan, atau gambar saja. Metode pendampingan diberikan untuk memperbaiki berbagai kendala atau kekurangan tahu informasi yang dihadapi oleh ibu menyusui.

### **Lokasi dan Waktu Pelaksanaan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan informasi kepada ibu menyusui tentang tentang posisi menyusui

### **Sarana dan Alat yang Digunakan**

Sarana yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada ibu Penyuluhan Tentang Teknik Menyusui Pada Ibu Menyusui adalah Timbangan Berat Badan, Lefalet tentang Teknik Menyusui

### **Pihak-Pihak Yang Terlibat**

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat ini melibatkan staf dosen Prodi D III Kebidanan, Prodi Gizi STIKes Widya Nusantara Palu dan ibu Menyusui yang ada di puskesmas kawatuna, kedua instansi yang terlibat ini mendapat keuntungan secara bersama-sama (*mutual benefit*).

1. Ibu menyusui Memperoleh manfaat terutama dalam hal pengetahuan dan pemahaman mengenai Penyuluhan Tentang Teknik Menyusui
2. STIKes Widya Nusanatra Palu melalui Lembaga Pengabdian Pada Masyarakat berperan menyediakan dana, sehingga mendukung pelaksanaan dharma ketiga dari tri Dharma Perguruan Tinggi.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini membutuhkan waktu secara menyeluruh selama 1 hari. Hal ini sesuai dengan hasil diskusi dengan pihak Puskesmas. Adapun yang dapat hadir dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat tersebut 20 peserta. Kegiatan penyuluhan ini dihadiri oleh ibu nifas dan bayi, dosen, mahasiswa STIKes Widya Nusantara Palu. Kegiatan penyuluhan ini diawali dengan pemaparan materi dan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dengan peserta posyandu ibu nifas. Antusiasme peserta terlihat jelas dengan banyaknya peserta yang mengajukan pertanyaan dan ikut berpartisipasi aktif dalam kegiatan praktek yang dilakukan. Secara keseluruhan, acara berlangsung dengan baik dan mendapatkan



respon positif dari para peserta penyuluhan ini. Antusiasme peserta pelatihan tentang manfaat daun kelor terlihat jelas dengan banyaknya peserta yang mengajukan pertanyaan dan ikut berpartisipasi aktif dalam kegiatan praktek yang dilakukan. Penyuluhan dan pendampingan yang diberikan sebagian besar merupakan penyuluhan dan pendampingan dalam posyandu untuk membantu meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu-ibu nifas mengenai teknik menyusui melalui kegiatan



**Gambar.1**  
**Kegiatan Pengabdian Masyarakat**



**Gambar. 2**  
**Diskusi dan penyuluhan tentang Teknik Menyusui**

### **KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat bidang kesehatan melalui pendidikan dan penyuluhan pendampingan ibu nifas di Puskesmas Kawatuna. Dari kegiatan posyandu ibu nifas antara lain bertambahnya pengetahuan dan ketrampilan ibu teknik menyusui selama menyusui bayi serta terjalinnya silaturahmi antara ibu-ibu dengan petugas kesehatan. Kegiatan telah dilaksanakan dengan baik sesuai dengan perencanaan yang telah dilakukan. Kegiatan ini berlangsung dengan baik berkat kerjasama dari Tim Pengabdian Kepada Masyarakat yang terdiri dari dosen, mahasiswa kebidanan dan ibu nifas dan bayinya. Penyuluhan diikuti oleh 20 peserta. Kegiatan ini didukung oleh antusiasme dan partisipasi aktif para peserta selama





kegiatan berlangsung. Kegiatan PKM ini dapat terus dapat dilakukan melihat respon yang positif dan antusias dari peserta

### REFERENSI

- [1] Mulianti, T.S., & Susilowati, D. *Pengaruh Pelatihan Teknik Menyusui yang benar pada ibu nifas primipara terhadap keterampilan dalam menyusui*. Interest: Jurnal Ilmu Kesehatan 2016.5 (1), 81-85. Diterima dari <http://jurnal.poltekkes-solo.ac.id/index.php/in/article/view/176>
- [2] Purwoastuti, S.E. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas & Menyusui*. Yogyakarta : Pustaka Barupres. 2015
- [3] Infodatin *Menyusui Sebagai Dasar kehidupan*. Jakarta Selatan : Kementerian Kesehatan RI 2018  
Tersedia di :  
<file:///C:/Users/KEBIDANAN/Downloads/infodatin%20ASI%20per%20halaman%20-%2002012018.pdf>
- [4] Riskesdas. *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Republik Indonesia. 2018
- [5] Kementerian Kesehatan RI. *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2018.
- [6] Mulati, T. S., & Susilowati, D. *Pengaruh Pelatihan Teknik Menyusui yang Benar pada Ibu Nifas Primipara terhadap Keterampilan dalam Menyusui*. Interest: Jurnal Ilmu Kesehatan. 2016. 5(1), 81-85. Diterima dari <http://jurnal.poltekkes-solo.ac.id/index.php/Int/article/view/176>