



## EDUKASI TENTANG TEKNIK MENYUSUI YANG BENAR SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU NIFAS DI DESA SUNGAI TABUK, KABUPATEN BANJAR

Oleh

Siti Maria Ulfa<sup>1</sup>, Suryati<sup>2</sup>, Darmayanti Wulandatika<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

E-mail: <sup>1</sup>[mariaulfa543@gmail.com](mailto:mariaulfa543@gmail.com), <sup>2</sup>[zahirasyawalia2012@gmail.com](mailto:zahirasyawalia2012@gmail.com),

<sup>3</sup>[darmadatika@gmail.com](mailto:darmadatika@gmail.com)

---

### Article History:

Received: 02-01-2021

Revised: 22-01-2021

Accepted: 14-02-2022

### Keywords:

Edukasi Kesehatan, Ibu Nifas, Teknik Menyusui Yang Benar

**Abstract:** teknik menyusui merupakan keterampilan seorang ibu yang meliputi posisi, perlekatan dan hisapan dalam memberikan ASI kepada bayinya. Keterampilan ini berkaitan dengan efektifitas pemenuhan kebutuhan nutrisi pada bayi. Edukasi teknik menyusui merupakan salah satu langkah untuk membantu keberhasilan menyusui dalam upaya peningkatan pemberian ASI Eksklusif yang belum tercapai. **Tujuan:** peningkatan pengetahuan ibu nifas tentang teknik menyusui yang benar pasca persalinan di Desa Sungai Tabuk. **Metode Pelaksanaan:** Kegiatan ini menggunakan metode Penyuluhan yang dikemas dengan media informasi seperti leaflet dan demonstrasi serta evaluasi hasil dari kegiatan yang dilakukan. **Hasil:** Setelah dilakukan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, didapatkan peningkatan pengetahuan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu nifas tentang pelaksanaan teknik menyusui sehingga ibu dapat menerapkan teknik menyusui yang benar untuk mensukseskan program ASI eksklusif

---

## PENDAHULUAN

Menyusui merupakan proses memberikan air susu ibu (ASI) kepada bayi sejak lahir sampai usia 2 tahun. Proses memberikan ASI ini akan membuat bayi mendapatkan asupan gizi yang optimal untuk perkembangannya (Hidayati 2012).

Cara terbaik untuk menyediakan nutrisi bagi bayi dengan memberikan Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif selama enam bulan (Zahro 2017). Pada tahapan memberikan ASI ini tentu harus ada beberapa hal yang perlu diperhatikan, salah satunya adalah teknik menyusui yang benar. Teknik menyusui yang benar adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar (Rini 2017). Kesalahan dalam menyusui yang baik dan benar terjadi bukan hanya karena ibu masih pemula atau umum disebut ibu primipara, namun kesalahan menyusui juga bisa terjadi pada ibu yang sudah memiliki anak lebih dari 1 orang. Hal ini bisa disebabkan berbagai spekulasi, seperti ibu tidak terpapar informasi, ibu mengabaikan cara menyusui yang benar, memahami cara menyusui yang benar namun lupa tahapan serta berbagai argumentasi lainnya.

Memberikan informasi/edukasi tentang teknik menyusui yang benar tentu memiliki



manfaat. Secara teoritis, manfaat dari teknik menyusui yang benar yaitu puting susu tidak lecet, perlekatan menyusui pada bayi kuat, bayi menjadi tenang dan tidak terjadi gumoh (Wahyuningsih 2019). Teknik menyusui yang benar juga akan mendorong keluarnya ASI secara maksimal sehingga keberhasilan menyusui bisa tercapai (Rinata 2016). Khususnya bagi ibu primipara, dengan mengetahui dan mampu menerapkan teknik menyusui yang benar, ibu akan belajar berinteraksi dengan situasi dan manusia yang baru (Padilla 2014). Menyusui adalah keterampilan yang dipelajari oleh ibu dan bayi, dimana keduanya membutuhkan waktu dan kesabaran untuk pemenuhan nutrisi pada bayi selama 6 bulan (Mulyani 2013).

Meninjau data faktual, rekomendasi untuk memahami pemberian ASI dengan cara yang benar tentu bermuara pada keberhasilan menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi. UNICEF dan WHO merekomendasikan sebaiknya bayi hanya disusui air susu ibu (ASI) paling sedikit di 6 bulan, kemudian dilanjutkan hingga bayi berumur dua tahun (Aguw 2018) Indonesia melalui program kesehatan yang tercantum dalam Renstra Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2015-2019 memfokuskan empat program prioritas, yang salah satu program prioritas yaitu program penurunan angka kematian ibu dan bayi.

Meninjau ke data regional (kota Banjarmasin), target persentase bayi kurang dari 6 bulan mendapat ASI Eksklusif sebesar 50%, realisasi kinerja Provinsi Kalimantan Selatan pada tahun 2018 sebesar 59% atau sudah di atas target. Jika dirinci menurut kabupaten/kota, maka masih terdapat 2 kabupaten/kota yang masih belum mencapai target, yaitu Banjarmasin (34%) dan Barito Kuala (48%) (Dinkes-Kalsel 2018).

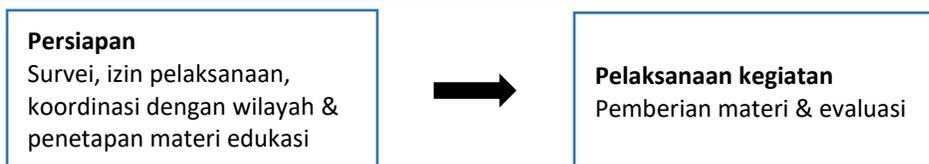
Oleh karena itu, penulis menilai 2 aspek yang perlu dilakukan secara akademisi. Pertama, melakukan penelitian terkait dan yang kedua, pengabdian masyarakat. Salah satu upaya dalam mendukung terlaksananya pemberian ASI adalah dengan melakukan edukasi, salah satunya edukasi tentang teknik menyusui yang benar. Efektivitas dari pelaksanaan ini mengacu pada teori Edgar Dale yang menyatakan 90% informasi yang dapat diingat berasal dari konsep bermain peran, melakukan simulasi dan mengerjakan hal nyata memiliki (Susilowati 2016).

## METODE

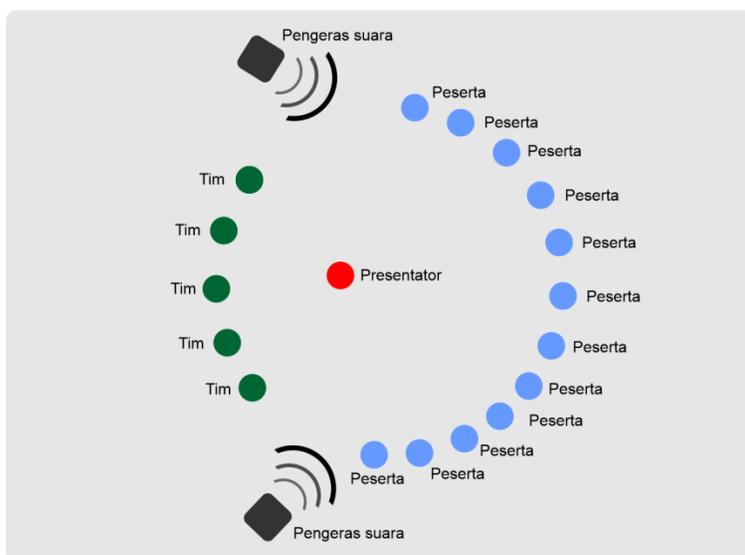
Tahapan awal yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian ini adalah melakukan survei tempat, perizinan kegiatan dan menetapkan edukasi yang akan diberikan. Lokasi yang ditetapkan dalam kegiatan ini adalah Puskesmas wilayah kerja Sungai Lulut desa Sungai Tabuk. Jumlah peserta yang didapatkan adalah 12 orang. Peserta ini merupakan komunitas ibu nifas dan menyusui. Sumber daya yang terlibat dalam kegiatan ini terdiri dari dosen, bidan puskesmas dan mahasiswa.

Berikutnya adalah tahapan pelaksanaan kegiatan. Konsep yang digunakan dalam pemberian informasi ini adalah simulasi tentang cara menyusui yang benar serta sosialisasi verbal tentang teori teknik menyusui yang benar. Dari segi karakteristik pengaturan tempat, tim penyuluhan menerapkan model pengaturan pola melingkar. Pola ini cocok untuk kegiatan agar terkesan tidak terlalu formal, santai dan lebih inten.

Media yang digunakan untuk membantu proses edukasi adalah leaflet untuk media tulisan informasi dan phantom bayi untuk media demonstrasi serta alat teknis pembantu (pengeras suara).



Gambar 1. Alur pelaksanaan



Gambar 2. Model presentasi

## HASIL

Hasil yang didapatkan dari kegiatan ini terbagi menjadi 3 poin utama. Pertama, penyuluhan tentang teknik menyusui yang benar pada 12 orang peserta didapatkan informasi sebelum dan sesudah diberikan informasi. Sebelum diberikan informasi, 12 orang peserta tidak mengetahui sepenuhnya tentang teknik menyusui dengan benar. Setelah diberikan edukasi seluruh ibu memahami tentang teknik menyusui yang benar.

Kedua, efektivitas media yang diberikan berdasarkan *evidence based* memberikan capaian yang optimal. Selain itu, presentasi dalam bentuk demonstrasi mampu memberikan efek signifikan pada peserta.

Ketiga, efektivitas model pola melingkar yang diterapkan dalam kegiatan transfer informasi memberikan pengaruh baik dalam teknis maupun emosional. Presentator dimudahkan dalam membangun suasana yang intim antar peserta serta mudah secara teknis mendemonstrasikan teknik menyusui yang benar.

Keempat, proses evaluasi yang dilakukan menjadi penentu (kontrol) untuk tiga aspek sebelumnya yaitu aspek pelaksanaan, aspek efektivitas media dan aspek efektivitas model pola presentasi.

## DISKUSI

Kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu tentang teknik menyusui yang benar serta mampu menerapkannya sehingga proses menyusui dapat dilakukan. Pengemasan program dalam bentuk penyuluhan



kesehatan selain sebagai media dalam menyampaikan informasi secara tertulis juga dapat membangun intensitas interaksi sehingga informasi menjadi tidak terbatas. Penyuluhan tentang teknik menyusui ini juga disertai dengan praktikum langsung di depan peserta.

Penyuluhan sebagai salah satu media promosi kesehatan yang tim penyuluhan lakukan dengan menggunakan alat metode verbal dan visual, dapat memberikan efektivitas sebanyak 6x lebih tinggi dalam penyerapan informasi oleh responden dibanding hanya verbal atau visual saja, dan efeknya terhadap daya ingat akan informasi yang diterima dapat bertahan lebih lama (Susilowati 2016). Pemilihan leaflet didasarkan pada *evidence based* tentang efektivitas leaflet yang dipublikasikan oleh (Sirvana 2021), hasilnya menunjukkan efektivitas leaflet dalam peningkatan pengetahuan setelah leaflet itu diberikan. Begitu juga dengan demonstrasi yang dilakukan, keterampilan yang didapatkan ibu sebelum dan sesudah diberikan demonstrasi juga tercapai signifikan.

Aspek pelaksanaan, aspek media hingga aspek model presentasi yang diterapkan diukur dengan evaluasi. Evaluasi yang dilakukan bertujuan untuk mengkonfirmasi keberhasilan metode penyuluhan yang dilakukan, apakah informasi tersampaikan secara komprehensif atau sebaliknya. Tim melakukan evaluasi dengan bertanya pada ibu (peserta) secara acak, dari seluruh peserta yang ditanyakan, seluruh peserta bisa menjawab secara aktif. Hal ini memberikan gambaran bahwa, tahapan edukasi yang dilakukan berjalan efektif. Memberikan informasi dan menanyakan kembali kepada peserta secara acak merupakan langkah yang terukur untuk mendapatkan gambaran keberhasilan penyuluhan. Evaluasi program diartikan sebagai proses menemukan informasi yang sudah dipaparkan secara sistematis baik itu pengertian, klasifikasi dan lain-lain guna menilai kesesuaian capaian dengan kriteria dan tujuan yang telah ditetapkan. Evaluasi program bertujuan untuk memberikan literasi sebagai bahan pemikiran dalam mengambil dan menerapkan keputusan dengan tujuan dan maksud tertentu. Manfaatnya, ditetapkan keputusan yang tepat sesuai dengan tujuan yang diharapkan (Munthe 2015).

## KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan sebagai bentuk realisasi dari pengabdian masyarakat serta sumber dalam menyajikan informasi untuk literasi pembaca, baik dari segi capaian hasil maupun capaian teknis berbasis *evidence based*. Informasi yang diberikan tentu memberikan keuntungan pada ibu yang sedang menyusui maupun yang akan menyusui. Dengan adanya pengabdian masyarakat tentang teknik menyusui diharapkan dapat memberikan pemahaman terhadap pentingnya upaya peningkatan hubungan kasih sayang dengan keterikatan batin antara orang tua dan bayi. Pada sisi yang lain, kegiatan ini menambahkan pandangan tentang teknis dalam mendukung sebuah kegiatan, baik dari aspek media, pola hingga alat ukur (evaluasi).

## PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Pelaksanaan kegiatan ini tidak terlepas dari bantuan, dukungan dan arahan dari semua pihak, untuk itu dalam kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Solikin, Ns, M. Kep., Sp. KMB, selaku dekan FKIK Universitas Muhammadiyah Banjarmasin
2. Mirawati, SSiT., M. Kes selaku Ketua Prodi D.3 Kebidanan
3. Kepala Puskesmas Sungai Lulut, yang berkenan memberikan izin sebagai Desa binaan



dalam melakukan pengabdian masyarakat

4. Bidan Koordinator KIA Wilayah Puskesmas Sungai Lulut yang memfasilitasi kegiatan ini.
5. Seluruh pihak yang telah membantu yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

#### DAFTAR REFERENSI

- [1] Aguw. "Hubungan Antara Status Imunisasi Dan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Status Gizi Balita Usia 24-59 Bulan Di Desa Tateli Weru Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa." *Jurnal KESMAS*, 2018: 258.
- [2] Dinkes-Kalsel. 2018. <https://e-renggar.kemkes.go.id/file2018/e-performance/1-159011-2tahunan-058.pdf> (accessed 2 13, 2022).
- [3] Hidayati. "Usia Ibu dalam Pemberian ASI Eksklusif." *Jurnal*, 2012.
- [4] Mulyani. *Asi dan Pedoman Ibu Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika, 2013.
- [5] Munthe. "Pentingnya Evaluasi Program di Institusi Pendidikan: Sebuah Pengantar, Pengertian, Tujuan dan Manfaat. ." *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 2015.
- [6] Padilla. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Nuha Medika, 2014.
- [7] Rinata, dkk. "Teknik Menyusui Posisi, Perlekatan Dan Keefektifan Menghisap - Studi Pada Ibu Menyusui Di Rsud Sidoarjo." *RAKERNAS AIPKEMA 2016*, 2016.
- [8] Rini, F & Kumala, F. *Buku Panduan Asuhan Nifas & Evidence Based Practice*. Yogyakarta: Deepublish, Cv Budi Utama, 2017.
- [9] Sirvana. "Efektivitas Penggunaan Media Audiovisual Dan Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pasangan Usia Subur Tentang Alat Ontrasepsi Suntik 3 Bulan Di Puskesmas Ralla." *Indonesia Jurnal Kebidanan Volume 5*, 2021.
- [10] Susilowati. *Promosi Kesehatan*. Jakarta Selatan: Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan, 2016.
- [11] Wahyuningsih. *Buku Ajar ASuhan Keperawatan Post Partum*. Yogyakarta: Deepublish, 2019.
- [12] Zahro. "Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Dan Sikap ASI Eksklusif pada ibu Di Kelurahan Kedung Halang Bogor Utara Tahun 2017." 2017.



HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN