



# **LAPORAN KEGIATAN KERJA SAMA 2021-2022**

**UNIVERSITAS BHAMADA SLAWI**

dengan

**DINAS KESEHATAN KAB TEGAL  
(PUSKESMAS DUKUHWARU)**

**BIDANG : PENELITIAN**

---

**PELAKSANA : DOSEN PRODI D III KEBIDANAN**

**UNIT HUMAS DAN LAYANAN KERJA SAMA  
UNIVERSITAS BHAMADA SLAWI**

**Gd. Rektorat Lt. 1**

**Jln Cut Nyak Dien No 16 Kalisapu Slawi**

**bhamadahumas@gmail.com**



## **LAPORAN KEGIATAN IMPLEMENTASI KERJA SAMA ANTARA UNIVERSITAS BHAMADA SLAWI DENGAN DINAS KESEHATAN KABUPATEN TEGAL**

### **I. DATA MITRA**

**Nama Mitra Kerja Sama** : Dinas Kesehatan kabupaten Tegal  
**Tingkat Kerja Sama** : Lokal/~~Nasional~~ / Internasional\* (pilih salah satu)

### **II. DATA PELAKSANA KERJA SAMA**

**Pelaksana Kerja Sama** : Prodi D III Kebidanan  
**Bukti Kerja Sama** : 215/STIKES-BMD/KL/XII/2020

### **III. DESKRIPSI KEGIATAN**

**Nama Kegiatan** : Penelitian  
**Waktu Pelaksanaan** : 30 Maret 2022  
**Pihak yang Terlibat** : Dosen Prodi D III Kebidanan  
**Deskripsi Kegiatan** :

Pelaksanaan kerja sama merupakan rangkaian kegiatan yang dilaksanakan setelah penandatanganan dalam bentuk Perjanjian Kerja Sama (PKS). Adapun pelaksanaan kegiatan Penelitian dilakukan oleh Dosen prodi D III Kebidanan di Wilayah Kerja Puskesmas Dukuhwaru. Dosen yang terlibat melakukan pengabdian kepada masyarakat adalah (1) Adrestia Rifki Maharani, (2) Ike Putri Setyatama, (3) Masturoh, (4) Siswati. Judul kegiatan ini adalah “Pendidikan Kesehatan Teknik Menyusui Pada Ibu Nifas” dengan sasaran ibu Nifas yang bertempat tinggal di Wilayah Kerja Puskesmas Dukuhwaru, yaitu di Desa Dukuhwaru.

Kegiatan yang dilakukan adalah pemberian pendidikan kesehatan teknik menyusui yang benar pada ibu nifas dan pemberian *leaflet* bergambar kepada ibu nifas agar memudahkan ibu dalam melakukan teknik menyusui yang benar. Peserta kegiatan ini berjumlah 12 ibu nifas. Pelaksanaan kegiatan meliputi tahap persiapan dilakukan koordinasi dengan pihak Puskesmas dan koordinasi dengan bidan desa serta kader, tahap pelaksanaan dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan teknik

menyusui yang benar dan memberikan *leaflet* kepada ibu nifas dengan berkunjung ke rumah ibu nifas, tahap monitoring dan evaluasi dilakukan secara langsung untuk memastikan kegiatan berjalan lancar. Hasil kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan ibu nifas tentang teknik menyusui yang benar dan adanya perubahan kearah yang positif dengan adanya peningkatan pengetahuan, sikap dan praktik masyarakat sebagai perilaku hidup sehat dan bertanggung jawab.

#### **IV. PENUTUP**

Demikian laporan implementasi kerja sama antara Universitas Bhamada Slawi dengan Dinas Kesehatan Kabupaten Tegal di Wilayah Desa Dukuhwaru. Laporan ini dibuat sebagai bukti adanya tindak lanjut kerja sama dengan mitra.

Ka. Unit Humas dan Kerja Sama



Anisa Oktawati, M.Kep  
NIPY. 1986.10.04.11.062



## LAPORAN KEGIATAN IMPLEMENTASI KERJA SAMA ANTARA UNIVERSITAS BHAMADA SLAWI DENGAN DINAS KESEHATAN KABUPATEN TEGAL

### V. BUKTI KEGIATAN

#### a. Publikasi Jurnal Abdimas Bhakti Indonesia

JABI: Jurnal Abdimas Bhakti Indonesia, Vol. 3, No. 2, Desember 2022 P-ISSN: 2721-0286, E-ISSN: 2721-0278

<https://doi.org/10.36308/jabi.v3i2.444>

The screenshot shows the JABI website interface. The header is green with the JABI logo and name. Below the header, there are navigation links: Current, Archives, and About. A search bar is located on the right. The main content area displays the article title 'PENDIDIKAN KESEHATAN TEKNIK MENYUSUI PADA IBU NIFAS DI DESA DUKUHWARU KABUPATEN TEGAL' and the author 'Adrestia Rifki Naharani' from 'Univ. Bhamada'. The article is listed in 'Vol 3 No 2 (2022): Desember'. The DOI is provided as <https://doi.org/10.36308/jabi.v3i2.444>. The keywords are 'Nifas, Menyusui, Teknik Menyusui yang benar'. The abstract section is visible but empty. On the right side, there are additional menu items: Focus and Scope, Editorial Team, List Reviewer, Publication Ethics, and Contact Us. There is also a Template section with a document icon and an Indexing section with a Google logo.

## **PENDIDIKAN KESEHATAN TEKNIK MENYUSUI PADA IBU NIFAS DI DESA DUKUHWARU KABUPATEN TEGAL**

**Adrestia Rifki Naharani<sup>1</sup>, Ike Putri Setyatama<sup>2</sup>, Masturoh<sup>3</sup>, Siswati<sup>4</sup>**

<sup>1), 2), 3), 4)</sup> Program Studi DIII Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bhamada Slawi

<sup>1</sup>afzaa.luve@gmail.com, <sup>2</sup>ike.putri.nugraha@gmail.com, <sup>3</sup>[masturoh87@gmail.com](mailto:masturoh87@gmail.com), <sup>4</sup>jinanalmira@gmail.com

### **ABSTRACT**

*Finding a comfortable breastfeeding position when breastfeeding is very important because an uncomfortable position when breastfeeding can cause the mother to become anxious and reduce or stop the flow of milk so that the baby does not get enough milk and sucks hard and causes pain in the mother's nipples. So that postpartum mothers must know the correct breastfeeding technique when breastfeeding. Of the 12 postpartum mothers in Dukuhwaru village, 7 pregnant women were mothers who had babies for the first time and were experiencing breastfeeding. A total of 9 postpartum mothers experienced sore nipples while breastfeeding. The purpose of this activity is to increase the knowledge of postpartum mothers about proper breastfeeding techniques during the breastfeeding process. The community service was carried out on Wednesday, March 30, 2022 at Dukuhwari Kev Village, Dukuhwaru District, Tegal with 12 postpartum mothers. Implementation of this activity with the method of providing the correct breastfeeding technique with leaflets and practicing breastfeeding with the correct breastfeeding technique directly. The result of this service is that postpartum mothers give a positive response and are willing to practice the correct breastfeeding technique and want to do it while breastfeeding.*

**Keywords:** *Postpartum, Breastfeeding, Correct Breastfeeding Technique*

### **ABSTRAK**

Mencari posisi menyusui yang nyaman saat menyusui sangat penting karena posisi tidak nyaman ketika menyusui dapat menyebabkan ibu menjadi cemas dan mengurangi atau menghentikan aliran susu sehingga bayi tidak mendapatkan cukup susu dan menyedot dengan keras dan menyebabkan sakit pada puting ibu. Sehingga ibu nifas harus mengetahui teknik menyusui yang benar pada saat menyusui. Dari 12 ibu nifas yang ada di desa dukuhwaru, 7 ibu hamil merupakan ibu yang baru pertama kali memiliki bayi dan mengalami proses menyusui. Sejumlah 9 ibu nifa mengalami puting susu lecet pada saat menyusui. Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan ibu nifas tentang teknik menyusui yang benar pada saat proses menyusui. Pengabdian masyarakat dilakukan pada hari Rabu, tanggal 30 Maret 2022 di Desa Dukuhwari Kev, Dukuhwaru Kab. Tegal dengan 12 ibu nifas. Pelaksanaan kegiatan ini dengan metode pemberian teknik menyusui yang benar dengan leaflet dan melakukan praktik menyusui dengan teknik menyusui yang benar secara langsung. Hasil pengabdian ini adalah ibu nifas memberikan respon yang positif dan mau mempraktikkan teknik menyusui yang benar dan melakukannya pada saat menyusui.

**Kata Kunci:** *Nifas, Menyusui, Teknik Menyusui yang benar*

## **I. PENDAHULUAN**

Air Susu Ibu (ASI) merupakan satu-satunya makanan terbaik bagi bayi sebagai sumber nutrisi yang paling sesuai dan memiliki komposisi gizi yang paling lengkap yang berguna untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. ASI yang diproduksi secara alami memiliki kandungan nutrisi yang penting bagi tumbuh kembang bayi, seperti vitamin, protein, karbohidrat, dan lemak. Komposisinya pun lebih mudah dicerna dibanding susu formula. Oleh karena itu, ASI dapat dikatakan sebagai makanan utama bayi pada 6 bulan pertama kehidupannya (Profil Kesehatan Jateng 2020).

ASI mengandung enzim yang dapat membantu pertumbuhan otak, pembentukan tulang serta mencegah penyakit dan infeksi pada bayi. Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 450/MENKES/SK/VI/2004 tentang Pemberian ASI Secara eksklusif di Indonesia menetapkan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan dan dianjurkan dilanjutkan sampai dengan anak berusia 2 tahun atau lebih dengan pemberian makanan tambahan yang sesuai. Selain itu, melanjutkan pemberian ASI setelah anak berusia lebih dari 6 bulan juga dapat membantu anak mencerna makanan padat pertama mereka (Profil Kesehatan Jateng 2020).

Dalam proses menyusui terdapat beberapa masalah yang sering di alami dalam pemberian ASI yaitu puting ibu nyeri, puting susu lecet, payudara bengkak, mastitis sampai terjadinya abses pada payudara. Hal ini biasany disebabkan oleh posisi menyusui yang tidak benar. Dalam menangani puting susu terasa nyeri dengan cara memastikan posisi ibu menyusui sudah benar. Puting susu lecet disebabkan oleh posisi menyusui yang salah dan payudara bengkak disebabkan oleh posisi mulut bayi dan puting ibu ketika menyusui salah.

Mencari posisi menyusui yang nyaman saat menyusui sangat penting karena posisi tidak nyaman ketika menyusui dapat menyebabkan ibu menjadi cemas dan mengurangi atau menghentikan aliran susu sehingga bayi tidak mendapatkan cukup susu dan menyedot dengan keras dan menyebabkan sakit pada puting ibu. Teknik menyusui yang benar adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi yang benar. Hal ini meliputi posisi badan bayi dan ibu, Posisi Mulut Bayi dan Puting Susu Ibu, sampai dengan cara menyendawakan bayi setelah menyusui ( DepKes RI 2015)

Menurut data di Provinsi Jawa Tengah teknik menyusui merupakan salah satu faktor yang berpengaruh dalam keberhasilan pemberian ASI Eksklusif. Sekitar 57,4% ibu yang menyusui mengalami puting susu lecet/nyeri. Masalah puting susu lecet ini 95% terjadi pada wanita yang menyusui bayinya dengan posisi yang tidak benar. Keberhasilan proses menyusui memerlukan pengetahuan tentang tehnik menyusui yang benar (Dinkes Jateng, 2015). Berdasarkan data yang didapatkan dari puskesmas Dukuhwaru terdapat 15 ibu nifas di Desa Dukuhwaru dan memiliki pengetahuan yang kurang tentang Teknik Menyusui Yang Benar. Pentingnya melakukan teknik menyusui yang benar pada ibu nifas agar ibu dapat menyusui dengan nyaman dan terhindar dari keluhan puting susu lecet dan bayi bisa mendapatkan ASI Eksklusif.

## **II. TARGET DAN LUARAN**

### **1. Target**

- a. Memberikan pengetahuan kepada ibu nifas bagaimana posisi ibu yang benar saat menyusui kepada Ibu nifas
- b. Memberikan pengetahuan kepada nifas bagaimana posisi bayi yang benar ketika menyusui

### **2. Target Capaian Luaran**

Target capaian luaran dalam kegiatan ini adalah publikasi jurnal ilmiah pengabdian masyarakat ber ISSN.

## **III. METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan Pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat terbagi menjadi tiga tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan tahap monitoring. Berikut adalah rincian tiap tahapan yang akan dilaksanakan:

### **1. Tahap Persiapan**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diawali dengan pemaparan proposal yang dihadiri Ka. UP2M, reviewer, dan tim pengabdian masyarakat, selanjutnya dilakukan koordinasi dengan pihak Puskesmas Dukuhwaru untuk meminta izin melakukan pengabdian masyarakat di Desa Dukuhwaru, dilanjutkan koordinasi dengan bidan desa dan kader untuk melakukan pendataan jumlah ibu hamil serta koordinasi waktu dan tempat pelaksanaan pengabdian masyarakat.

## 2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat akan dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan teknik menyusui yang benar dan memberikan leaflet kepada ibu nifas. Kegiatan ini dilakukan dengan cara berkunjung kerumah ibu nifas karena masih banyak ibu nifas yang masih menganut budaya tidak boleh keluar rumah sebelum 40 hari.

## 3. Tahap Monitoring dan Evaluasi

Tahap Monitoring dan Evaluasi. Monitoring dilakukan secara intensif oleh tim pelaksana setiap kegiatan berlangsung untuk memastikan agar pelaksanaan kegiatan dapat berjalan sesuai rencana.

Hal ini juga bertujuan untuk melihat penerimaan pendkes yang sudah diberikan dengan melihat atau mempraktekkan secara langsung setelah pemberian pendidikan kesehatan tentang teknik menyusui yang benar.

## IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat dilakukan pada tanggal 30 Maret 2022 di Desa Dukuhwaru, sasaran dalam kegiatan ini adalah 12 ibu nifas. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dengan door to door atau mendatangi ibu nifas secara langsung dirumah masing-masing dikarekan masyarakat masih mengikuti adat istiadat setempat bahwa ibu nifas tidak boleh keluar rumah dan beberapa ibu tidak ada yang membantu menjaga bayinya jika ditingal untuk keluar rumah.

Kegiatan ini dilakukan dengan metode promosi yaitu pemberian KIE (komunikasi, informasi dan konseling) tentang teknik menyusui yang benar pada ibu nifas dan pemberian tablet Fe sebagai suplemen untuk meningkatkan daya tahan tubuh selama masa nifas. Media yang digunakan dalam kegiatan ini berupa leaflet tentang teknik menyusui yang benar pada ibu nifas..

Hasil dari pengabdian masyarakat didapatkan karakteristik Data Sasaran Kegiatan.

Tabel 1 Materi Pendidikan Kesehatan Teknik Menyusui Yang Benar

| No | Materi edukasi                           |
|----|--|
| 1. | Posisi Ibu saat proses menyusui          |
| 2. | Posisi bayi saat proses menyusui         |
| 3. | Cara membuka dan melepas mulut bayi      |
| 4. | Cara menyendawakan bayi setelah menyusui |



Teknik menyusui pada ibu nifas sangat penting agar terciptanya proses menyusui yang nyaman antara ibu dan bayi. Hal ini akan meningkatkan bonding atau ikatan kasih sayang antara ibu dan bayi. Hal ini juga dapat merangsang peningkatan produksi ASI yang sangat dibutuhkan oleh bayi. Teknik menyusui ini juga dapat mencegah terjadinya luka pada puting pada saat proses menyusui sehingga dapat menyebabkan rasa sakit pada saat proses menyusui berlangsung.

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Dukuhwaru diikuti oleh 12 ibu nifas. Kegiatan berjalan dengan baik dan lancar. Kegiatan diawali dengan pemberian pendidikan kesehatan kepada ibu nifas tentang teknik menyusui yang benar dan meminta ibu untuk mempraktikkannya. Ibu nifas mengikuti dan mendengarkan pendidikan kesehatan yang disampaikan dengan antusias dan mau mencoba mempraktikkannya langsung dengan bayinya sehingga dapat langsung dievaluasi jika ada posisi yang kurang benar. Agar ibu tidak lupa dan dapat melakukan posisi yang benar saat menyusui diberikan juga leaflet.

Dengan adanya pendidikan kesehatan ini, ibu nifas dapat mengetahui bahwa dalam proses menyusui tidak hanya sekedar bayi meminum ASI namun juga ada teknik menyusui yang benar sehingga proses menyusui bisa berlangsung dengan aman dan nyaman. Hal ini sesuai dengan Effendy (2011) pemberian pendidikan kesehatan bertujuan berubahnya perilaku kearah yang positif, terjadinya peningkatan pengetahuan (*knowledge*), sikap (*attitude*) dan praktik (*practice*) masyarakat sebagai perilaku sehat dan bertanggung jawab. Menurut Vivian (2011) bahwa cara menyusui sangat mempengaruhi kenyamanan bayi dalam menghisap ASI, jika bayi tidak nyaman maka akan menyusu sedikit. Teknik menyusui penting diajarkan kepada Ibu untuk mencegah kesulitan dalam pemberian ASI. Seorang ibu perlu mendapat dukungan tentang cara menyusui yang benar. Cara meletakkan bayi pada payudara ketika menyusu berpengaruh terhadap keberhasilan menyusui. Bidan, Dokter serta petugas kesehatan lainnya dapat membantu untuk mengatur posisi menyusui yang benar atau dengan mendemonstrasikan teknik menyusui sehingga ibu berhasil menyusui. (Astuti dkk, 2015)

Pemberian edukasi kepada masyarakat merupakan upaya promosi kesehatan yang dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat salah satunya pemberian pendidikan kesehatan teknik menyusui yang benar kepada ibu nifas agar proses menyusui

berlangsung dengan rasa aman dan nyaman dan bias tercapai target pemberian ASI Eksklusif.

## **V. SIMPULAN**

Dengan dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat tentang pendidikan kesehatan teknik menyusui yang benar pada ibu nifas sehingga ibu nifas mengetahui, memahami, dan mau melaksanakan teknik menyusui yang benar dalam proses menyusui agar berlangsung dengan aman dan nyaman.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Kami ucapkan terimakasih atas dukungan dari Universitas Bhamada Slawi dan Lembaga Penelitian dan Pengabdian Universitas Bhamada Slawi yang telah memberikan dukungan moril maupun materiil dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Astuti, Sri dkk (2015). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Jakarta : Erlangga
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2015). *Profil Kesehatan Jawa Tengah*
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2020). *Profil Kesehatan Jawa Tengah*
- Elizabeth,dkk (2017). *Asuhan kebidanan masa nifas dan menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru
- Laily,dkk (2011). *Asuhan kebidanan pada ibu nifas*. Jakarta: Salemba Medika
- Roesli, Utami. (2011). *ASI Eksklusif*. Jakarta: PT. Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara
- Pamuji,S.E (2020). *Hypnolactation meningkatkan keberhasilan laktasi dan pemberian ASI eksklusif*. Magelang: Rumah Cinta
- Pamuji,S.E (2020). *Ibu nifas dan menyusui* Yogyakarta: Ilmu Penerbit
- Vivian, dkk (2011). *Asuahn Keperawatan pada Ibu Nifas*. Jakarta : Salemba Medika
- Yulizawati,dkk (2019). *Buku ajar asuhan kebidanan pada persalinan*. Sidoarjo: Indomedia Pustaka