

## Konseling Teknik Menyusui pada Ibu Postpartum di RSUD Temanggung

Eva Desitasari<sup>1</sup>, Rizkhiana Yulianti<sup>2</sup>, Hapsari Windayanti<sup>3</sup>, Tristiana<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, evadevitasari.31@gmail.com

<sup>2</sup>Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, rizkhianay@gmail.com

<sup>3</sup>Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, hapsari.email@gmail.com

<sup>4</sup>RSUD Temanggung

Korespondensi Email: rizkhianay@gmail.com

---

### Article Info

*Article History*

*Submitted, 2025-06-23*

*Accepted, 2023-06-28*

*Published, 2025-07-04*

---

*Keywords :*

*Breastfeeding Technique*

Kata Kunci: Postpartum,  
Konseling Menyusui,  
Teknik Menyusui

---

### Abstract

*One of the most enjoyable moments after birth is the process of breastfeeding a baby. When breastfeeding a baby is a moment to establish closeness between mother and baby and rarely in this breastfeeding process there are several complaints from the mother, including breast milk that does not come out, the baby cannot breastfeed, and sore nipples. Based on data from the Basic Health Research (Riskesdas) in 2010, it was explained that 67.5% of mothers who failed to provide exclusive breastfeeding to their babies were due to the mother's lack of understanding of the correct breastfeeding technique, so that they often experience sore or cracked nipples. This community service activity is a form of effort to increase knowledge and skills about the correct breastfeeding technique. It is expected that postpartum mothers provide breast milk with the correct technique so that they can provide exclusive breastfeeding for at least 6 months. The number of postpartum mothers participating was 20 people. The method of implementing Community Service activities is carried out in 3 stages, namely: the planning stage, the implementation stage of community service activities and the evaluation stage. The results of mothers' knowledge about the correct breastfeeding technique before being given counseling were conducted pretest, most had good knowledge as many as 4 (15%), sufficient as many as 9 (55%) and lacking as many as 7 (30%). From the community service carried out after being given counseling about the correct breastfeeding technique and conducted posttest all respondents had good knowledge as many as 20 (100%). This shows the success of community service activities, mothers' knowledge after being given counseling about the correct breastfeeding technique to overcome problems during breastfeeding in postpartum mothers.*

### Abstrak

Salah satu yang paling menyenangkan pada saat setelah kelahiran adalah proses menyusui bayi. Pada saat menyusui bayi merupakan moment untuk menjalin

kedekatan ibu dan bayi dan jarang dalam proses menyusui ini muncul beberapa keluhan dari ibu, antara lain ASI yang tidak keluar, bayi yang tidak bisa menyusui, putingnya lecet. Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010 dijelaskan bahwa 67,5% ibu yang gagal memberikan ASI eksklusif kepada bayinya adalah kurangnya pemahaman ibu tentang teknik menyusui yang benar, sehingga sering mengalami puting lecet ataupun retak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini sebagai bentuk upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan tentang teknik menyusui yang benar. Diharapkan ibu postpartum memberikan ASI dengan teknik yang benar sehingga memberikan ASI eksklusif minimal 6 bulan. Jumlah peserta ibu nifas yaitu berjumlah 20 orang. Metode pelaksanaan kegiatan Pengabdian Masyarakat dilakukan dengan 3 tahap yaitu: tahap perencanaan, tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dan tahap evaluasi. Hasil dari pengetahuan ibu tentang teknik menyusui yang benar sebelum diberikan penyuluhan dilakukan pretest sebagian besar berpengetahuan baik sebanyak 4 (15%), cukup sebanyak 9 (55%) dan kurang sebanyak 7 (30%). Dari pengabdian masyarakat yang dilakukan setelah diberikan penyuluhan tentang teknik menyusui yang benar dan dilakukan posttest seluruh responden memiliki pengetahuan baik sebanyak 20 (100%). Hal ini menunjukkan keberhasilan dalam kegiatan pengabdian Masyarakat, pengetahuan ibu setelah diberikan penyuluhan tentang teknik menyusui yang benar untuk mengatasi permasalahan selama menyusui pada ibu postpartum.

---

## **Pendahuluan**

Salah satu yang paling menyenangkan pada saat setelah kelahiran adalah proses menyusui bayi. Pada saat menyusui bayi merupakan moment untuk menjalin kedekatan ibu dan bayi dan jarang dalam proses menyusui ini muncul beberapa keluhan dari ibu, antara lain ASI yang tidak keluar, bayi yang tidak bisa menyusui, putingnya lecet. Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2010 dijelaskan bahwa 67,5% ibu yang gagal memberikan ASI eksklusif kepada bayinya adalah kurangnya pemahaman ibu tentang teknik menyusui yang benar, sehingga sering menderita puting lecet dan retak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini sebagai bentuk upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan tentang teknik menyusui yang benar.

Menurut *World Health Organization* (WHO), ASI eksklusif adalah pemberian ASI saja kepada bayi selama enam bulan pertama kehidupan. ASI eksklusif dilakukan tanpa menambahkan makanan atau minuman lain, kecuali obat dan vitamin. Dan ASI eksklusif memiliki manfaat yaitu membantu bayi tumbuh dan berkembang secara optimal, membantu bayi membangun kekebalan tubuh, membantu bayi, mengembangkan sistem saraf dan otak, membantu bayi terhindar dari infeksi, membantu bayi terhindar dari diare dan penyakit alergi dan memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi

Menyusui sangat penting bagi ibu dan bayi. Selama ibu menyusui, akan ada hubungan yang erat antara ibu dan anak. Air Susu Ibu (ASI) dapat memberikan nutrisi yang cukup sesuai dengan kebutuhan bayi dan mudah dicerna oleh usus bayi. Menyusui lebih hemat dari pada memberikan susu formula pada bayi. Tidak sulit memberikan ASI karena

selalu bisa siap kapan saja pada suhu yang stabil dengan suhu tubuh. Keluarga dan teman dapat memberikan dukungan untuk membantu keberhasilan menyusui. Teknik menyusui yang baik dan benar yaitu dengan cara memberikan ASI kepada bayi secara langsung yaitu bayi didekatkan dengan ibu dan posisi ibu juga sesuai pada saat menyusui. Pengetahuan yang baik akan mencapai target keberhasilan menyusui. Hal tersebut juga diperlukan langkah-langkah yang harus diperhatikan dan mampu mengetahui manfaat teknik menyusui yang baik dan benar (Munir & Lestari, 2023).

Teknik menyusui yang benar adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar. Untuk mencapai keberhasilan menyusui diperlukan pengetahuan mengenai teknik-teknik menyusui yang benar. Indikator dalam proses menyusui yang efektif meliputi posisi ibu dan bayi yang benar (*body position*), perlekatan bayi yang tepat (*latch*), keefektifan hisapan bayi pada payudara (*effective sucking*). Menyusui dengan teknik yang salah menimbulkan masalah seperti puting susu menjadi lecet dan ASI tidak keluar secara optimal sehingga mempengaruhi produksi ASI selanjutnya malas menyusui. Hal ini menyebabkan kebutuhan ASI bayi tidak tercukupi. Menurut Riksani dengan teknik menyusui yang benar akan mendorong keluarnya ASI secara maksimal sehingga keberhasilan menyusui bisa tercapai. (Amaliyyah, 2021).

Dari data yang didapatkan terdapat masalah kurangnya pengetahuan ibu tentang tehnik menyusui yang benar sehingga ketika tehnik menyusui yang dilakukan tidak benar dapat menimbulkan masalah dalam menyusui seperti puting susu lecet, sehingga kita memberikan pendidikan kesehatan untuk masalah tersebut, konseling tentang tehnik menyusui itu sangat efektif untuk mengatasi permasalahan dalam menyusui. Sesuai halnya dengan menyusui dengan teknik yang salah menimbulkan masalah seperti puting susu menjadi lecet dan ASI tidak keluar secara optimal sehingga mempengaruhi produksi ASI selanjutnya enggan menyusui. Hal ini menyebabkan kebutuhan ASI bayi tidak tercukupi. Menurut Riksani, dengan teknik menyusui yang benar akan mendorong keluarnya ASI secara maksimal sehingga keberhasilan menyusui bisa tercapai. (Amaliyyah, 2021).

## **Metode**

Sasaran dalam kegiatan ini adalah ibu postpartum (Nifas) di ruang mawar di RSUD Temanggung, dari tanggal 24 januari 2025 sampai dengan tanggal 27 januari 2025 sebanyak 20 ibu. Langkah awal dengan persiapan melakukan wawancara awal menanyakan keluhan ibu terkait menyusui, kemudian tim melakukan konseling kepada ibu sekaligus memberikan leaflet yang menjadi media dalam konseling tersebut. Selain dengan konseling, tim mengajarkan kepada ibu tentang tehnik menyusui. Di akhir sesi akan dilakukan diskusi ataupun tanya jawab dan evaluasi pengetahuan ibu dilakukan dengan menggunakan post test dengan menggunakan kuesioner yang berisi tentang teknik menyusui yang benar.

## **Hasil dan Pembahasan**

### **Tahap 1: Persiapan**

Kegiatan pada tahap 1 ini tim menentukan ibu postpartum yang akan dilakukan konseling dan praktik tehnik menyusui di ruang nifas di RSUD Temanggung Berdasarkan studi pendahuluan melalui wawancara dengan 20 ibu postpartum di ruang nifas (Mawar) RSUD temanggung, didapatkan bahwa 5 ibu postpartum sudah pernah mendapatkan materi tentang tehnik menyusui tapi belum bisa cara melakukan tehnik menyusui yang benar dan 15 ibu postpartum belum pernah mengetahui tentang materi dan cara tehnik menyusui yang benar dan mencari informasi terkait permasalahan yang ibu alami selama menyusui. Berdasarkan wawancara pada ibu nifas yang sudah pernah menyusui, dari pengalaman yang didapatkan sebelumnya menyusui itu proses yang membutuhkan keinginan yang besar dari ibu dan seringnya permasalahan yang dihadapi adalah payudara yang bengkak, puting susu lecet. Beberapa ibu postpartum juga pernah mengalami

kekhawatiran tidak bisa menyusui dengan benar dan kurang memahami tentang teknik menyusui yang benar.

## **Tahap 2 : Pelaksanaan kegiatan konseling kesehatan tentang tehnik menyusui oleh tim penyuluh**

Kegiatan pada tahap kedua ini adalah tim melakukan konseling tehnik menyusui yang benar. Pada saat proses konseling disampaikan terlebih dahulu tujuan dilaksanakannya pengabdian masyarakat ini yaitu supaya meningkatkan pengetahuan ibu postpartum dalam menyusui. Sebelum kegiatan penyampaian materi oleh tim, diberikan kuesioner untuk mengetahui pengetahuan tentang tehnik menyusui. Langkah ini untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu mengenai tehnik menyusui. Kegiatan selanjutnya adalah penyampaian materi penyuluhan tentang materi tehnik menyusui.

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan informasi-informasi pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan serta terjadi peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan sikap (Notoatmodjo, 2012). Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, penyuluhan ini dilaksanakan dengan tujuan agar ibu dapat memahami tentang tehnik menyusui yang benar serta dapat mempraktikkan cara menyusui yang benar untuk membantu mengatasi permasalahan ibu dalam proses menyusui. Semua peserta memperhatikan setiap penyampaian materi tentang tehnik menyusui yang benar agar dapat memahami mater. Selama kegiatan berlangsung, ibu-ibu memperhatikan materi yang disampaikan oleh tim dengan cukup antusias. Media yang digunakan dalam pengabdian ini adalah materi dalam leaflet yang berisis tentang tehnik menyusui.

## **Tahap 3: Praktik Tatalaksana Konseling Teknik Menyusui Dengan Diskusi Tanya Jawab**

Kegiatan tahap ketiga ini adalah diskusi tanya jawab dan keberhasilan dari kegiatan pengabdian masyarakat. Tim penyuluh memberikan kesempatan pada ibu peserta penyuluhan untuk berdiskusi dan mengajukan beberapa pertanyaan. Ada beberapa pertanyaan yang disampaikan oleh ibu peserta penyuluhan, hal ini membuktikan bahwa adanya ketertarikan ibu akan informasi yang diberikan selama kegiatan pengabdian masyarakat ini berlangsung. Keberhasilan dari kegiatan penyuluhan Kesehatan ini bisa dilihat dari hasil evaluasi yang telah dilakukan kepada ibu bayi/balita. Evaluasi pretest diberikan kepada seluruh peserta ibu bayi/balita pada saat sebelum dimulainya penyuluhan. Hasil dari evaluasi sebelum dilakukan penyuluhan menunjukkan bahwa:

Tabel 1 Pengetahuan Ibu Sebelum Diberikan Konseling Teknik Menyusui

<b>Pengetahuan</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase</b>
<b>Baik</b>	4	15%
<b>Cukup</b>	9	55%
<b>Kurang</b>	7	30%
<b>Jumlah</b>	20	100%

Berdasarkan tabel 1 tentang pengetahuan ibu tentang tehnik menyusui yang benar sebelum diberikan penyuluhan dilakukan pretest sebagian besar berpengetahuan baik sebanyak 4 (15%) , cukup sebanyak 9 (55%) dan kurang sebanyak 7 (30%). Dari hasil pretest tersebut dapat diketahui bahwa masih ada ibu postpartum yang belum mengetahui tentang menyusui yang benar seperti posisi bayu harus tegak lurus, menyedawakan bayi setelah menyusui, posisi bayi yang benar dan ada ibu yang menyusui bayinya dengan berbunyi. Sehingga pentingnya pengetahuan tentang tehnik menyusui yang benar sebagai upaya mengatasi permasalahan dalam menyusui pada ibu postpartum masih perlu

ditingkatkan lagi karena ibu sangat berperan penting dalam memberikan ASI Eksklusif selama 6 bulan kepada bayinya.

Tabel 2 Pengetahuan Ibu Sesudah Diberikan Konseling Teknik Menyusui

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase
Baik	20	100%
Cukup	0	0%
Kurang	0	0%
Jumlah	20	100%



Gambar 1. Penyampaian materi tentang Teknik menyusui

Berdasarkan tabel 2 tentang pengetahuan ibu tentang teknik menyusui yang benar setelah diberikan penyuluhan dilakukan posttest seluruh ibu berpengetahuan baik sebanyak 20 (100%). Hal ini menunjukkan keberhasilan peningkatan yang signifikan atas pengetahuan ibu setelah diberikan penyuluhan tentang teknik menyusui yang benar untuk mengatasi permasalahan selama menyusui pada ibu postpartum. Pengabdian ini sejalan dengan Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010 dijelaskan bahwa 67,5% ibu yang gagal memberikan ASI eksklusif kepada bayinya adalah kurangnya pemahaman ibu tentang teknik menyusui yang benar, sehingga sering menderita puting lecet dan retak. Seringkali kegagalan menyusui disebabkan karena kesalahan memposisikan dan melekatkan bayi. Puting ibu menjadi lecet sehingga ibu jadi segan menyusui, produksi ASI berkurang dan bayi menjadi malas menyusui (Suradi R, 2013).

Tahap terakhir dari kegiatan pengabdian ini adalah tahap evaluasi. Tahap evaluasi dilakukan dalam 1 waktu yang dilakukan dengan pengisian posttest. Dari hasil evaluasi didapatkan hasil bahwa seluruh ibu sudah mengetahui dan bisa mempraktikkan teknik menyusui yang baik dan benar setelah mengikuti penyuluhan yang dilakukan. Tingkat pengetahuan ibu mengenai teknik menyusui setelah diberikan penyuluhan yaitu sebanyak 20 ibu menjadi berpengetahuan baik (100%) efektifitas pelatihan ini dilakukan dengan tatap muka secara langsung.

Setelah dilakukan penyuluhan pengetahuan ibu tentang teknik menyusui yang benar setelah diberikan penyuluhan dilakukan posttest seluruh ibu berpengetahuan baik sebanyak 20 (100%). Ini menunjukkan keberhasilan peningkatan yang signifikan atas pengetahuan ibu setelah diberikan penyuluhan tentang teknik menyusui yang benar untuk mengatasi permasalahan dalam menyusui pada ibu postpartum.



Gambar 2 Demostrasi Teknik Menyusui

Harapan dari tim adalah pengetahuan peserta tentang teknik menyusui meningkat serta dapat mengaplikasikan keterampilan teknik menyusui yang benar. Berdasarkan tabel 1 dan 2 dapat disimpulkan terjadi peningkatan pengetahuan peserta saat sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan. Hasil pengabdian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Astuti, Sofiyanti, Salafas (2019) yaitu ada peningkatan pengetahuan remaja tentang Generasi Berencana (GenRe) setelah diberikan pendidikan kesehatan.

### **Kesimpulan**

Masalah dalam penelitian ini adalah ibu postpartum yang mengalami kesulitan dalam menyusui dan kurangnya pengetahuan dalam teknik menyusui dengan masih salahnya posisi dalam menyusui serta perlekatan dalam menyusui. Solusi untuk masalah ini yaitu melakukan penyuluhan tentang teknik menyusui untuk memberikan pengetahuan kepada ibu cara menyusui yang benar sehingga tidak terjadi kesulitan atau masalah lain dalam menyusui. Metode yang digunakan adalah dengan penyampaian materi dan demonstrasi tentang teknik menyusui dan memberikan kuesioner pre dan post test untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu. Hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa sesudah diberi promosi kesehatan tentang cara teknik menyusui pengetahuan ibu postpartum mengalami peningkatan dengan pengetahuan baik sebanyak 20 orang (100%). Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan untuk ibu postpartum. setelah dilakukan pemberian materi tentang teknik menyusui.

### **Saran**

Dengan pengabdian masyarakat ini diharapkan ibu postpartum di ruang mawar di RSUD Temanggung dapat melaksanakan teknik menyusui yang benar secara mandiri. Untuk tenaga kesehatan dapat memaparkan terkait teknik menyusui yang benar.

### **Ucapan Terima Kasih**

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Tuhan YME, atas Kasih dan KaruniaNya kami dapat menyelesaikan artikel pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Konseling Teknik Menyusui”. Bersama ini perkenankan kami mengucapkan terima kasih kepada selaku pembimbing lahan Di Ruang mawar RSUD Temanggung, Semua pihak yang telah membantu kami selama penyusunan pengabdian masyarakat ini yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu,

### **Daftar Pustaka**

Amaliyyah, R. (2021). *TEKNIK MENYUSUI POSISI, PERLEKATAN DAN KEEFEKTIFAN MENGHISAP - STUDI PADA IBU MENYUSUI DI RSUD SIDOARJO* Evi. February, 6.

- Agustin, Sienny. 2021. 5 Cara menyusui yang benar dan Praktis. Kemenkes.
- Suradi Ruslina. 2013. Posisi dan Perlekatan Menyusui dan Menyusu yang benar.
- Handayani.2013. “*Hubungan Tehnik Menyusui dengan Kelancaran ASI Pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Blang Bintang Aceh Besar*”.
- Munir, R., & Lestari, F. (2023). Edukasi Teknik Menyusui yang Baik dan Benar pada Ibu Menyusui. *Jurnal Abdi Mahosada*, 1(1), 28–34.
- Astutik ,Yuli Reni,2014.*Payudara dan laktasi*,Jakarta :Salemba medica .
- Atikah dan Eni, 2010. *Kapita selecta ASI dan Menyusui*.Jakarta. Medical book.
- Hidayat, Alimul Aziz, 2010. *Metode penelitian kebidanan tehnik analisis data*, Jakarta: Salemba medika.
- Kristiyanasari Weni,2011. *ASI, menyusui dan sadari*.Yogyakarta: Mulia medika.
- Natia Wiji rizki, 2013. *ASI dan panduan ibu menyusui*. Yogyakarta:Nuha medica.
- Proverawati Atikah,2010.*Kapita selekta ASI dan menyusui*, Yogyakarta:Nuha medika