

---

# LAPORAN

## KULIAH PRAKTIKI : ASKEB NIFAS DAN MENYUSUI



30 JULI 2025

---

SEMESTER GENAP 2024/2025  
PROGRAM STUDI KEBIDANAN



UNIVERSITAS  
**FORT DE KOCK**  
BUKITTINGGI

---

## VISI DAN MISI

## PROGRAM STUDI

### VISI

“Mewujudkan Bidan professional  
dengan keunggulan berjiwa  
enterpreneur dan mampu bersaing  
di era global tahun 2033”

---

# **TEMA**

**“KONSELOR LAKTASI”**

# **NARASUMBER**

**Aftiviona Yusuf, S.Gz**

# **JADWAL**

**Waktu :Rabu, 30 Juli 2025**

**Pukul : 14.30 s/d selesai**

---

# HAND OUT MATERI

# Curriculum Vitae

Nama	: Aftiviona Yusuf,S.Gz
NIP	: 198204062006042008
Tgl Lahir	: 6 April 1982
Pangkat/Gol	: Penata Tk.I / III.c
Jabatan	: Nutrisionis Ahli Muda
Instansi	: Puskesmas Plus Mandiangin
Hp	: 085271670639
Email	: <a href="mailto:yonaummiubay@g.mail.com">yonaummiubay@g.mail.com</a>
Pendidikan	: 1. D III Politeknik Kesehatan Padang 2004 2. S 1 Gizi Upertis 2017
Pengalaman Kerja	: 1. Puskesmas Koto Baru Simalanggang 2005 - 2009 2. Kantor Ketahanan Pangan 2009 - 2012 3. Puskesmas Plus Mandiangin 2012 - sekarang
Penghargaan	: 1. Juara 1 Tenaga Kesehatan Teladan Kota Bukittinggi Tahun 2022 2. Juara 1 Tenaga Kesehatan Teladan Tk. Kota Bukittinggi Tahun 2023 3. Juara 3 Tenaga Kesehatan Teladan Tk. Provinsi Tahun 2023





KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

## SERTIFIKAT

No. 050303/DL.03.01/PL/2023

Berdasarkan Peraturan Pemerintah Nomor 67 Tahun 2019, Tentang Pengelolaan Tenaga Kesehatan, serta ketentuan - ketentuan pelaksanaannya menyatakan bahwa:

Nama	: <b>Aftiviona Yusuf, S.G.z</b>
NIP/NRP/NIK	: 198204062006042008 / 1375034604820002
Tempat dan Tanggal Lahir	: Bandar Dalam, 06 April 1982
Pangkat/Golongan	: Penata Muda Tingkat I-III/b
Instansi	: Puskesmas Plus Mandiangin




### TELAH BERHASIL

Menyelesaikan Pelatihan Konseling Menyusui (End User) yang diselenggarakan oleh Balai Pelatihan Kesehatan Batam tanggal 11 Juli 2023 s/d 18 Juli 2023 dengan jumlah 43 jam pelatihan @45 menit senilai 1 angka kredit JF Kesehatan dan 5 Satuan Kredit Profesi (SKP) PERSAGI.

Mengetahui,

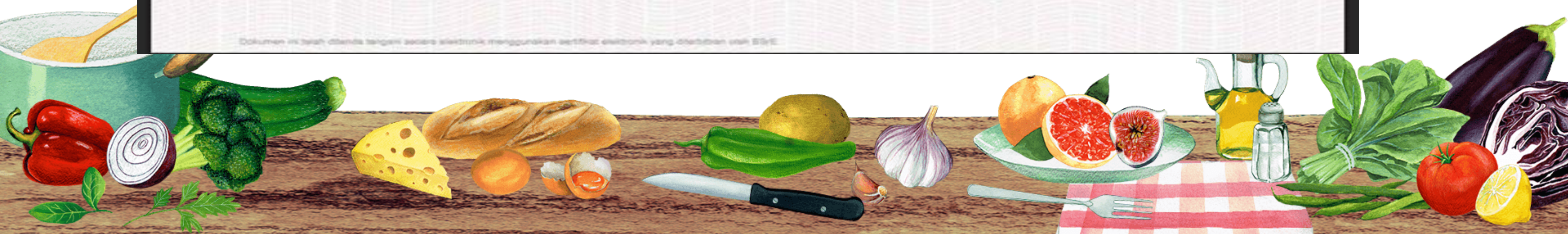
Batam, 18 Juli 2023

 Ditandatangani secara elektronik oleh :  
**Pt. Direktur Peningkatan Mutu Tenaga Kesehatan**  
**Anna Kurniati, SKM, MA, Ph.D**  
NIP. 197112111996022001



 Ditandatangani secara elektronik oleh :  
**KEPALA BAPELKES BATAM**  
**Khaerudin, S.Kep.,Ners.,M.K.M**  
NIP. 197011011995011002


Dokumen ini telah ditanda tangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh SSrE





# **KEBIJAKAN UNTUK MENDUKUNG KEBERHASILAN MENYUSUI**





# SITUASIMASALAH GIZI: Praktik Menyusui sebagai Salah Satu Determinan Masalah Gizi

 **1 dari 4** remaja mengalami stunting

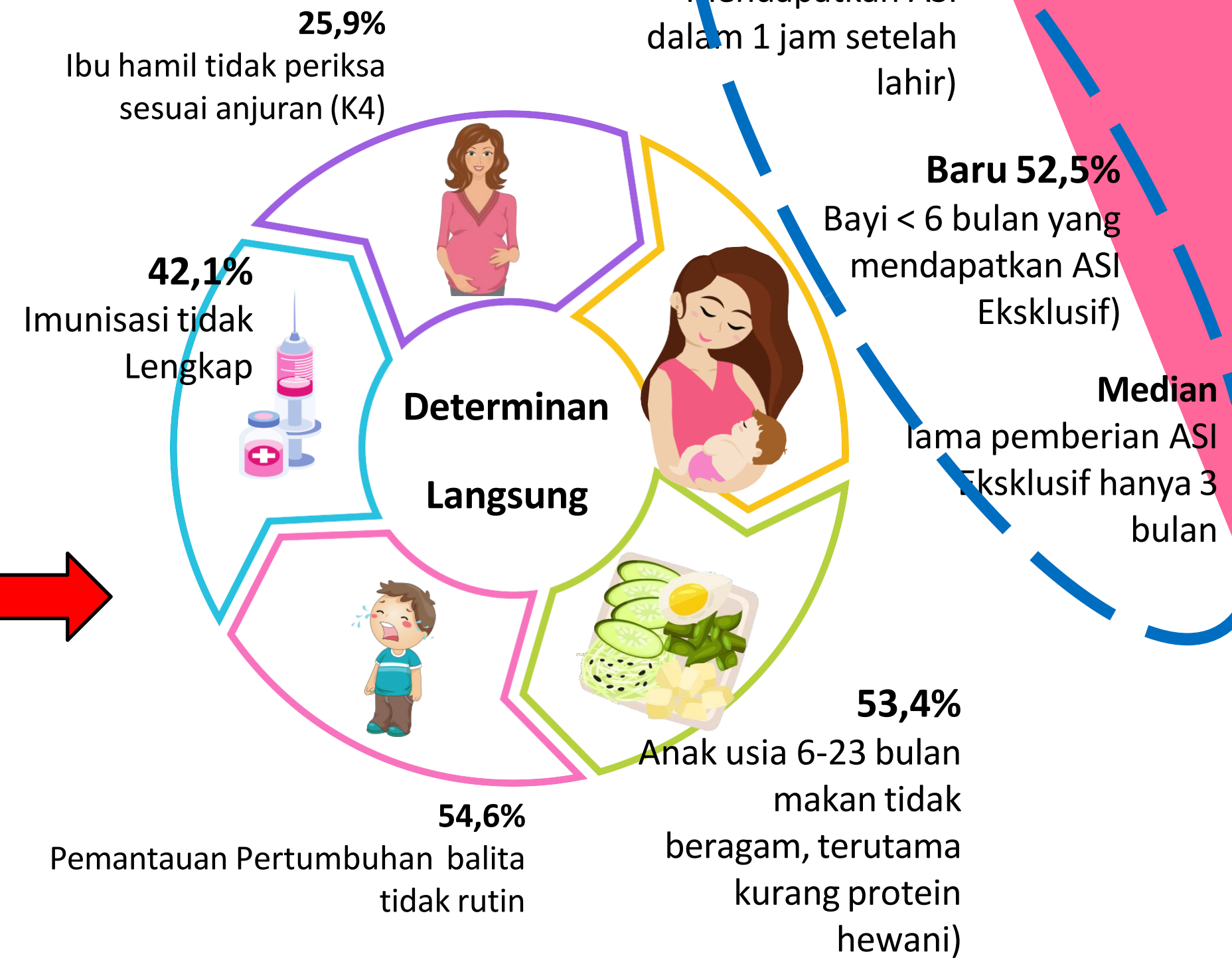
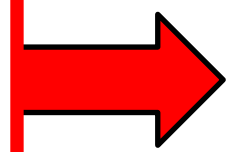
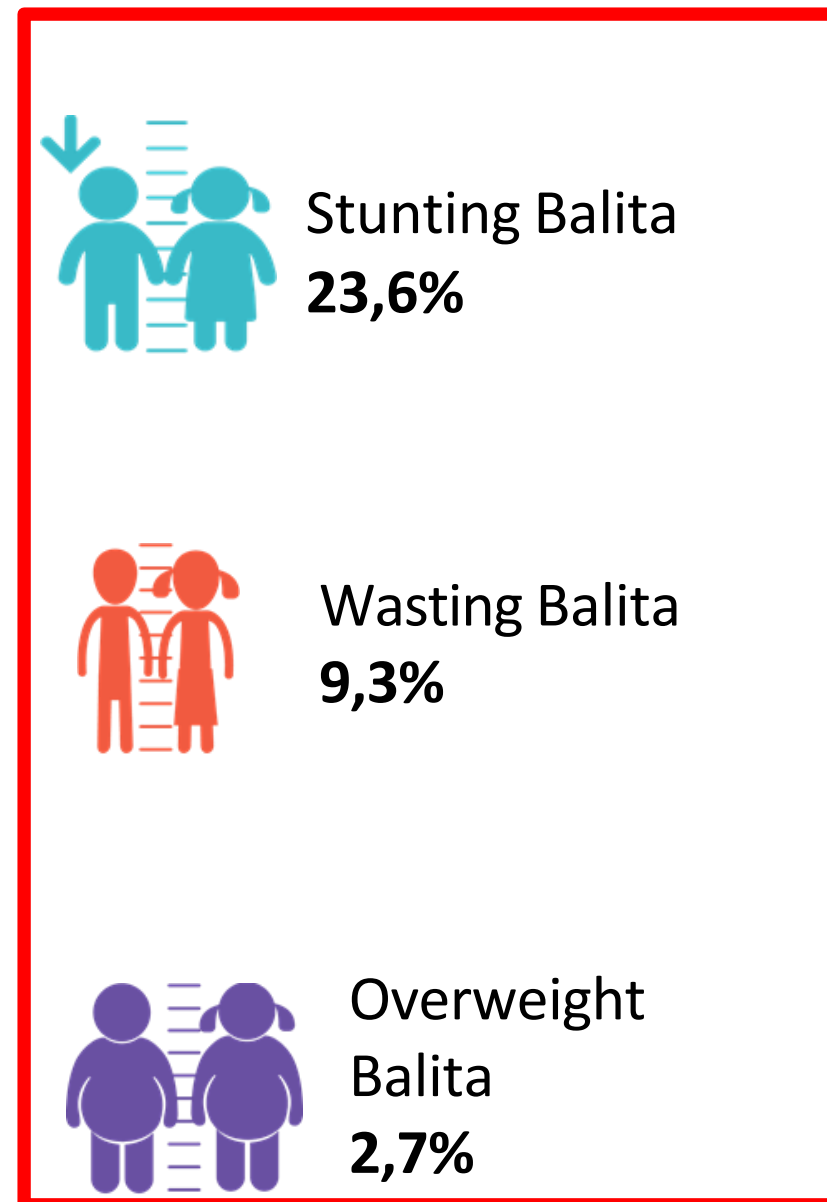
 **1 dari 7** remaja mengalami *overweigh*

 Ibu Hamil Anemia **48,9%**

 Ibu Hamil KEK **17,3%**

 Obesitas 18+ **21,8%**

SKI 2023  
(SUMBAR)

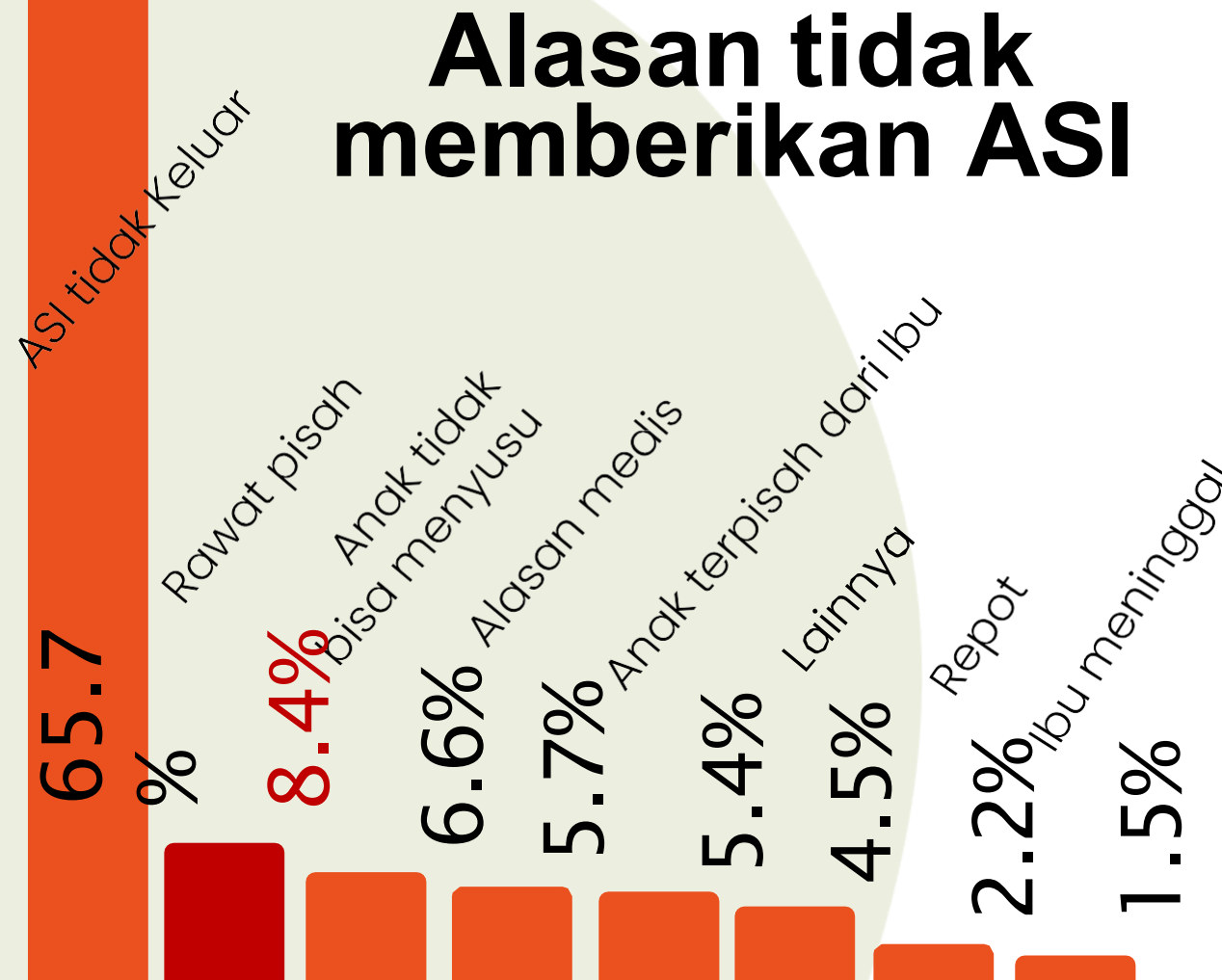
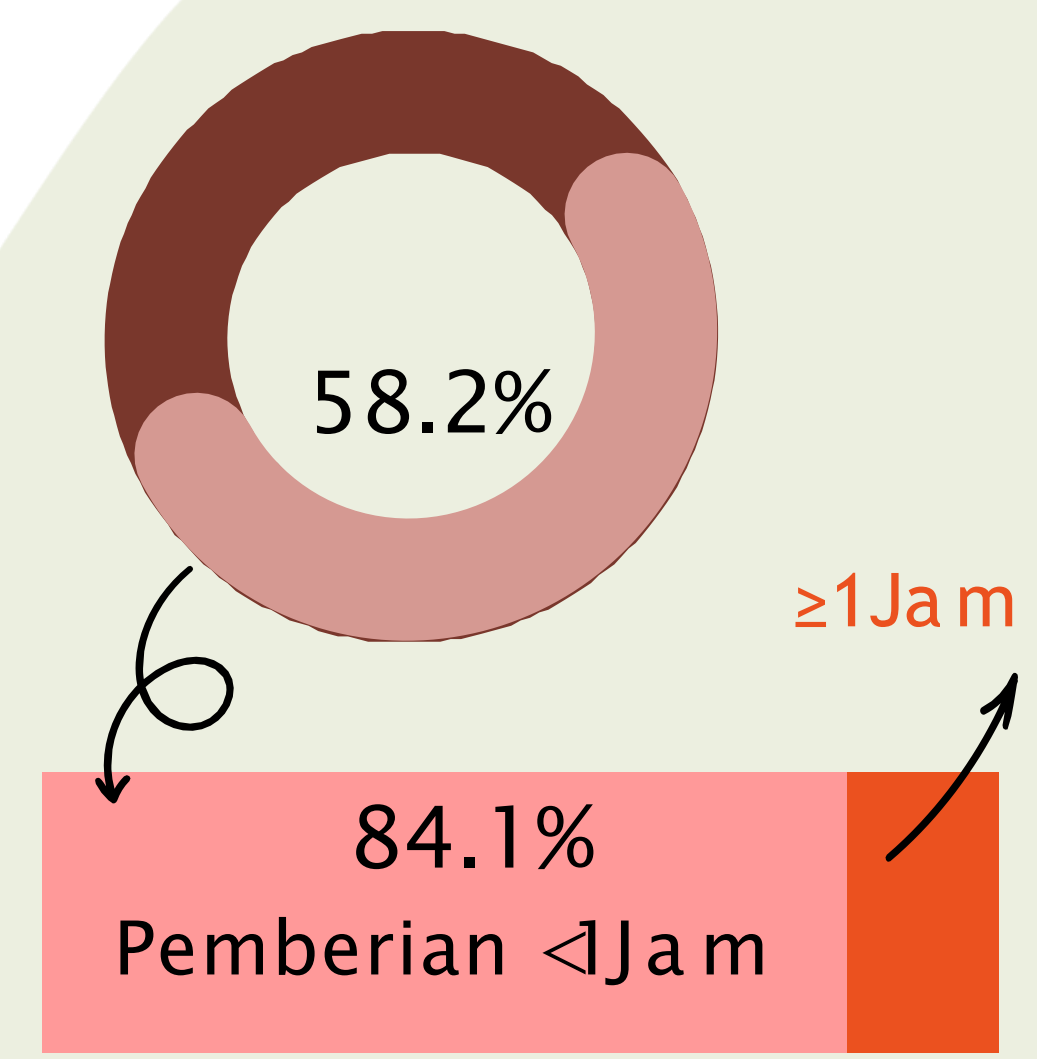


# SITUASI PRAKTIK MENYUSUI DI INDONESIA

## Pemberian Kolostrum



## Mendapatkan IMD



## Tantangan dan Hambatan

1. Dukungan dari berbagai pihak
2. Pengetahuan Ibu dan keluarga
3. Kapasitas Tenaga Kesehatan
4. Masifnya Iklan susu formula
5. Penguatan 10 LMKM (Langkah Menuju Keberhasilan Menyusui)
6. Optimalisasi implementasi kebijakan/legislasi serta monev

SDKI, 2017; Riskesdas, 2018

# MANFAAT ASI dan PENTINGNYA MENYUSUI

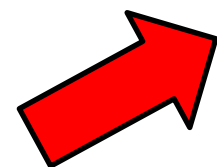
1 BAGI BAYI

2 BAGI IBU

3 BAGI KELUARGA

4 BAGI TEMPAT KERJA

5 BAGI NEGARA



## Praktik Menyusui,

- menyelamatkan lebih dari **820.000** bayi setiap tahun
- **menurunkan Angka Kematian** karena Infeksi pada Anak Usia < 3 bulan (The Lancet Series, 2016)

## Tidak Menyusui

Berhubungan dengan kehilangan nilai ekonomi sekitar **\$302 milyar/tahun** (The Lancet Series, 2016)

## ASI yang diproduksi oleh ibu

merupakan sumber IgA dan IgG anti-SARS-CoV-2 dan menetralkan aktivitas SARS-CoV-2

(Pace *et al*, 2020)

# 10 program **intervensi spesifik** untuk menurunkan stunting

		Sasaran		Program	
Sebelum lahir	Sebelum hamil		Remaja Putri	1	<b>Konsumsi tablet tambah darah (TTD)</b> Pemberian TTD setiap minggu di sekolah
				2	<b>Screening anemia</b> Pemeriksaan kesehatan termasuk kadar hemoglobin siswi kelas 7 & 10
	Saat hamil		Ibu Hamil	3	<b>Pemeriksaan kehamilan</b> Pelaksanaan <i>antenatal care</i> (ANC) 6x (2x dengan dokter), termasuk penggunaan USG
				4	<b>Konsumsi tablet tambah darah (TTD)</b> Pemberian tablet tambah darah ibu hamil (minimal 90 selama kehamilan)
				5	<b>Pemberian makanan tambahan bagi Ibu KEK</b> Pemberian makanan tambahan bagi ibu hamil KEK
Setelah lahir		Balita	6	<b>Pemantauan tumbuh kembang</b> Penimbangan, pengukuran panjang badan, dan pemantauan perkembangan balita di Posyandu setiap bulan	
			7	<b>ASI eksklusif</b> Pemberian ASI eksklusif sejak lahir sampai bayi berusia 6 bulan	
			8	<b>Pemberian makanan tambahan protein hewani bagi baduta</b> Pemberian protein hewani bagi anak 12-23 bulan, berupa telur dan sumber protein lainnya.	
			9	<b>Tatalaksana balita dengan masalah gizi</b> Merujuk balita dengan masalah gizi ke Puskesmas dan RS. Pemberian makanan tambahan (balita gizi kurang usia >6 bulan), formula 75 dan formula 100 (balita gizi buruk)	
			10	<b>Peningkatan cakupan dan perluasan jenis imunisasi</b> Pelayanan rutin, kampanye bulan imunisasi dasar dan 3 imunisasi tambahan	
					11

Edukasi remaja putri, ibu hamil, dan keluarga balita.

# 12 provinsi prioritas penurunan *stunting*

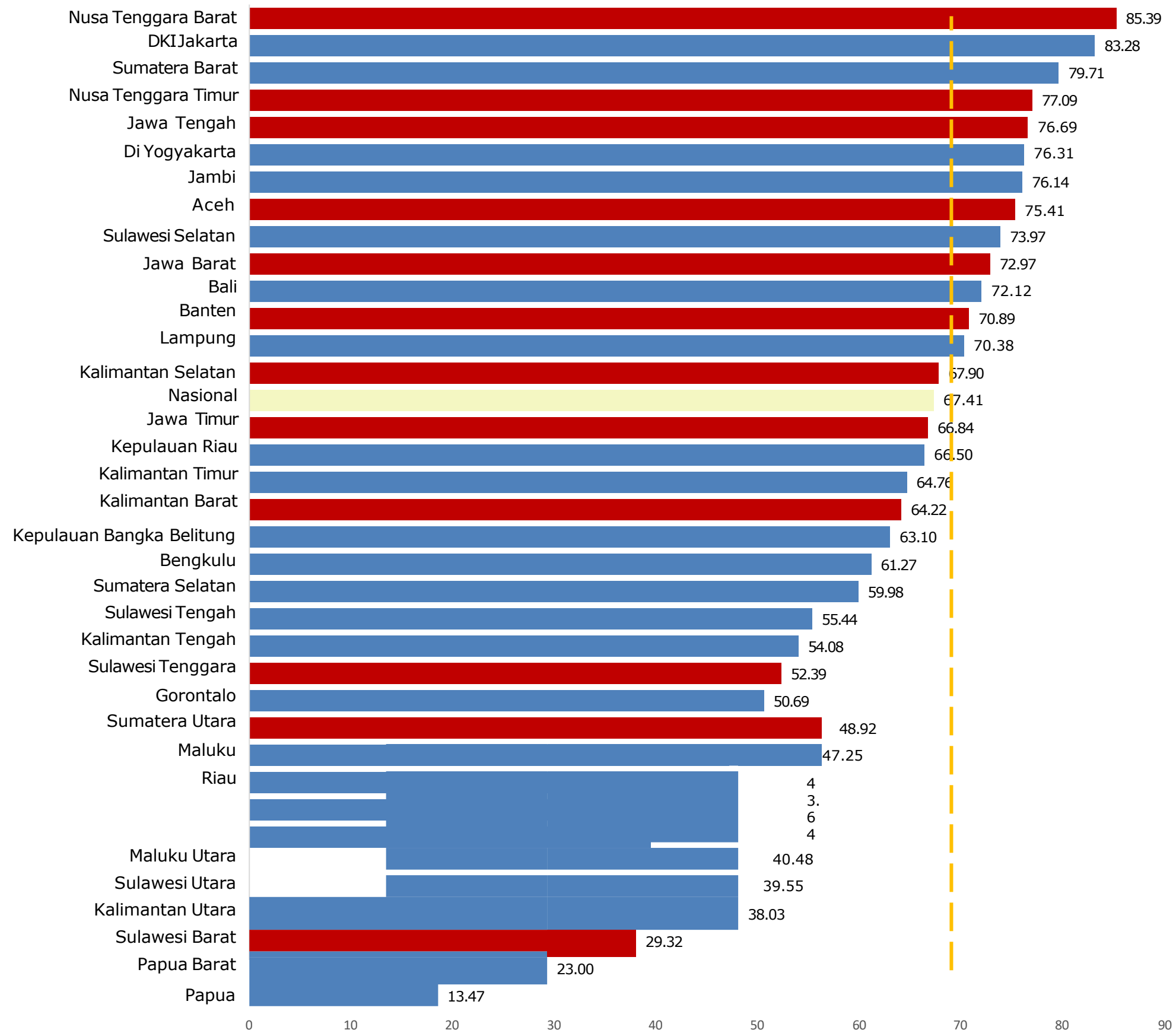
7 prevalensi tertinggi (NTT, Sulbar, Aceh, NTB, Sultra, Kalsel, & Kalbar) & 5 kasus tertinggi (Jabar, Jatim, Jateng, Sumut, & Banten)



Sumber: SSGI 2021

# Bayi Usia Kurang dari 6 Bulan Mendapat ASI Eksklusif

Target capaian : **70%**



## Strategi

- 1. Menambah konselor ASI** bekerjasama dengan NGO dan Ormas
- 2. Kampanye dan gerakan stunting** untuk ASI Eksklusif
- 3. Kunjungan rumah dan pendampingan** oleh kader posyandu
- 4. Advokasi kepada:**
  - Pemda** untuk fasilitasi ruang menyusui di area publik
  - Perkumpulan dunia usaha** untuk fasilitasi ruang menyusui di tempat kerja

**PENINGKATAN KAPASITAS SDM**

Pelaksanaan pelatihan berjenjang :

- Tenaga kesehatan,
- Guru,
- target populasi

**PENINGKATAN KUALITAS PROGRAM**

- Identifikasi Masalah Gizi; Pencatatan/Pelaporan; Monitoring dan Evaluasi
- Advokasi dan sosialisasi lintas program dan sektor

**PENGUATAN EDUKASI GIZI**

pengembangan strategi *Behaviour Communication Change (BCC)* :  
penentuan pesan esensial dan metode penyampaian, target, jangkauan.

**PENGUATAN MANAJEMEN INTERVENSI GIZI DI PUSKESMAS & POSYANDU**

- penyediaan pedoman TTD, Gizi Seimbang Rematri, Bumil, Busui; vitamin A, ASI Eksklusif , PMBA
- suplai & distribusi obat gizi

**INTERVENSI GIZI**

untuk percepatan penurunan stunting  
(Remaja + 1000 Hari Pertama Kehidupan)

**1 PROMOSI DAN KONSELING MENYUSUI****2 PROMOSI DAN KONSELING PEMBERIAN MAKAN BAYI DAN ANAK (PMBA)****3 PEMANTAUAN PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN BALITA****4 SUPLEMENTASI GIZI MIKRO (TTD IBU HAMIL DAN REMAJA; VITAMIN A BALITA DAN IBU NIFAS)****5 PENANGANAN MASALAH GIZI DENGAN PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN****6 TATALAKSANA GIZI BURUK**



# Keberhasilan Menyusui: Tanggung Jawab Bersama

## FAKTOR PENENTU

STRUKTURAL

Konteks Sosiokultur dan Pasar

SETTING

Sistem & Layanan  
Kesehatan

Keluarga &  
Masyarakat

Tempat Kerja &  
Pekerjaan

INDIVIDU

Sifat/Ciri  
Ibu & Anak

Hubungan  
Ibu & Bayi

Memulai dini

Menyusui Eksklusif

Terus menyusui

*(Lancet Breastfeeding Series, 2016)*

## INTERVENSI

Mobilisasi sosial dan media  
massa

+

Legalisasi, kebijakan,  
pembiayaan, pemantauan,  
dan pemberlakuan

+

Konseling dukungan, dan  
manajemen laktasi

# LEGISLASI Perlindungan Menyusui

## UU No. 36 tahun 2009 tentang Kesehatan

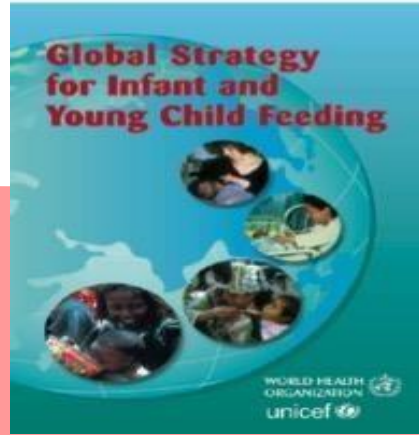
- Pasal 49 ayat 2 UU No 49/1999 tentang Hak Asasi Manusia
- Pasal 83 UU No 13/2003 tentang Ketenagakerjaan
- UU No 18 Tahun 2012 tentang Pangan
- PP No 33 Tahun 2012 tentang Pemberian ASI Eksklusif dan turunannya

**Permenkes No. 15 Tahun 2013**  
**Permenkes No. 39 Tahun 2013**  
**Permenkes No 49 Tahun 2014**  
**Permenkes No. 15 Tahun 2014**

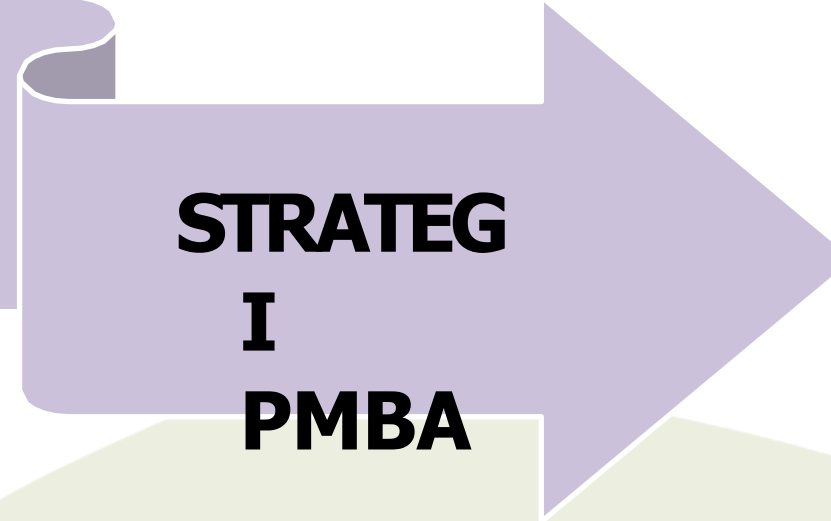
- PMK No 23 Tahun 2014 tentang Upaya Perbaikan Gizi
- PerKaBPOM No 6 Tahun 2021 tentang Pengawasan Periklanan Pangan Olahan
- Kepmenkes 603/2008 tentang RS Sayang Ibu Bayi dan RS Ponek (Saat ini Proses Revisi)



# Strategi Peningkatan Cakupan Menyusui



- Kebijakan, Perencanaan dan Koordinasi
- Dukungan Komunikasi dan Informasi
- International Code, WHA
- Perlindungan Maternal
- Pelayanan Kesehatan dan Gizi
- PMBA di wilayah darurat
- Dukungan terhadap ibu dan masyarakat di luar jangkauan
- Inisiatif RS Sayang Ibu dan Bayi



IMD



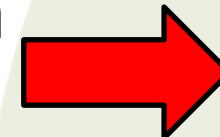
Asi Eksklusif 6 Bulan



MP ASI mulai usia 6 bulan



ASI sampai 2 tahun/lebih



- lingkungan yang kondusif
- Penguatan 10 LMKM
- Peningkatan komitmen dan kapasitas stake holder
- Pemberdayaan ibu, keluarga dan masyarakat dalam

A close-up photograph of a woman with curly hair holding a baby. A man's hand is gently stroking the baby's head. The scene is intimate and affectionate. The text 'TERIMA KASIH' is overlaid in the center.

TERIMA KASIH



KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA



© UNICEF/UNI114991/Holt. Kemenkes RI

## Mata Pelatihan Inti 1

# Konsep Menyusui

“

# Tujuan Pembelajaran

Hasil Belajar:

Setelah mengikuti materi ini, peserta mampu memahami konsep menyusui

Indikator Hasil Belajar:

Setelah mengikuti pembelajaran ini, peserta dapat:

1. Menjelaskan pentingnya menyusui
2. Menjelaskan cara kerja menyusui

# Pentingnya Menyusui

Materi Pokok 1

“

# Tujuan Pembelajaran

Hasil Belajar:

Setelah mengikuti materi ini, peserta mampu memahami konsep menyusui

Indikator Hasil Belajar:

Setelah mengikuti pembelajaran ini, peserta dapat:

1. **Menjelaskan pentingnya menyusui**
2. Menjelaskan cara kerja menyusui

# Definisi-definisi terkait Menyusui

# Rekomendasi WHO-UNICEF

Rekomendasi WHO-UNICEF untuk pemberian makan bayi dan anak:

- 1. Inisiasi Menyusu Dini (IMD)
- 2. Pemberian ASI Eksklusif
- 3. Pemberian Makanan Pendamping ASI sejak usia 6 bulan
- 4. Melanjutkan menyusui hingga 2 tahun atau lebih

# Beberapa definisi terkait menyusui

- Air Susu Ibu (ASI)
- Menyusui
- Menyusui Eksklusif
- Menyusui predominan
- Menyusui penuh
- Menyusui parsial atau campuran
- Inisiasi Menyusu Dini
- Pemberian makanan buatan
- Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) tepat waktu
- Menyusui bayi hingga usia 2 tahun atau lebih

# Manfaat Menyusui

# Manfaat Menyusui

ASI	Menyusui
Zat gizi lengkap	Membantu ikatan batin dan perkembangan
Mudah dicerna	Membantu menunda kehamilan baru
Digunakan secara efisien	Melindungi kesehatan ibu
Melindungi dari infeksi	
Melindungi jangka panjang dari penyakit tidak menular	
Biaya lebih murah daripada formula bayi	



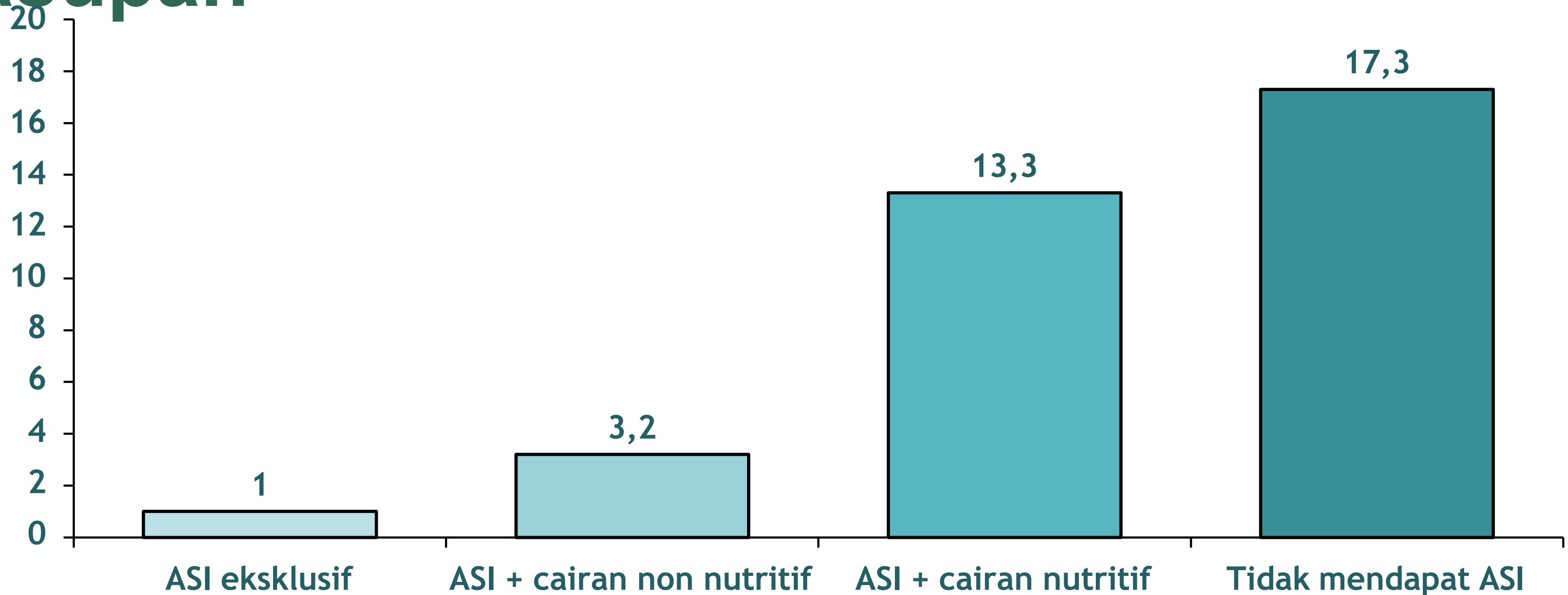
© UNICEF/UN0222431/Velazquez

# Perlindungan terhadap infeksi

- Ibu terinfeksi
- Sel darah putih di tubuh ibu membuat antibodi untuk melindungi ibu
- Sebagian sel darah putih masuk ke kelenjar ASI dan memproduksi antibodi
- Antibodi ibu disekresikan dalam ASI untuk melindungi bayi



# Risiko diare akibat pola pemberian asupan



Bayi usia 0-2 bulan, Filipina

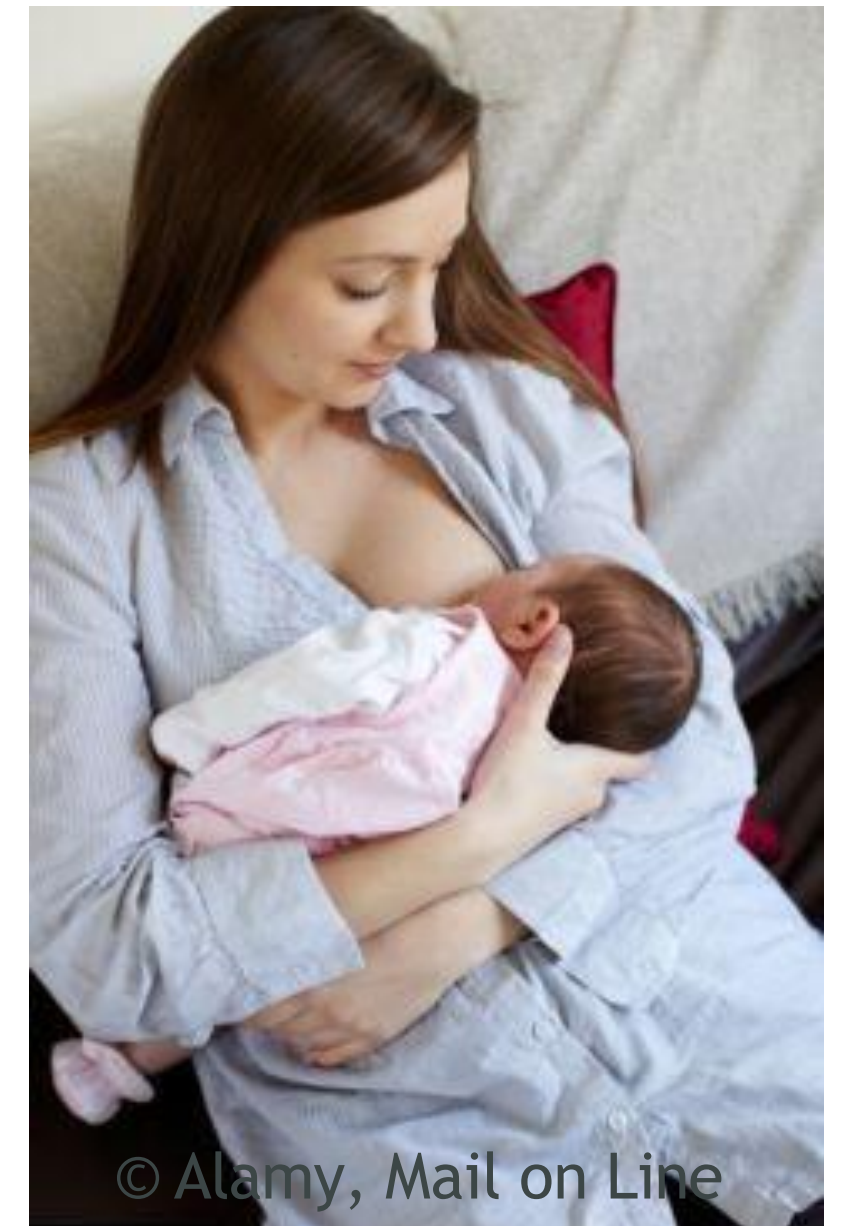
# Manfaat psikologis menyusui

## Ikatan emosional

- Hubungan erat dan penuh kasih sayang antara ibu dan bayi
- Ibu lebih puas secara emosional
- Bayi lebih sedikit menangis
- Bayi mungkin lebih aman secara emosional

## Pengembangan

- Anak-anak tampil lebih baik dalam tes kecerdasan

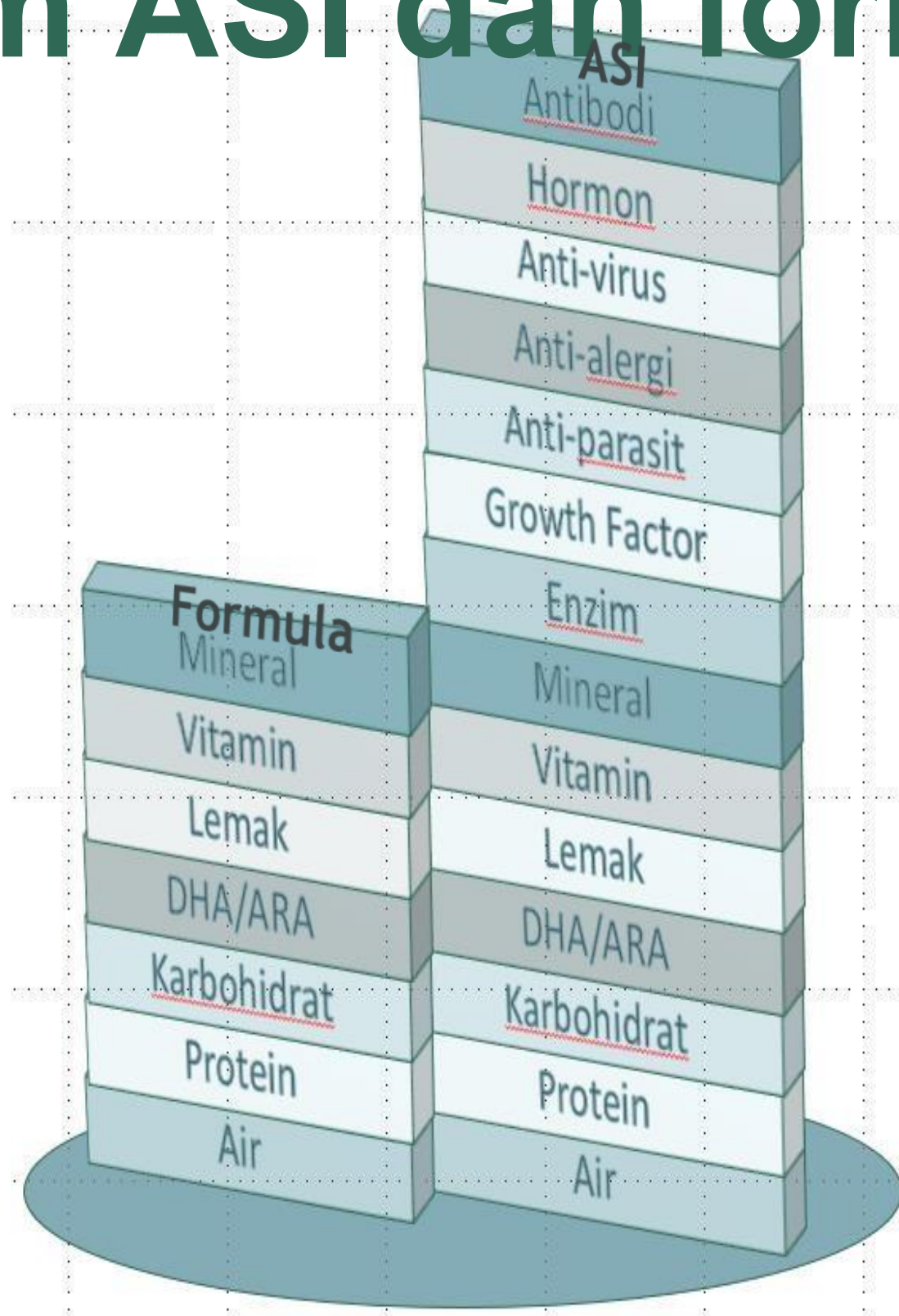


# Risiko tidak menyusui

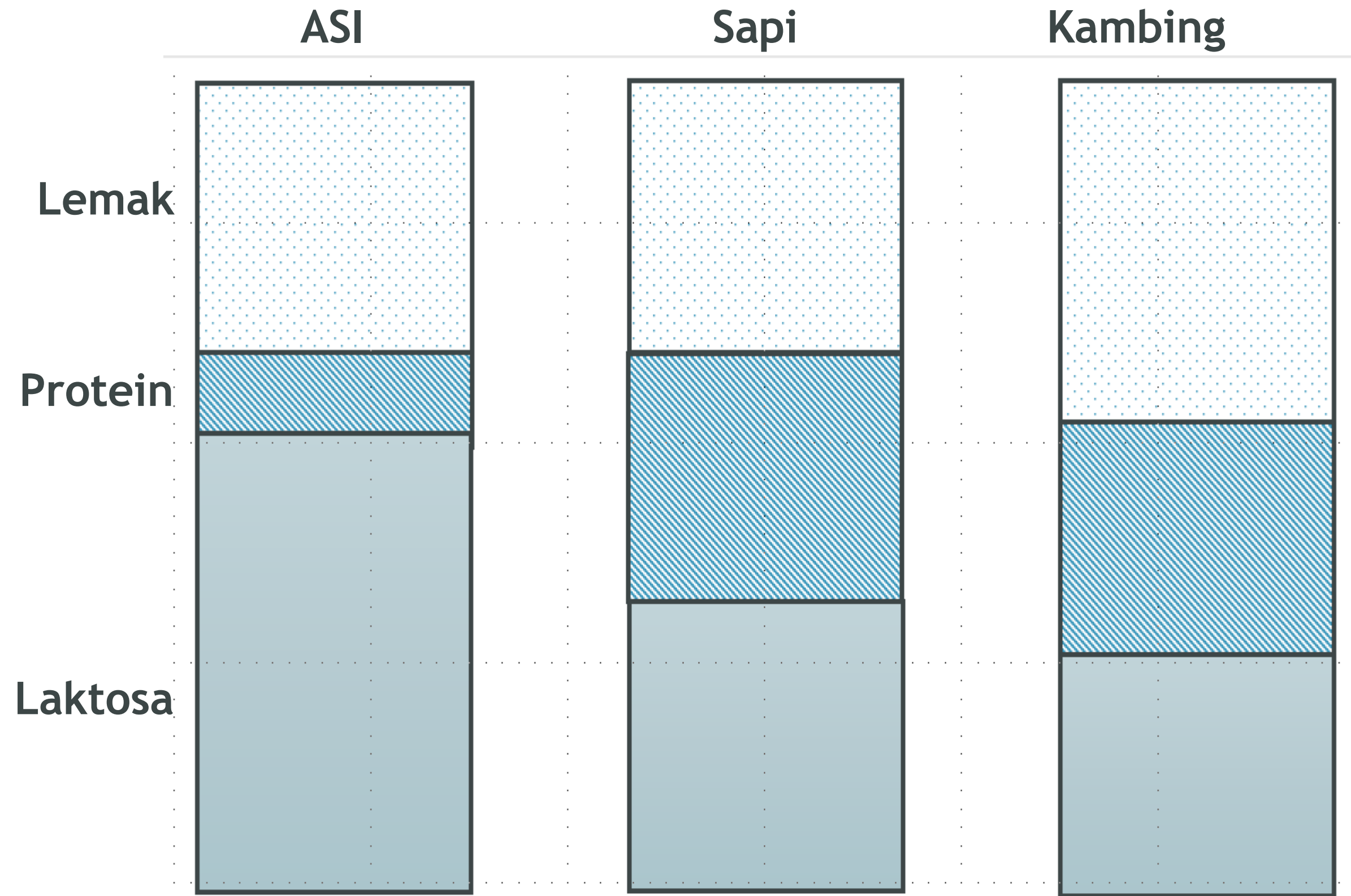
- Mungkin dibutuhkan upaya lebih besar untuk menjalin ikatan batin dengan bayi.
- Lebih sering mengalami diare dan diare persisten.
- Lebih sering mengalami infeksi saluran pernapasan.
- Malnutrisi; kekurangan vitamin A.
- Lebih banyak alergi dan intoleransi susu.
- Meningkatnya risiko beberapa penyakit kronis.
- Kegemukan.
- Nilai yang lebih rendah pada tes kecerdasan.
- Ibu mungkin hamil lebih cepat.
- Ibu lebih berisiko anemia, kanker ovarium dan kanker payudara.

# Komposisi ASI

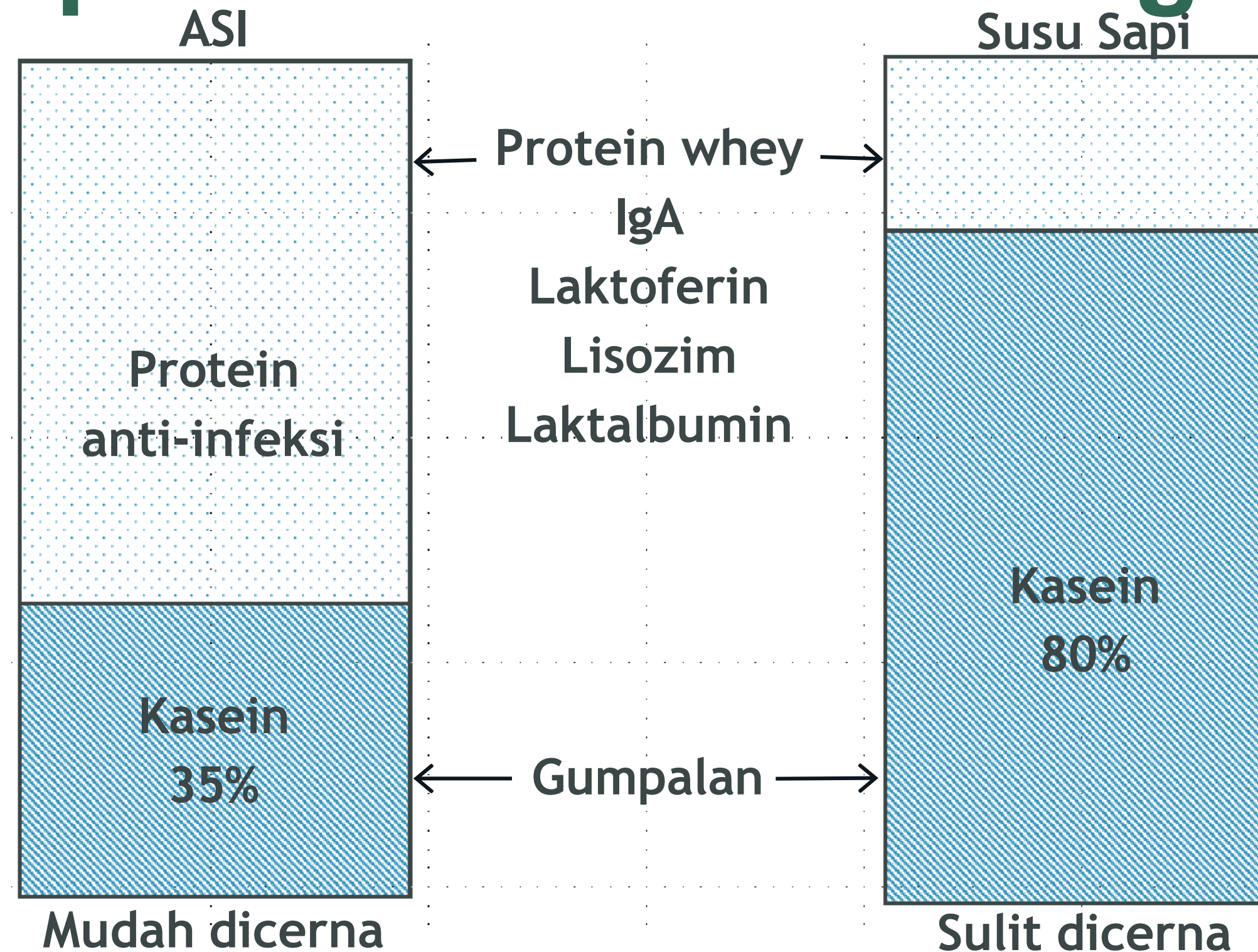
# Zat Gizi dalam ASI dan formula



# Gizi dalam ASI dan susu hewan

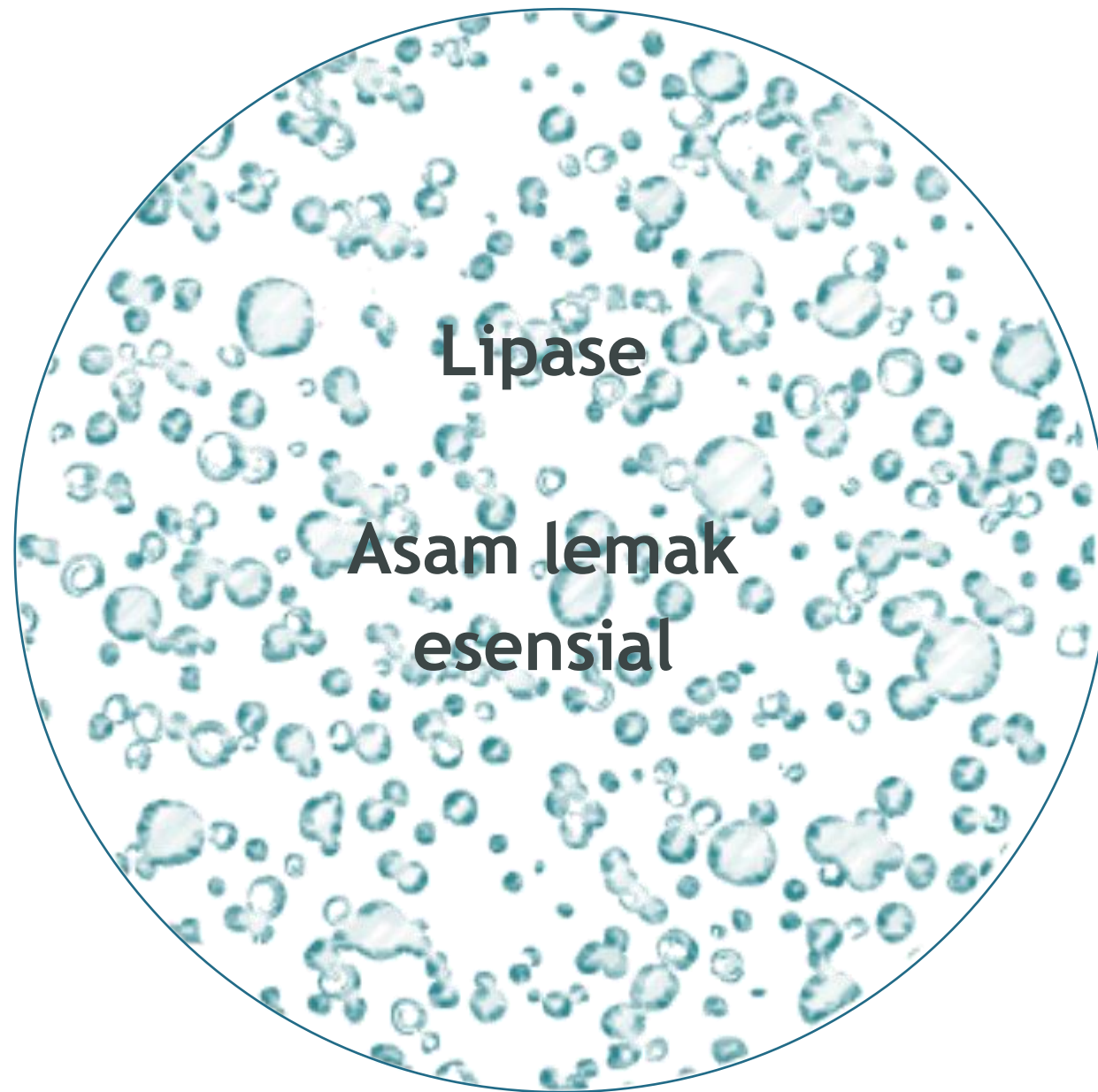


# Kualitas protein ASI dibanding susu sapi



# Perbedaan lemak ASI dibanding susu sapi

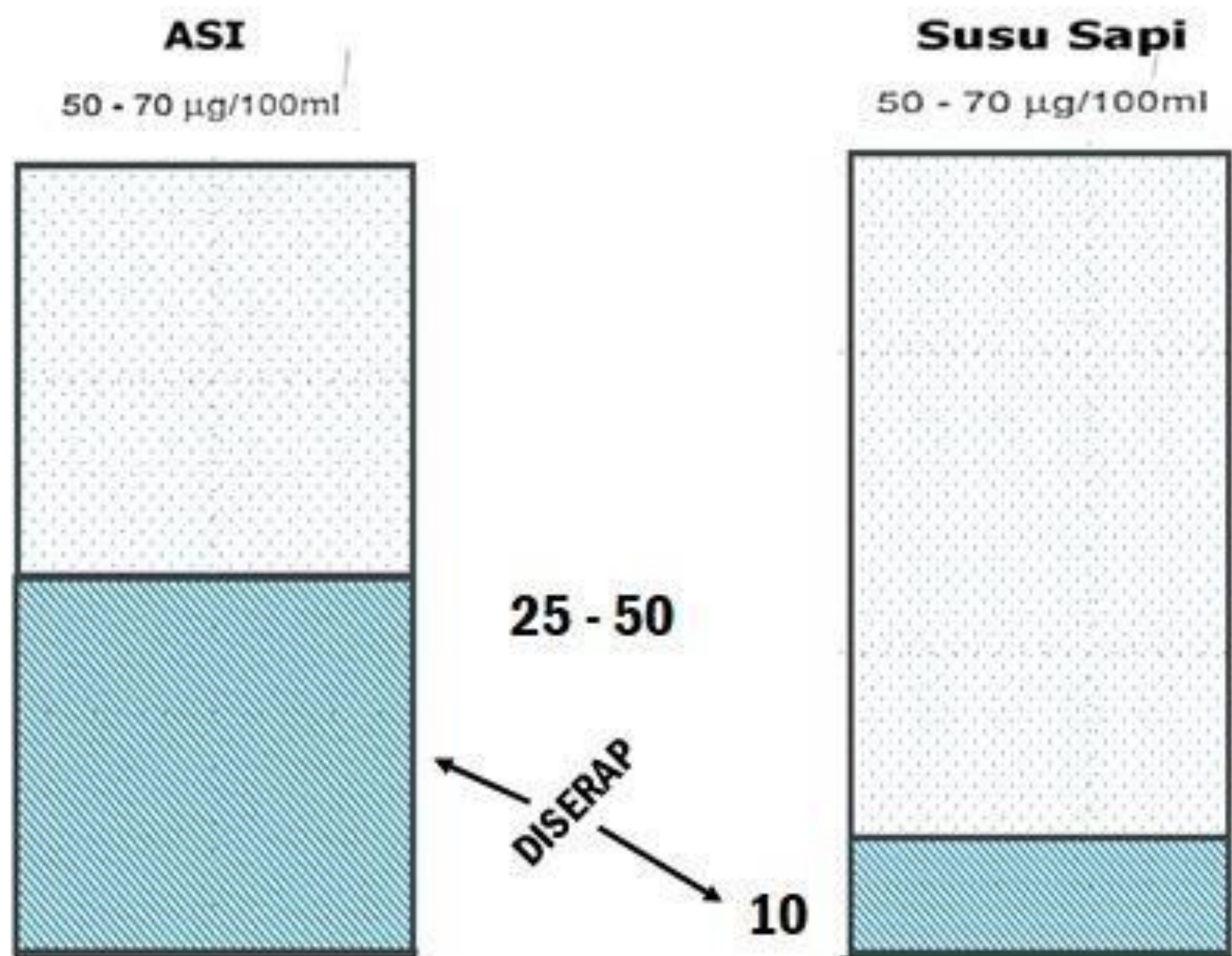
ASI



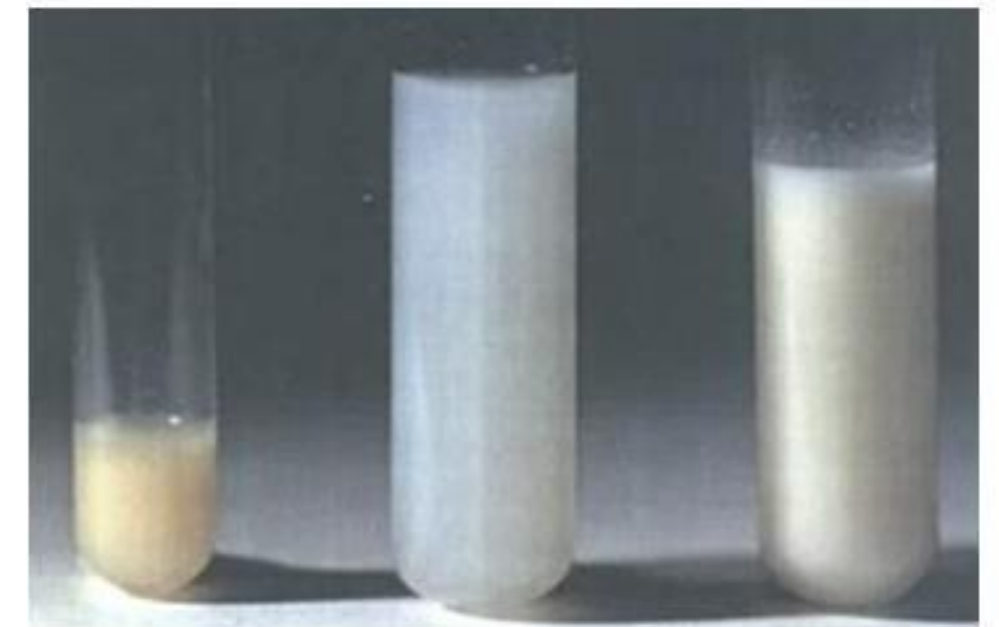
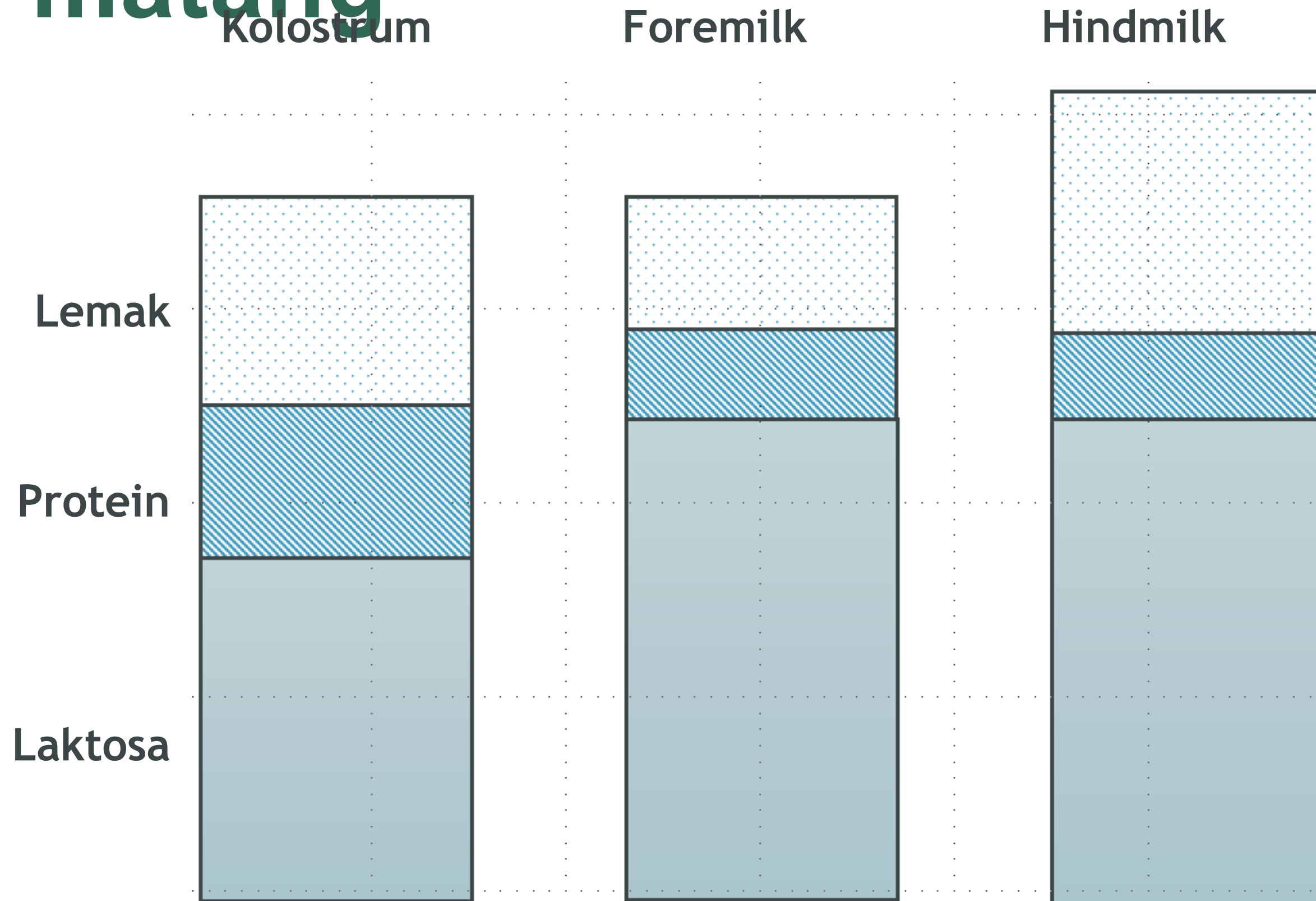
Susu Sapi/Formula



# Kadar Zat Besi dalam ASI dan Susu Sapi



# Perbedaan antara kolostrum dan ASI matang



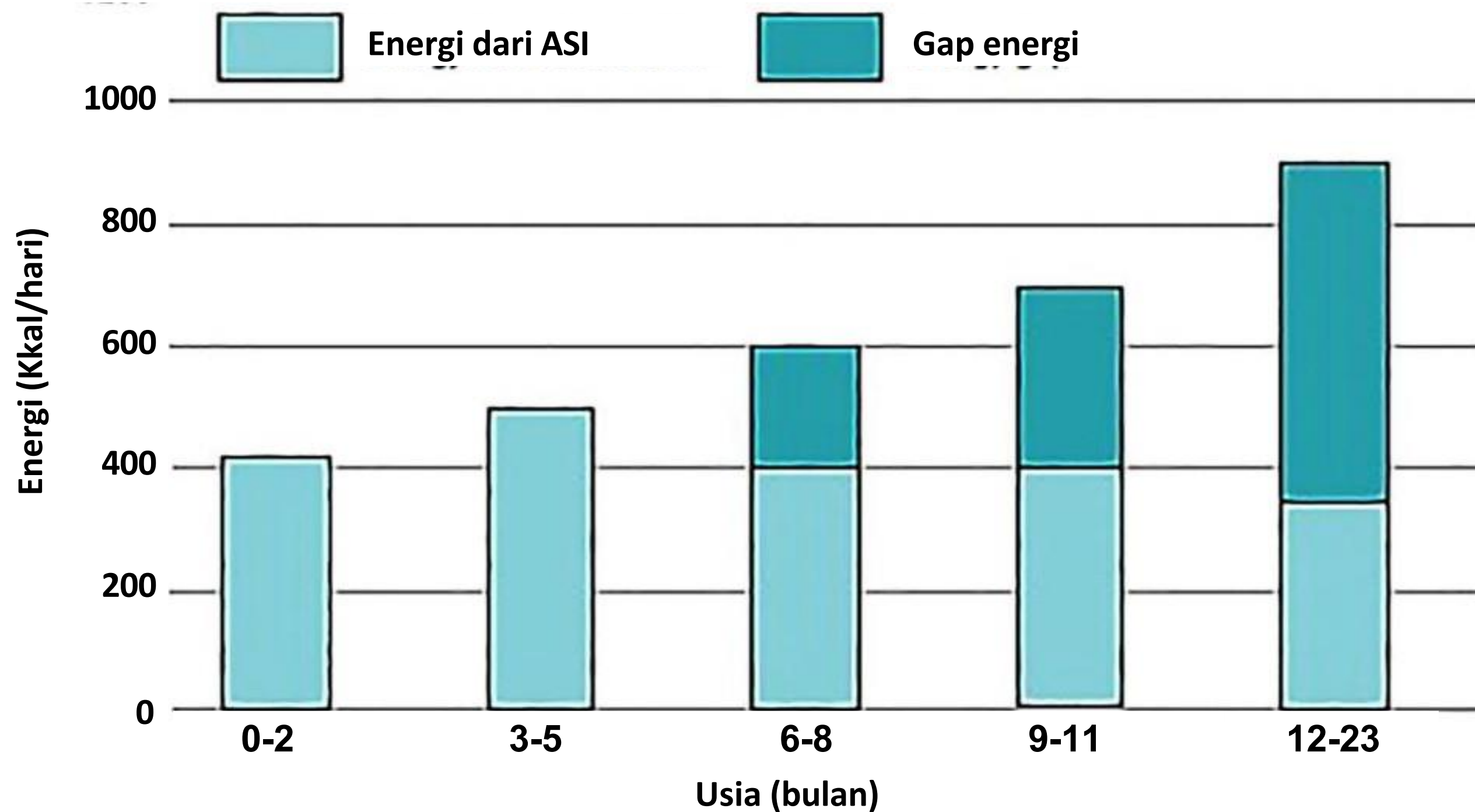
Tampilan kolostrum, ASI awal dan akhir

# Kolostrum

Kandungan	Manfaat
Kaya antibodi	- Melindungi dari infeksi dan alergi
Banyak sel darah putih	- Melindungi dari infeksi
Pencahar	- Membersihkan mekonium - Membantu mencegah kuning pada bayi
Faktor pertumbuhan	- Membantu pematangan usus - Mencegah alergi dan intoleransi
Kaya vitamin A	- Mengurangi keparahan infeksi

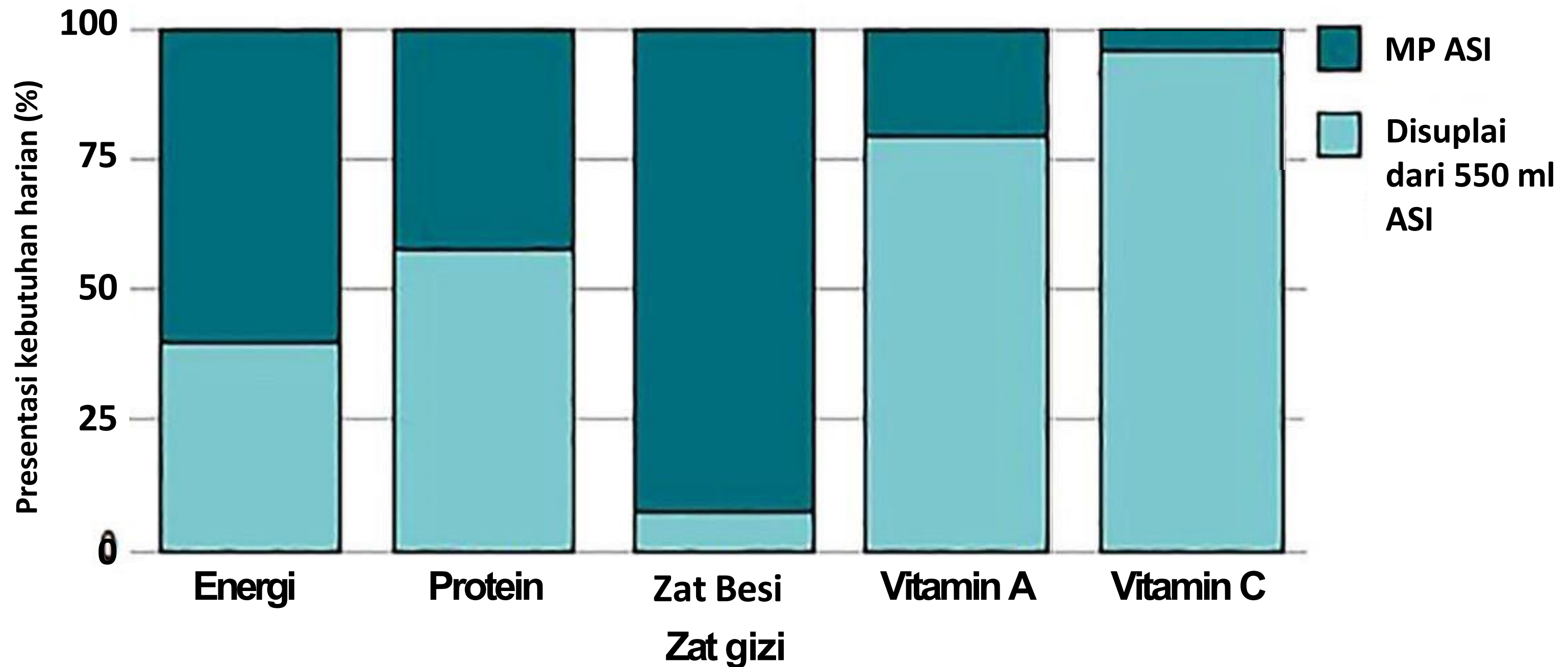
# ASI pada tahun kedua

Energi yang dibutuhkan sesuai usia dan jumlah yang disuplai oleh ASI



# ASI pada tahun kedua

Presentasi kebutuhan zat gizi harian yang disuplai oleh ASI





KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA

# Mata Pelatihan Inti 1

## Materi Pokok 2



“

# Tujuan Pembelajaran

Hasil Belajar:

Setelah mengikuti materi ini, peserta mampu memahami konsep menyusui

Indikator Hasil Belajar:

Setelah mengikuti pembelajaran ini, peserta dapat:

1. Menjelaskan pentingnya menyusui
2. **Menjelaskan cara kerja menyusui**

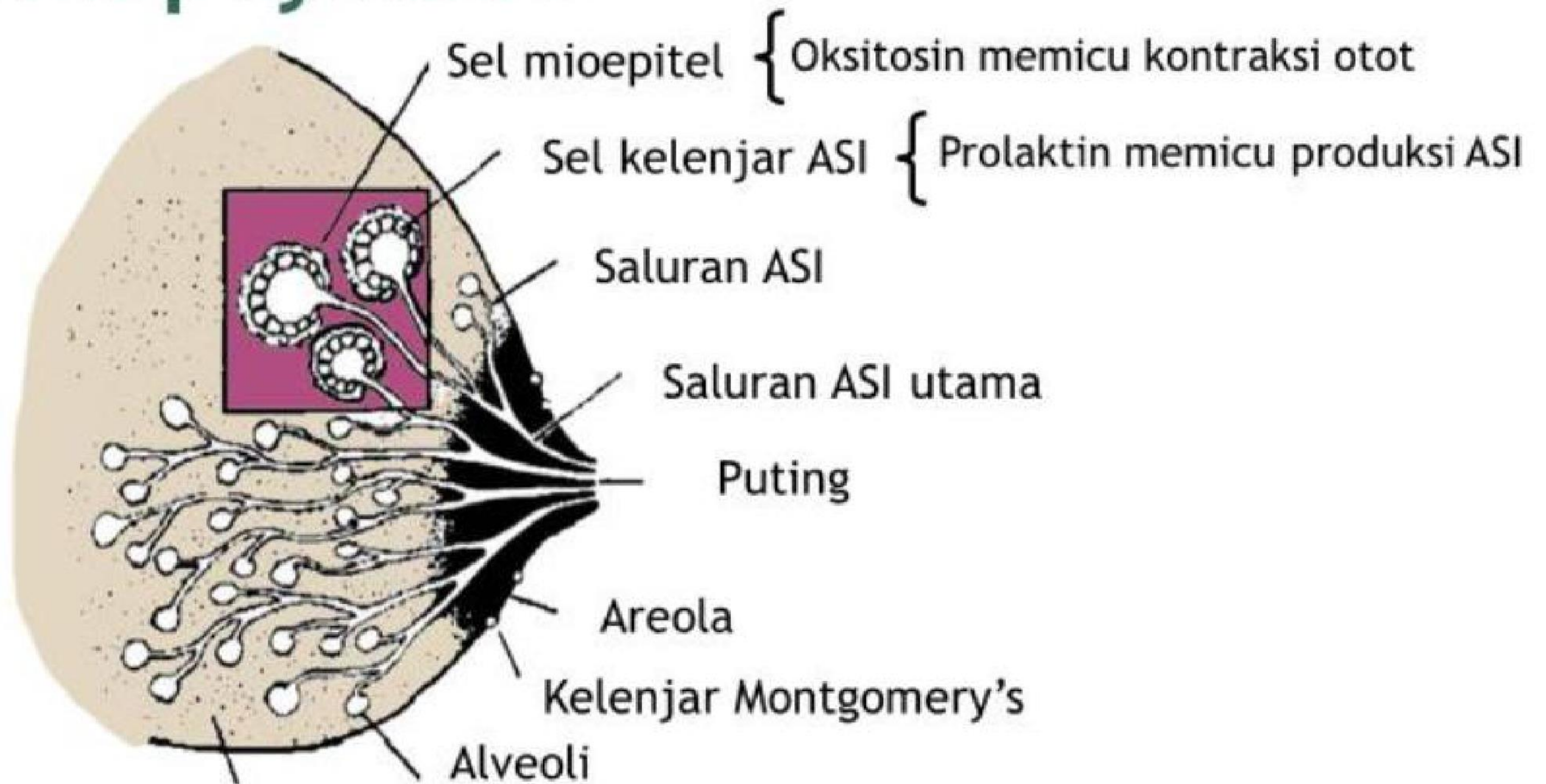
# CARA KERJA MENYUSUI

MATERI POKOK 2.

# Sub Materi Pokok

## a. Anatomi Payudara.

# Anatomi payudara



Jaringan penyangga dan lemak

# Sub Materi Pokok

## **b. Fisiologi Menyusui**

# PROLAKTIN

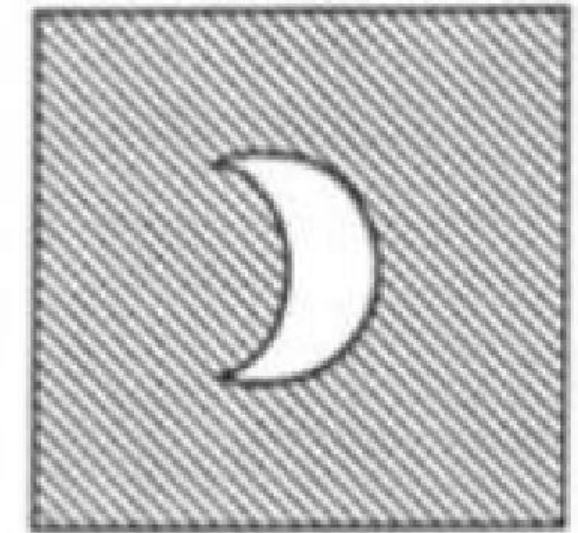
Dihasilkan setelah menyusui untuk produksi ASI berikutnya

Prolaktin dalam darah

Bayi menyusui



Rangsang sensoris dari puting



- Lebih banyak disekresi pada malam hari
- Menekan ovulasi

# OKSITOSIN

Bekerja sebelum dan selama menyusui bayi agar ASI mengalir

Oksitosin dalam darah

Rangsang sensoris dari puting

Bayi menyusui

- Merangsang kontraksi uterus



# Membantu & menghambat refleksi oksitosin

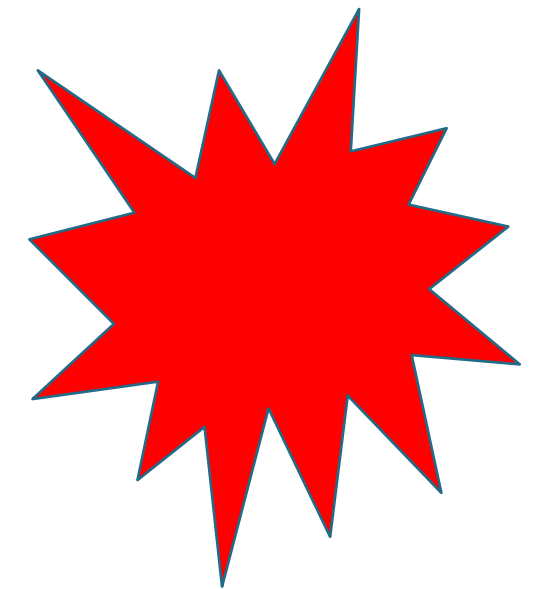
## Membantu refleksi

- Berfikir penuh kasih tentang bayi
- Suara bayi
- Melihat bayi
- Menyentuh bayi
- keyakinan



## Menghambat refleksi

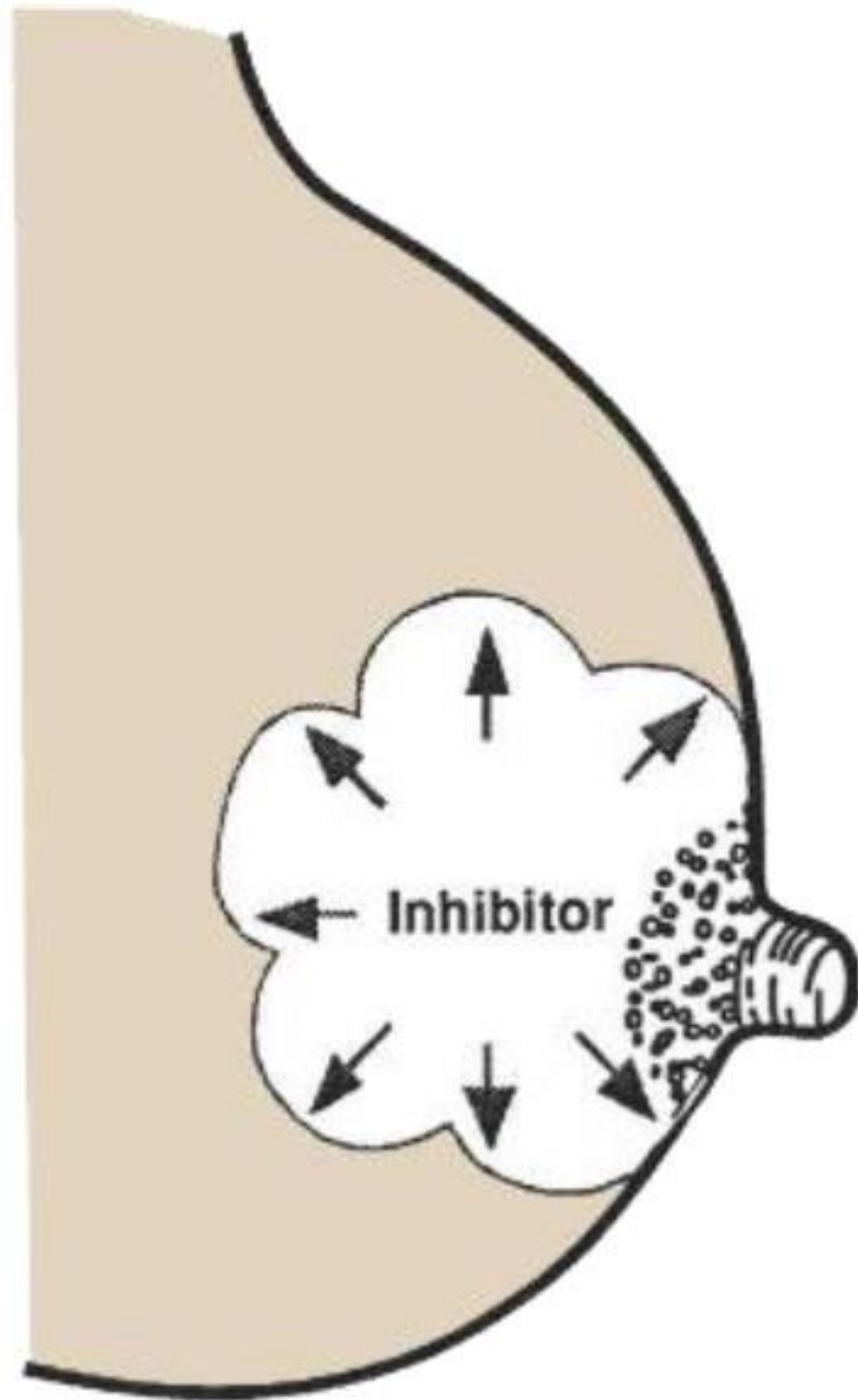
- khawatir
- Stress
- Rasa sakit
- keraguan



# TANDA & SENSASI REFLEKS OKSITOSIN

- Sensasi diremas atau kesemutan pada payudara sebelum atau selama menyusui
- ASI mengalir dari payudara pada saat ibu memikirkan atau mendengar bayi menangis
- ASI menetes dari payudara satunya saat bayi menyusu
  - ASI mengalir keluar dari payudara, Ketika bayi mengisap payudara
  - Rasa nyeri dari kontraksi Rahim, pada minggu pertama pascasalin terkadang disertai perdarahan
  - Bayi mengisap pelan dan dalam, yang menunjukkan bahwa ASI mengalir ke mulutnya dan ditelan oleh bayi

# ZAT PENGHAMBAT ASI (FIL)

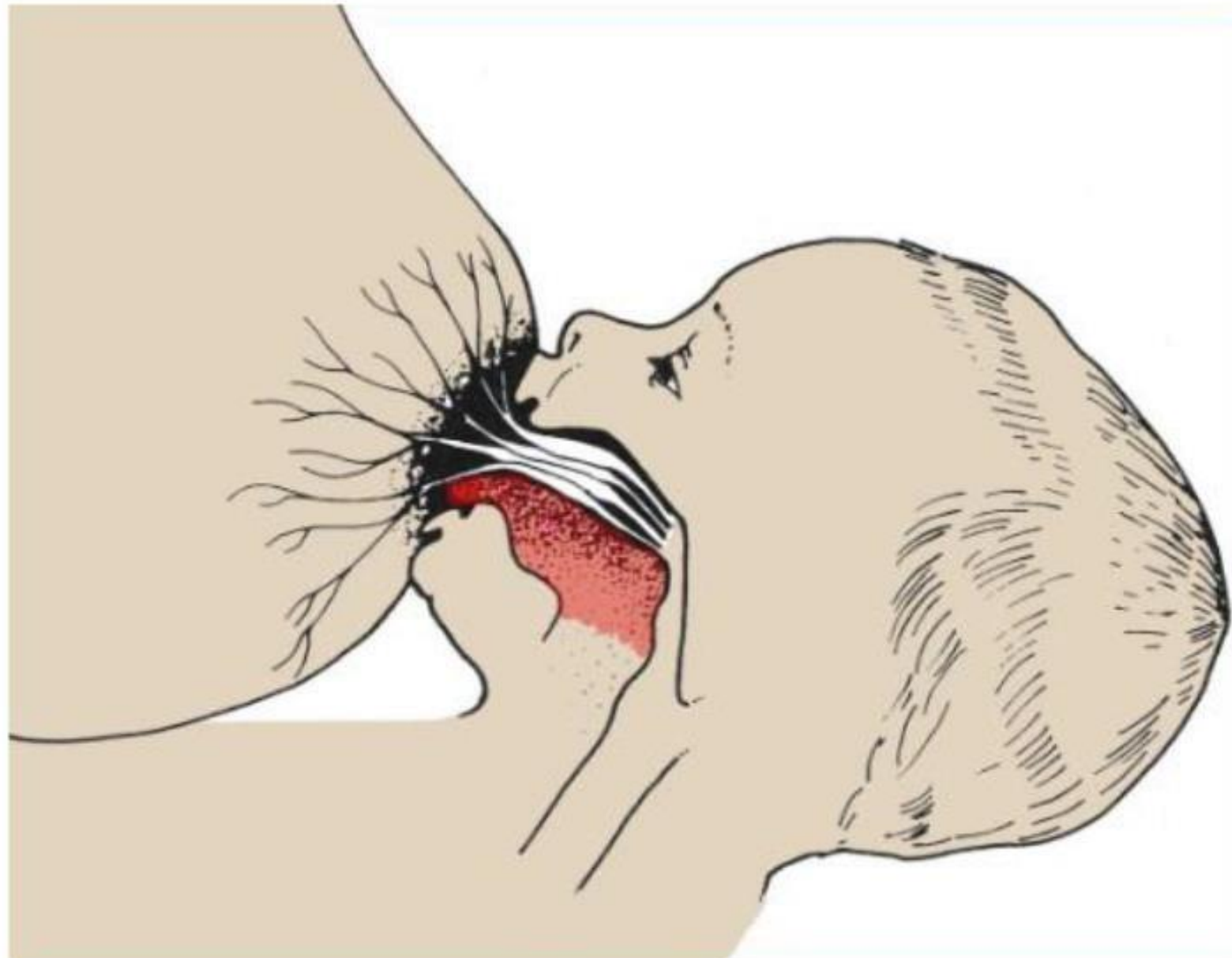


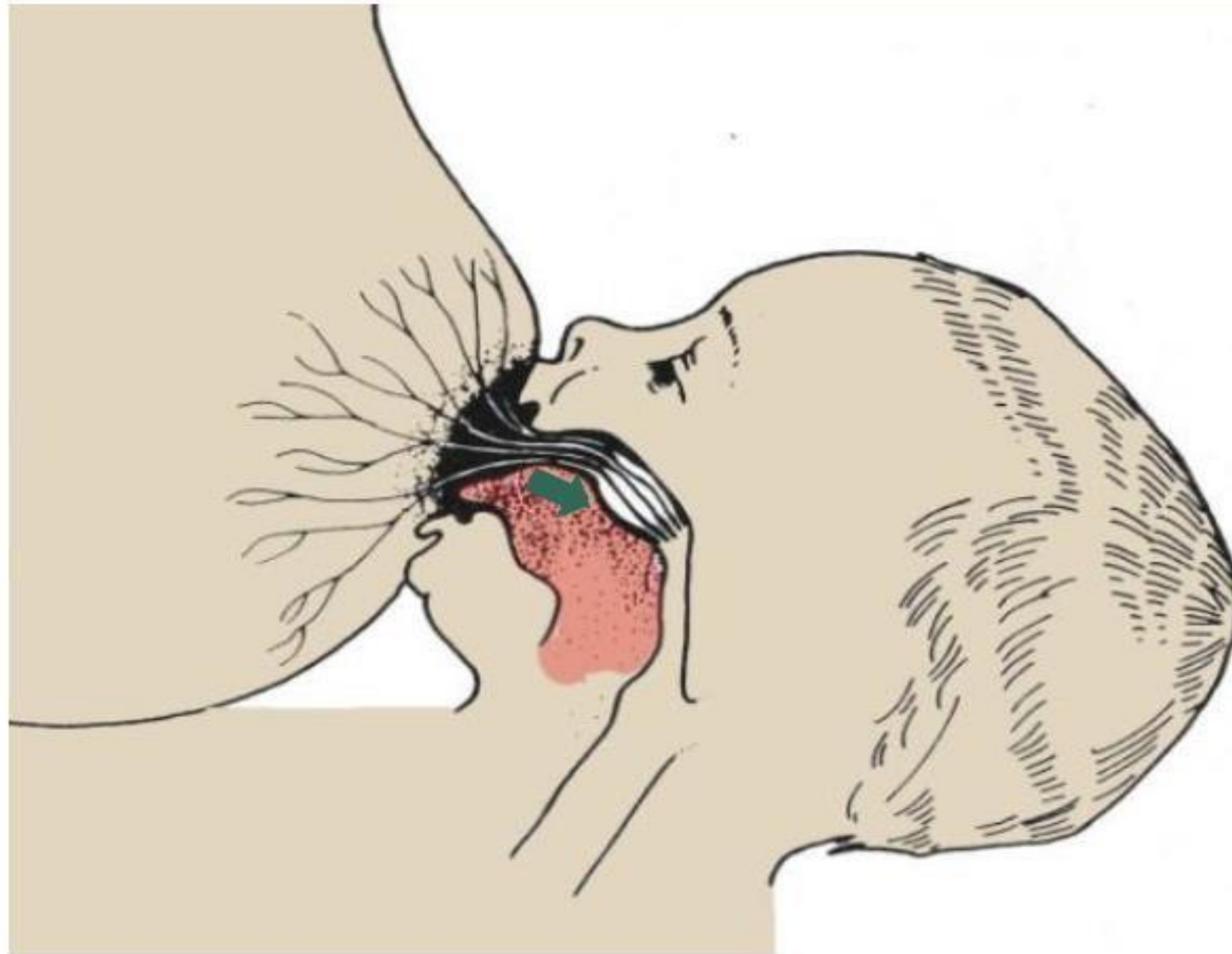
Jika payudara tetap penuh ASI, produksi ASI akan berhenti

# Sub Materi Pokok

## **c. Pelekatan di Payudara**

# PELEKATAN DI PAYUDARA

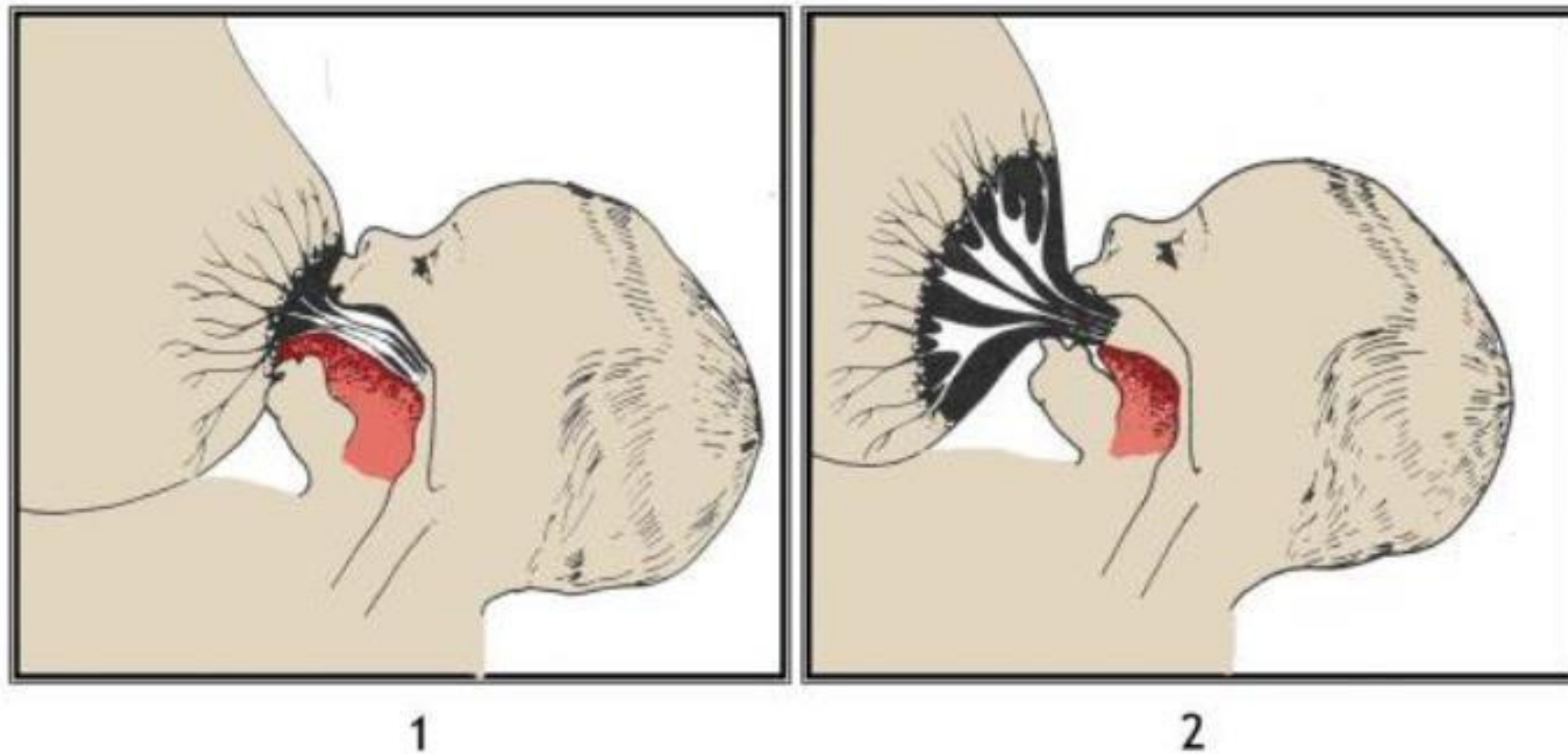




**PERHATIKAN TANDA PANAH**

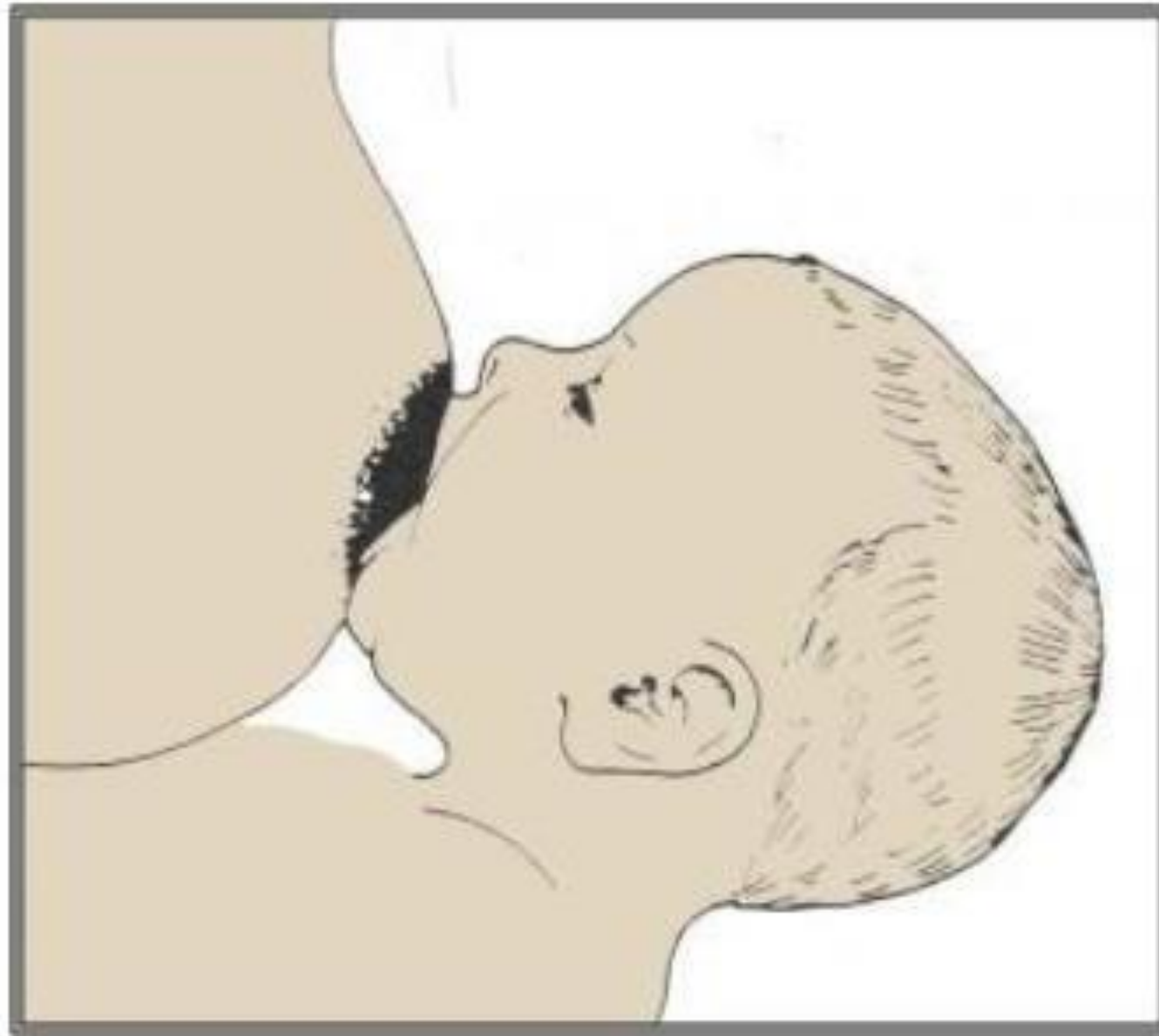
# PELEKATAN YANG BAIK & TIDAK BAIK

- APA YANG BISA KITA AMATI?

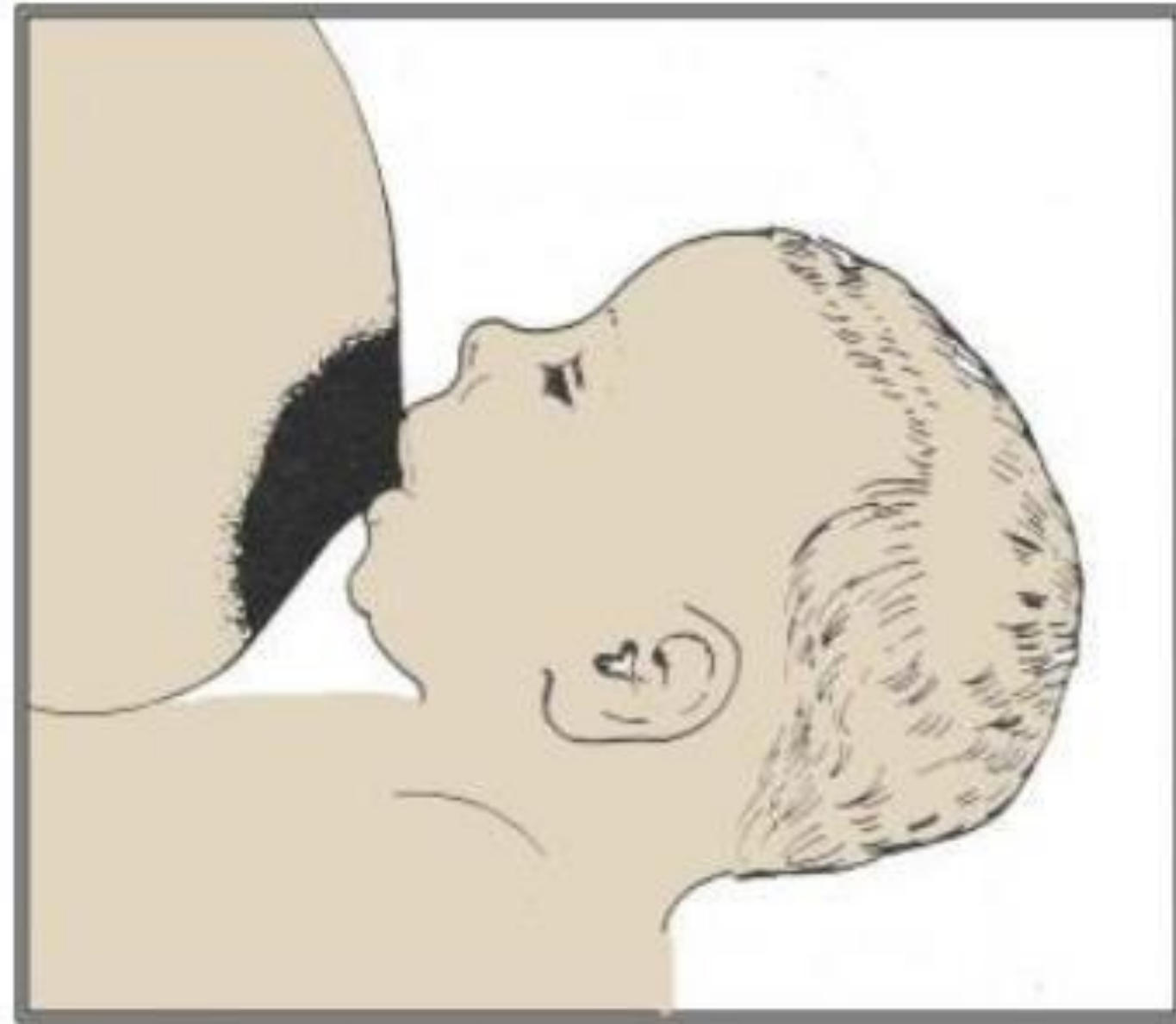


# Pelekatan : tampilan luar

Apa yang bisa kita amati?



1



2

# PELEKATAN YANG BAIK

- Lebih banyak **areola** terlihat di atas mulut bayi daripada di bawahnya
- **Mulut** bayi terbuka lebar
- **Bibir bawahnya** menghadap keluar
- **Dagu menyentuh (atau hampir menyentuh) payudara.**

# PELEKATAN YANG TIDAK BAIK

- Lebih sedikit **areola** yang terlihat di atas mulut bayi daripada di bawah
- **Mulut** tidak terbuka lebar (mecucu).
- **Bibir bawah** mengarah ke dalam.
- **Dagu** menjauh dari payudara

# AKIBAT PELEKATAN YANG TIDAK BAIK

- Puting nyeri
- Puting terluka
- Pembengkakan
- Bayi tidak kenyang & sering menyusu
- Produksi asi berkurang
- Berat badan bayi tidak bertambah



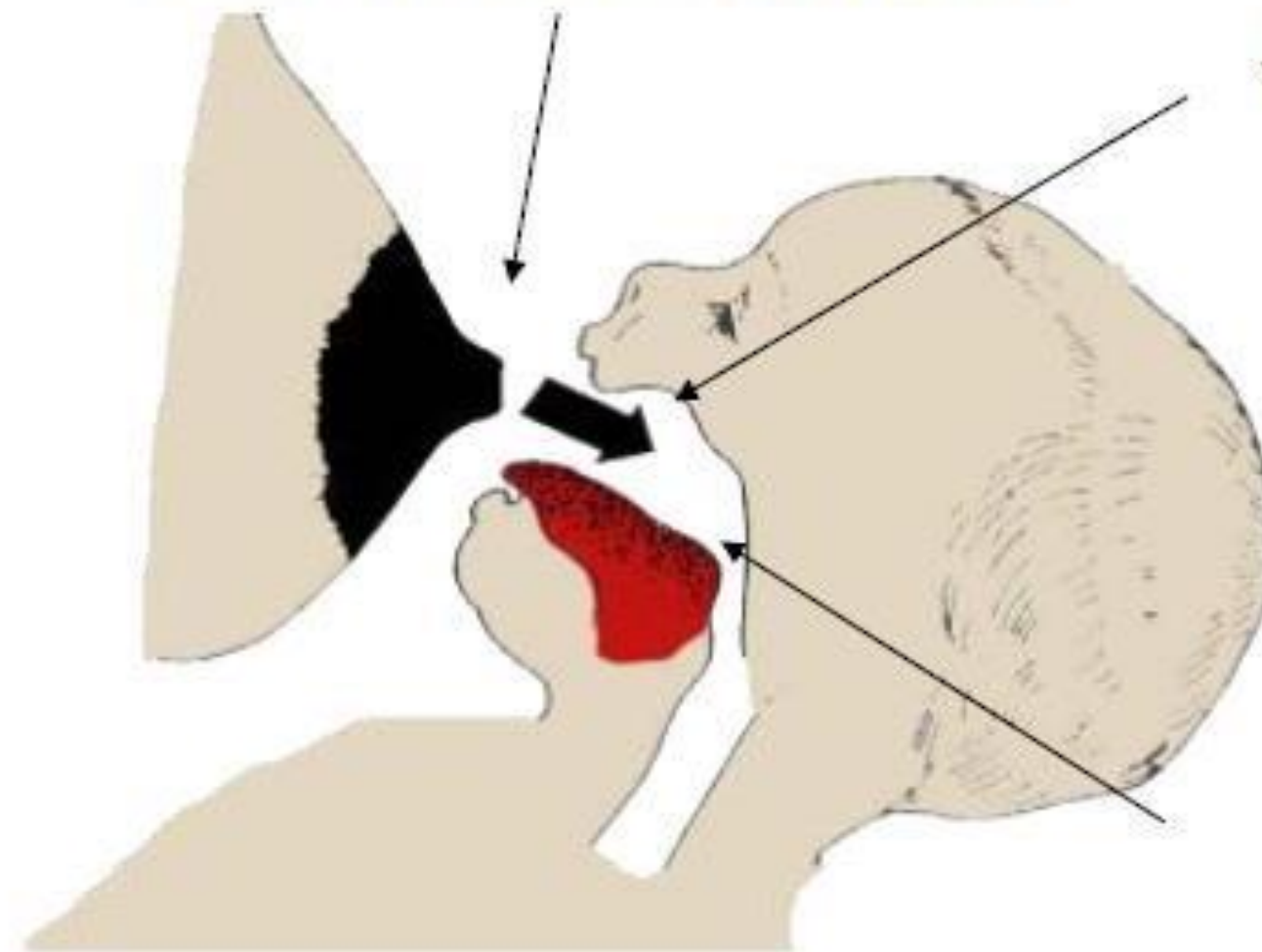
# REFLEKS MENYUSU PADA BAYI

Ibu belajar memosisikan bayi

Bayi belajar menyusu

Refleks rooting

Jika sesuatu menyentuh bibirnya, bayi akan membuka mulut dan menurunkan lidah



Refleks mengisap

Jika sesuatu menyentuh langit-langitnya, bayi akan mengisap

Refleks menelan

Jika mulut penuh cairan, bayi akan menelan

# RANGKUMAN

- Penting untuk memahami anatomi payudara dan fisiologi menyusui.
- Terdapat 2 hormon penting pada menyusui yaitu **prolaktin** untuk memproduksi ASI dan **oksitosin** untuk mengalirkan ASI.
- Dengan **menyusu yang efektif**, bayi akan mendapatkan ASI yang dibutuhkannya.
- Hal ini dapat dibantu dengan melekatkan bayi pada payudara dengan baik sehingga penting untuk memahami **cara melekatkan bayi dan tanda-tanda pelekatan yang baik**



# Terima Kasih



KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA



© WHO/Yoshi Shimizu

## Mata Pelatihan Inti 2

# Evaluasi Kegiatan Menyusui



# Tujuan Pembelajaran

## Hasil Belajar:

Setelah mengikuti materi ini, peserta mampu melakukan evaluasi kegiatan menyusui

## Indikator Hasil Belajar:

Setelah mengikuti pembelajaran ini, peserta dapat:

1. Melakukan penilaian dan pengamatan proses menyusui
2. Melakukan pengaturan posisi bayi pada payudara

# Tata Cara Penilaian Proses Menyusui

Materi Pokok 1



# Tujuan Pembelajaran

Hasil Belajar:

Setelah mengikuti materi ini, peserta mampu melakukan evaluasi kegiatan menyusui

Indikator Hasil Belajar:

Setelah mengikuti pembelajaran ini, peserta dapat:

1. Melakukan penilaian dan pengamatan proses menyusui
2. Melakukan pengaturan posisi bayi pada payudar

# Pentingnya penilaian proses Menyusui

## LEMBAR BANTUAN PENGAMATAN MENYUSUI (Diadaptasi dari WHO/UNICEF)

Nama Bayi \_\_\_\_\_ Usia Bayi \_\_\_\_ bulan \_\_\_\_ hari Berat Badan Lahir Bayi \_\_\_\_\_ gram

Penilaian kondisi kesehatan ibu-bayi \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### Tanda-tanda menyusui berjalan dengan baik

#### UMUM

Ibu:

- o Ibu terlihat sehat
- o Ibu terlihat rileks dan nyaman, punggung bersandar
- o Ada tanda-tanda ikatan batin antara ibu & bayi

Bayi:

- o Bayi terlihat sehat
- o Bayi terlihat rileks dan tenang
- o Bayi mencari puting ibu (refleks rooting adekuat)

#### PAYUDARA

- o Payudara terlihat sehat
- o Tidak ada nyeri pada puting atau payudara
- o Ibu menopang payudara dengan baik

#### POSISI BAYI

- o Kepala dan tubuh bayi sejajar dengan payudara
- o Bayi dipeluk dekat dengan tubuh ibu
- o Seluruh tubuh bayi ditopang dengan baik
- o Ibu memosisikan putingnya di depan hidung bayi untuk membantu pelekatan

#### PELEKATAN

- o Terlihat lebih banyak areola di atas bibir atas bayi
- o Mulut bayi menganga lebar
- o Bibir terbuka ke luar
- o Daggu bayi menyentuh payudara dan hidungnya tidak terhalang

#### PROSES MENYUSUI

- o Bayi mengisap dalam dan lambat
- o Isapan berhenti, setelah jeda menelan bayi kembali mengisap tanpa perlu dirangsang
- o Pipi bayi membulat saat menyusui
- o Bayi melepaskan payudara ibu setelah selesai menyusui
- o Puting terlihat bulat saat dilepaskan
- o Ibu merasakan tanda refleksi oksitosin

Pemeriksa: \_\_\_\_\_

### Tanda-tanda bahwa mungkin ada masalah

#### UMUM

Ibu:

- o Ibu terlihat lelah atau sakit
- o Ibu terlihat tertekan, tegang, dan tidak nyaman
- o Ibu tidak menatap bayinya atau memeluknya erat

Bayi:

- o Bayi terlihat kurus
- o Bayi terlihat sakit, mengantuk atau mudah rewel
- o Bayi tidak mencari puting ibu (refleks rooting lemah)

#### PAYUDARA

- o Payudara merah, bengkak/keras atau terlihat nyeri
- o Puting/areola nyeri, lecet atau berdarah
- o Ibu meletakkan jarinya terlalu dekat dengan puting

#### POSISI BAYI

- o Bayi dibaringkan telentang dengan kepala berpaling ke payudara
- o Bayi tampak menggantung jauh dari pelukan ibu
- o Bayi hanya ditopang di bagian kepala-leher saja
- o Posisi mulut bayi di depan atau di atas puting

#### PELEKATAN

- o Lebih banyak areola terlihat di bawah bibir bawah bayi
- o Mulut bayi tidak menganga lebar
- o Bibir mengatup/terhisap ke dalam
- o Hidung bayi menempel ke payudara dan/atau daggu tidak menyentuh payudara

#### PROSES MENYUSUI

- o Bayi menghisap sebentar dengan cepat, sedikit atau tidak menelan sama sekali
- o Bayi membutuhkan rangsangan untuk terus mengisap
- o Pipi bayi cekung data menyusui
- o Bayi tidak melepaskan payudara atau ibu yang melepaskannya untuk mengakhiri menyusui
- o Puting terlihat pipih saat dilepaskan
- o Ibu tidak merasakan tanda refleksi oksitosin

## Tanda-tanda menyusui berjalan dengan baik

### UMUM

Ibu:

- o Ibu terlihat sehat
- o Ibu terlihat rileks dan nyaman, punggung bersandar
- o Ada tanda-tanda ikatan batin antara ibu & bayi

Bayi:

- o Bayi terlihat sehat
- o Bayi terlihat rileks dan tenang
- o Bayi mencari puting ibu (refleks rooting adekuat)

### PAYUDARA

- o Payudara terlihat sehat
- o Tidak ada nyeri pada puting atau payudara
- o Ibu menopang payudara dengan baik

### POSISI BAYI

- o Kepala dan tubuh bayi sejajar dengan payudara
- o Bayi dipeluk dekat dengan tubuh ibu
- o Seluruh tubuh bayi ditopang dengan baik
- o Ibu memosisikan putingnya di depan hidung bayi untuk membantu pelekatan

### PELEKATAN

- o Terlihat lebih banyak areola di atas bibir atas bayi
- o Mulut bayi menganga lebar
- o Bibir terbuka ke luar
- o Daggu bayi menyentuh payudara dan hidungnya tidak terhalang

### PROSES MENYUSUI

- o Bayi mengisap dalam dan lambat
- o Isapan berhenti, setelah jeda menelan bayi kembali mengisap tanpa perlu dirangsang
- o Pipi bayi membulat saat menyusui
- o Bayi melepaskan payudara ibu setelah selesai menyusui
- o Puting terlihat bulat saat dilepaskan
- o Ibu merasakan tanda refleksi oksitosin

## Tanda-tanda bahwa mungkin ada masalah

### UMUM

Ibu:

- o Ibu terlihat lelah atau sakit
- o Ibu terlihat tertekan, tegang, dan tidak nyaman
- o Ibu tidak menatap bayinya atau memeluknya erat

Bayi:

- o Bayi terlihat kurus
- o Bayi terlihat sakit, mengantuk atau mudah rewel
- o Bayi tidak mencari puting ibu (refleks rooting lemah)

### PAYUDARA

- o Payudara merah, bengkak/keras atau terlihat nyeri
- o Puting/areola nyeri, lecet atau berdarah
- o Ibu meletakkan jarinya terlalu dekat dengan puting

### POSISI BAYI

- o Bayi dibaringkan telentang dengan kepala berpaling ke payudara
- o Bayi tampak menggantung jauh dari pelukan ibu
- o Bayi hanya ditopang di bagian kepala-leher saja
- o Posisi mulut bayi di depan atau di atas puting

### PELEKATAN

- o Lebih banyak areola terlihat di bawah bibir bawah bayi
- o Mulut bayi tidak menganga lebar
- o Bibir mengatup/terhisap ke dalam
- o Hidung bayi menempel ke payudara dan/atau daggu tidak menyentuh payudara

### PROSES MENYUSUI

- o Bayi menghisap sebentar dengan cepat, sedikit atau tidak menelan sama sekali
- o Bayi membutuhkan rangsangan untuk terus mengisap
- o Pipi bayi cekung data menyusui
- o Bayi tidak melepaskan payudara atau ibu yang melepaskannya untuk mengakhiri menyusui
- o Puting terlihat pipih saat dilepaskan
- o Ibu tidak merasakan tanda refleksi oksitosin

# Penilaian proses Menyusui

# **Penugasan Latihan Kasus Penilaian proses Menyusui**

# Latihan Menilai Kegiatan Menyusui 1



Gunakan lembar bantuan pengamatan menyusui: Menilai proses menyusui 2/10



## LEMBAR BANTUAN PENGAMATAN MENYUSUI (Diadaptasi dari WHO/UNICEF)

Nama Bayi \_\_\_\_\_ Usia Bayi \_\_\_\_ bulan \_\_\_\_ hari Berat Badan Lahir Bayi \_\_\_\_\_ gram

Penilaian kondisi kesehatan ibu-bayi \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### Tanda-tanda menyusui berjalan dengan baik

#### UMUM

Ibu:

- Ibu terlihat sehat
- Ibu terlihat rileks dan nyaman, punggung bersandar
- Ada tanda-tanda ikatan batin antara ibu & bayi

Bayi:

- Bayi terlihat sehat
- Bayi terlihat rileks dan tenang
- Bayi mencari puting ibu (refleks rooting adekuat)

#### PAYUDARA

- Payudara terlihat sehat
- Tidak ada nyeri pada puting atau payudara
- Ibu menopang payudara dengan baik

#### POSISI BAYI

- Kepala dan tubuh bayi sejajar dengan payudara
- Bayi dipeluk dekat dengan tubuh ibu
- Seluruh tubuh bayi ditopang dengan baik
- Ibu memosisikan putingnya di depan hidung bayi untuk membantu pelekatan

#### PELEKATAN

- Terlihat lebih banyak areola di atas bibir atas bayi
- Mulut bayi menganga lebar
- Bibir terbuka ke luar
- Dagu bayi menyentuh payudara dan hidungnya tidak terhalang

#### PROSES MENYUSUI

- Bayi mengisap dalam dan lambat
- Isapan berhenti, setelah jeda menelan bayi kembali mengisap tanpa perlu dirangsang
- Pipi bayi membulat saat menyusui
- Bayi melepaskan payudara ibu setelah selesai menyusui
- Puting terlihat bulat saat dilepaskan
- Ibu merasakan tanda refleksi oksitosin

### Tanda-tanda bahwa mungkin ada masalah

#### UMUM

Ibu:

- Ibu terlihat lelah atau sakit
- Ibu terlihat tertekan, tegang, dan tidak nyaman
- Ibu tidak menatap bayinya atau memeluknya erat

Bayi:

- Bayi terlihat kurus
- Bayi terlihat sakit, mengantuk atau mudah rewel
- Bayi tidak mencari puting ibu (refleks rooting lemah)

#### PAYUDARA

- Payudara merah, bengkak/keras atau terlihat nyeri
- Puting/areola nyeri, lecet atau berdarah
- Ibu meletakkan jarinya terlalu dekat dengan puting

#### POSISI BAYI

- Bayi dibaringkan telentang dengan kepala berpaling ke payudara
- Bayi tampak menggantung jauh dari pelukan ibu
- Bayi hanya ditopang di bagian kepala-leher saja
- Posisi mulut bayi di depan atau di atas puting

#### PELEKATAN

- Lebih banyak areola terlihat di bawah bibir bawah bayi
- Mulut bayi tidak menganga lebar
- Bibir mengatup/terhisap ke dalam
- Hidung bayi menempel ke payudara dan/atau dagu tidak menyentuh payudara

#### PROSES MENYUSUI

- Bayi mengisap sebentar dengan cepat, sedikit atau tidak menelan sama sekali
- Bayi membutuhkan rangsangan untuk terus mengisap
- Pipi bayi cekung data menyusui
- Bayi tidak melepaskan payudara atau ibu yang melepaskannya untuk mengakhiri menyusui
- Puting terlihat pipih saat dilepaskan
- Ibu tidak merasakan tanda refleksi oksitosin

Pemeriksa: \_\_\_\_\_

# Latihan Menilai Kegiatan Menyusui 2



Gunakan lembar bantuan pengamatan menyusui: Menilai proses menyusui 2/12



## LEMBAR BANTUAN PENGAMATAN MENYUSUI (Diadaptasi dari WHO/UNICEF)

Nama Bayi \_\_\_\_\_ Usia Bayi \_\_\_\_ bulan \_\_\_\_ hari Berat Badan Lahir Bayi \_\_\_\_\_ gram

Penilaian kondisi kesehatan ibu-bayi \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### Tanda-tanda menyusui berjalan dengan baik

#### UMUM

Ibu:

- Ibu terlihat sehat
- Ibu terlihat rileks dan nyaman, punggung bersandar
- Ada tanda-tanda ikatan batin antara ibu & bayi

Bayi:

- Bayi terlihat sehat
- Bayi terlihat rileks dan tenang
- Bayi mencari puting ibu (refleks rooting adekuat)

#### PAYUDARA

- Payudara terlihat sehat
- Tidak ada nyeri pada puting atau payudara
- Ibu menopang payudara dengan baik

#### POSISI BAYI

- Kepala dan tubuh bayi sejajar dengan payudara
- Bayi dipeluk dekat dengan tubuh ibu
- Seluruh tubuh bayi ditopang dengan baik
- Ibu memosisikan putingnya di depan hidung bayi untuk membantu pelekatan

#### PELEKATAN

- Terlihat lebih banyak areola di atas bibir atas bayi
- Mulut bayi menganga lebar
- Bibir terbuka ke luar
- Dagu bayi menyentuh payudara dan hidungnya tidak terhalang

#### PROSES MENYUSUI

- Bayi mengisap dalam dan lambat
- Isapan berhenti, setelah jeda menelan bayi kembali mengisap tanpa perlu dirangsang
- Pipi bayi membulat saat menyusui
- Bayi melepaskan payudara ibu setelah selesai menyusui
- Puting terlihat bulat saat dilepaskan
- Ibu merasakan tanda refleksi oksitosin

### Tanda-tanda bahwa mungkin ada masalah

#### UMUM

Ibu:

- Ibu terlihat lelah atau sakit
- Ibu terlihat tertekan, tegang, dan tidak nyaman
- Ibu tidak menatap bayinya atau memeluknya erat

Bayi:

- Bayi terlihat kurus
- Bayi terlihat sakit, mengantuk atau mudah rewel
- Bayi tidak mencari puting ibu (refleks rooting lemah)

#### PAYUDARA

- Payudara merah, bengkak/keras atau terlihat nyeri
- Puting/areola nyeri, lecet atau berdarah
- Ibu meletakkan jarinya terlalu dekat dengan puting

#### POSISI BAYI

- Bayi dibaringkan telentang dengan kepala berpaling ke payudara
- Bayi tampak menggantung jauh dari pelukan ibu
- Bayi hanya ditopang di bagian kepala-leher saja
- Posisi mulut bayi di depan atau di atas puting

#### PELEKATAN

- Lebih banyak areola terlihat di bawah bibir bawah bayi
- Mulut bayi tidak menganga lebar
- Bibir mengatup/terhisap ke dalam
- Hidung bayi menempel ke payudara dan/atau dagu tidak menyentuh payudara

#### PROSES MENYUSUI

- Bayi mengisap sebentar dengan cepat, sedikit atau tidak menelan sama sekali
- Bayi membutuhkan rangsangan untuk terus mengisap
- Pipi bayi cekung data menyusui
- Bayi tidak melepaskan payudara atau ibu yang melepaskannya untuk mengakhiri menyusui
- Puting terlihat pipih saat dilepaskan
- Ibu tidak merasakan tanda refleksi oksitosin

Pemeriksa: \_\_\_\_\_



KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA

## Mata Pelatihan Inti 2



# Evaluasi Kegiatan Menyusui

# Pengaturan posisi bayi pada payudara dengan benar

Materi Pokok 2

“

# Tujuan Pembelajaran

Hasil Belajar:

Peserta mampu melakukan evaluasi kegiatan menyusui

Indikator Hasil Belajar:

Setelah mengikuti pembelajaran ini, peserta dapat:

1. Melakukan penilaian dan pengamatan kegiatan menyusui
2. **Melakukan pengaturan posisi bayi pada payudara**

# KONDISI IBU YANG MEMBUTUHKAN BANTUAN MENYUSUI

Ibu yang pertama menyusui

Ibu yang mengalami kesulitan menyusui

Ibu yang memberikan makanan buatan &  
berusaha menyusui kembali

# CARA PENGATURAN POSISI BAYI DI PAYUDARA

# EMPAT POIN PENTING POSISI

Kepala dan badan bayi dalam satu garis lurus

Bayi digendong dekat dengan badan ibu

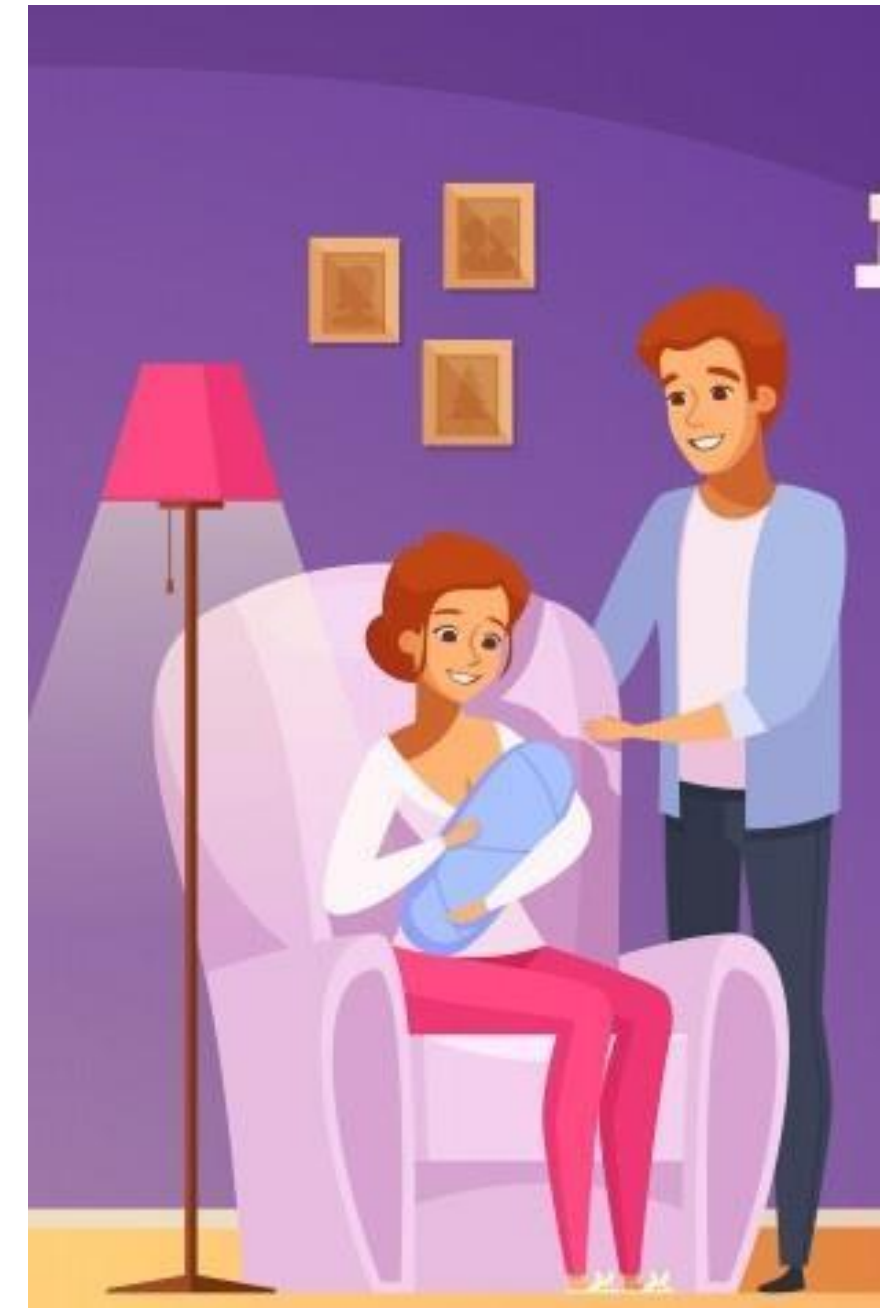
Semua badan bayi disangga

Wajah bayi menghadap ke payudara ,  
hidung bayi berhadapan dengan puting

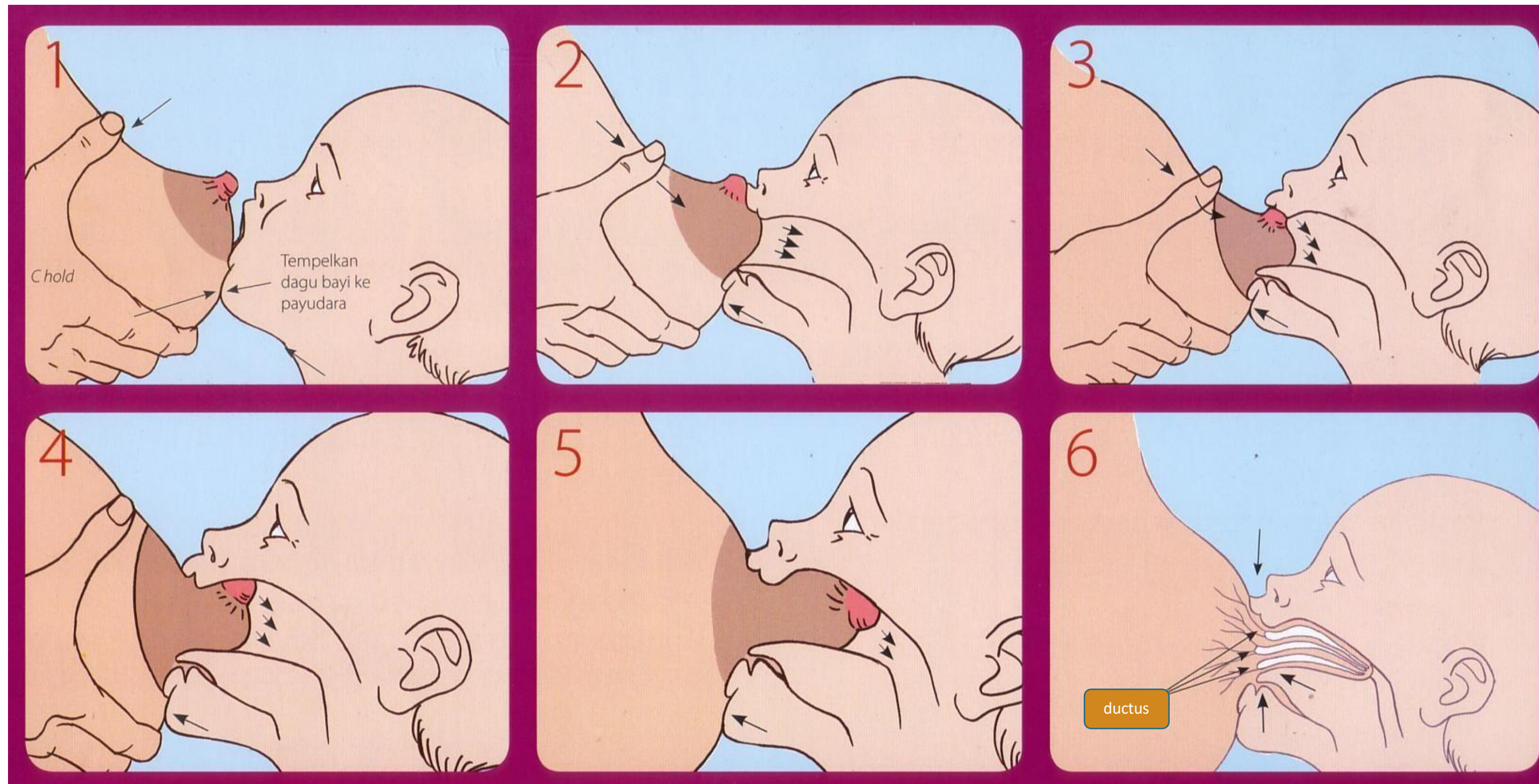


# CARA MEMBANTU IBU MENGATUR POSISI BAYINYA

- ❖ Memberi salam , menanyakan bagaimana menyusuinya
- ❖ Menilai Kegiatan menyusui
- ❖ Pastikan ibu merasa nyaman
- ❖ Duduk dengan posisi yang nyaman dan sopan
- ❖ Menunjukkan cara menyangga payudara
- ❖ Menunjukkan cara membantu melekatkan bayi
- ❖ Perhatikan respon ibu , tanyakan bagaimana rasa menyusui saat sekarang
- ❖ Cari tanda pelekatan yang baik.
- ❖ Cara memegang bayi dengan cara yang lain



# Langkah menyangga & memasukkan payudara ke mulut bayi



# BEBERAPA POSISI LAIN SAAT MENYUSI BAYI



*double football*

*crisscross hold*



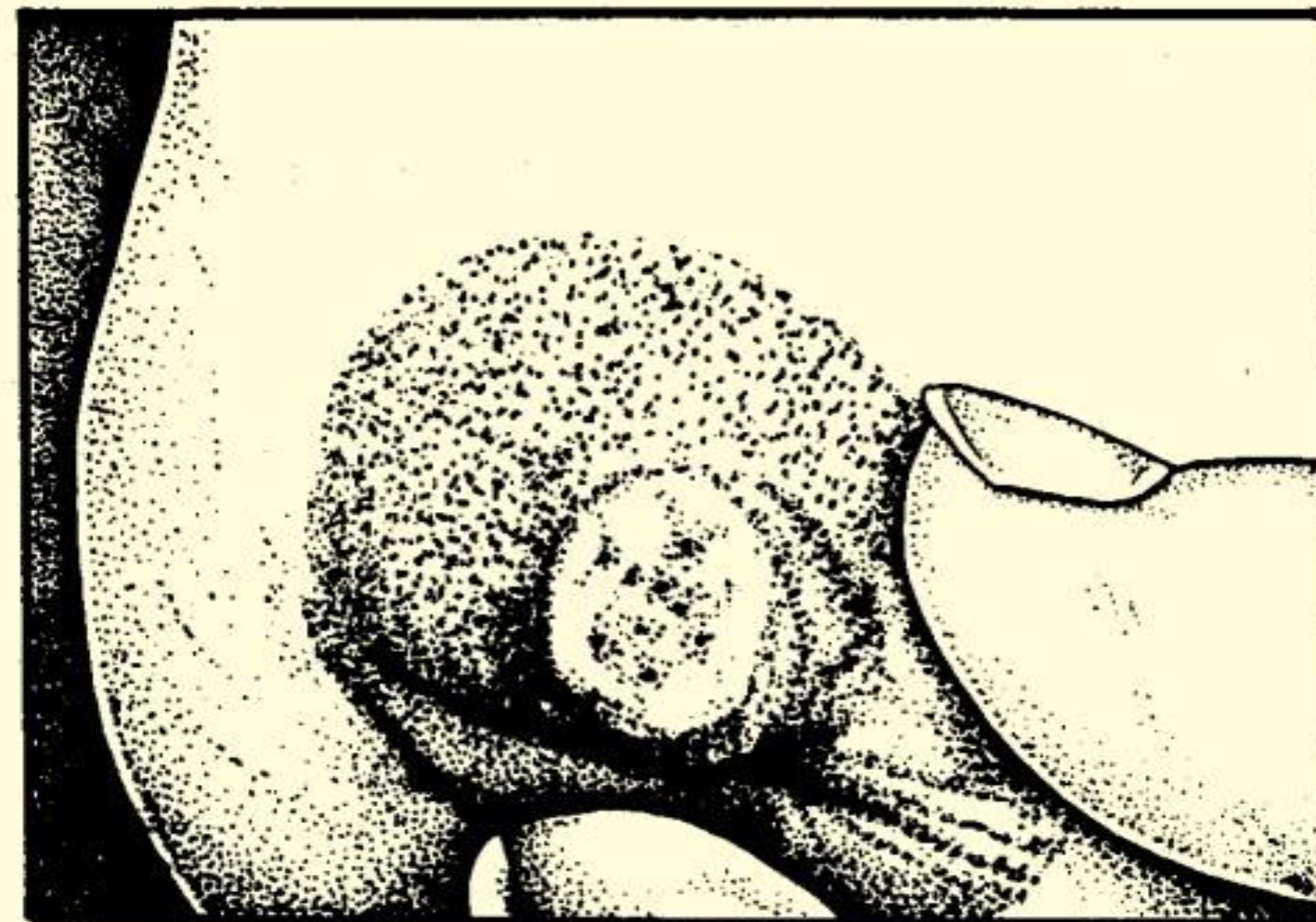
tidur



## **BEBERAPA KESALAHAN POSISI YANG KADANG TERJADI PAD SAAT MENYUSUI**

TERLALU TINGGI , DUDUK LUTUT TERLALU TINGGI  
TERLALU RENDAH , IBU MENCONDONGKAN BADANNYA  
TERLALU KE SAMPING , POSISI KEPALA BERADA DI SIKU  
MEMEGANG / MENYANGGA PANTAT BAYI  
PEGANGAN GUNTING  
MENJEPIT PUTING

# CARA MEMEGANG PAYUDARA



# REVIEW

## ▪ APA SAJA 4 KUNCI POSISI?

- KEPALA DAN BADAN BAYI DALAM SATU GARIS LURUS
- BAYI DIGENDONG DEKAT DENGAN BADAN IBU
- SEMUA BADAN BAYI DISANGGA
- WAJAH BAYI MENGHADAP KE PAYUDARA, HIDUNG BAYI BERHADAPAN DENGAN PUTING

# RANGKUMAN

ADA BEBERAPA POSISI MENYUSUI YANG DAPAT DIMANFAATKAN  
OLEH IBU

KITA DAPAT MEMBANTU IBU DENGAN MENGGUNAKAN MODEL  
BONEKA DAN PAYUDARA SAAT MEMBANTU IBU

PENTING SEKALI UNTUK MENGETAHUI POSISI DAN PELEKATAN  
BAYI PADA PROSES MENYUSUI SEHINGGA BAYI DAPAT  
MENYUSU EFEKTIF DAN MENDAPATKAN SELURUH KEBUTUHAN  
BAYI



KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA



untuk setiap anak

**THEIR FUTURE IS IN OUR HAND**



**TERIMA KASIH**



## Mata Pelatihan Inti 3

# Tantangan Menyusui pada Ibu dan Bayi



# Tujuan Pembelajaran

## Hasil Belajar:

Setelah mengikuti materi ini, peserta mampu menjelaskan tantangan menyusui pada ibu dan bayi

## Indikator Hasil Belajar:

Setelah mengikuti pembelajaran ini, peserta dapat:

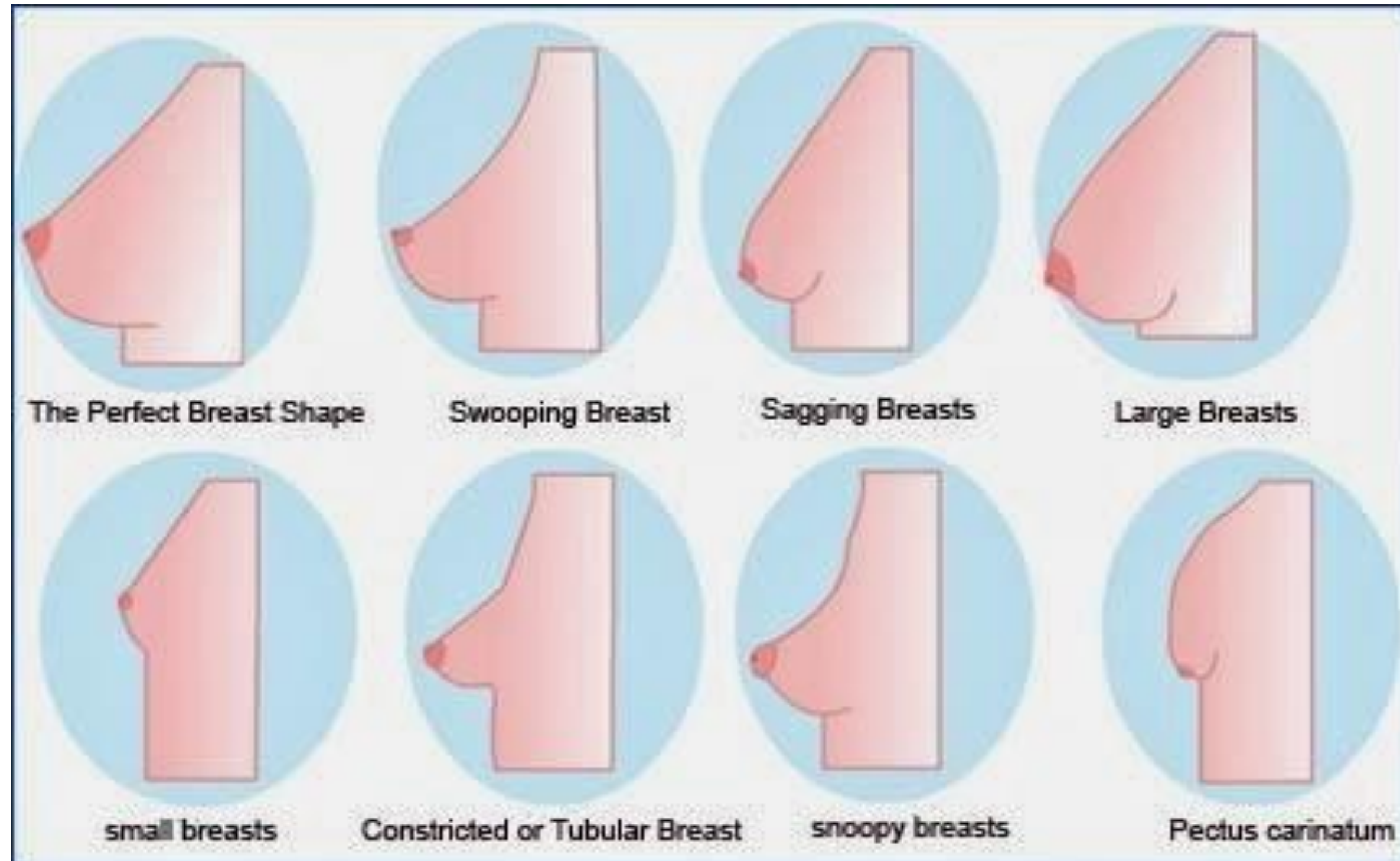
1. Menjelaskan tantangan menyusui pada ibu
2. Menjelaskan tantangan menyusui pada bayi

# Tantangan Menyusui pada Ibu

Materi Pokok 1

# Kondisi Payudara

# Bentuk payudara dan puting: manakah yang terbaik untuk menyusui?



# Apa yang diamati?



# Apa yang diamati?



# Tatalaksana klinis: puting datar dan terbenam

Waktu	Penanganan
Antenatal	<ul style="list-style-type: none"><li>. Tidak membantu</li></ul>
Segera setelah melahirkan	<ul style="list-style-type: none"><li>. Bangun rasa percaya diri ibu, bahwa kondisi payudara akan membaik</li><li>. Jelaskan bahwa bayi menyusu PAYUDARA bukan puting</li><li>. Biarkan bayi menyentuh payudara kulit-ke-kulit</li><li>. Bantu ibu untuk memposisikan bayinya di hari pertama</li><li>. Coba posisi yang berbeda, misalnya di bawah lengan.</li><li>. Bantu ibu untuk membuat putingnya lebih menonjol</li><li>. Gunakan pompa atau spuit tanpa jarum.</li></ul>
Minggu pertama, jika perlu	<ul style="list-style-type: none"><li>. Perah ASI dan beri makan dengan cangkir</li><li>. Perah ASI ke dalam mulut bayi</li></ul>

# Tatalaksana klinis: penarik dari spuit

Langkah 1 : potong sesuai garis dengan pisau

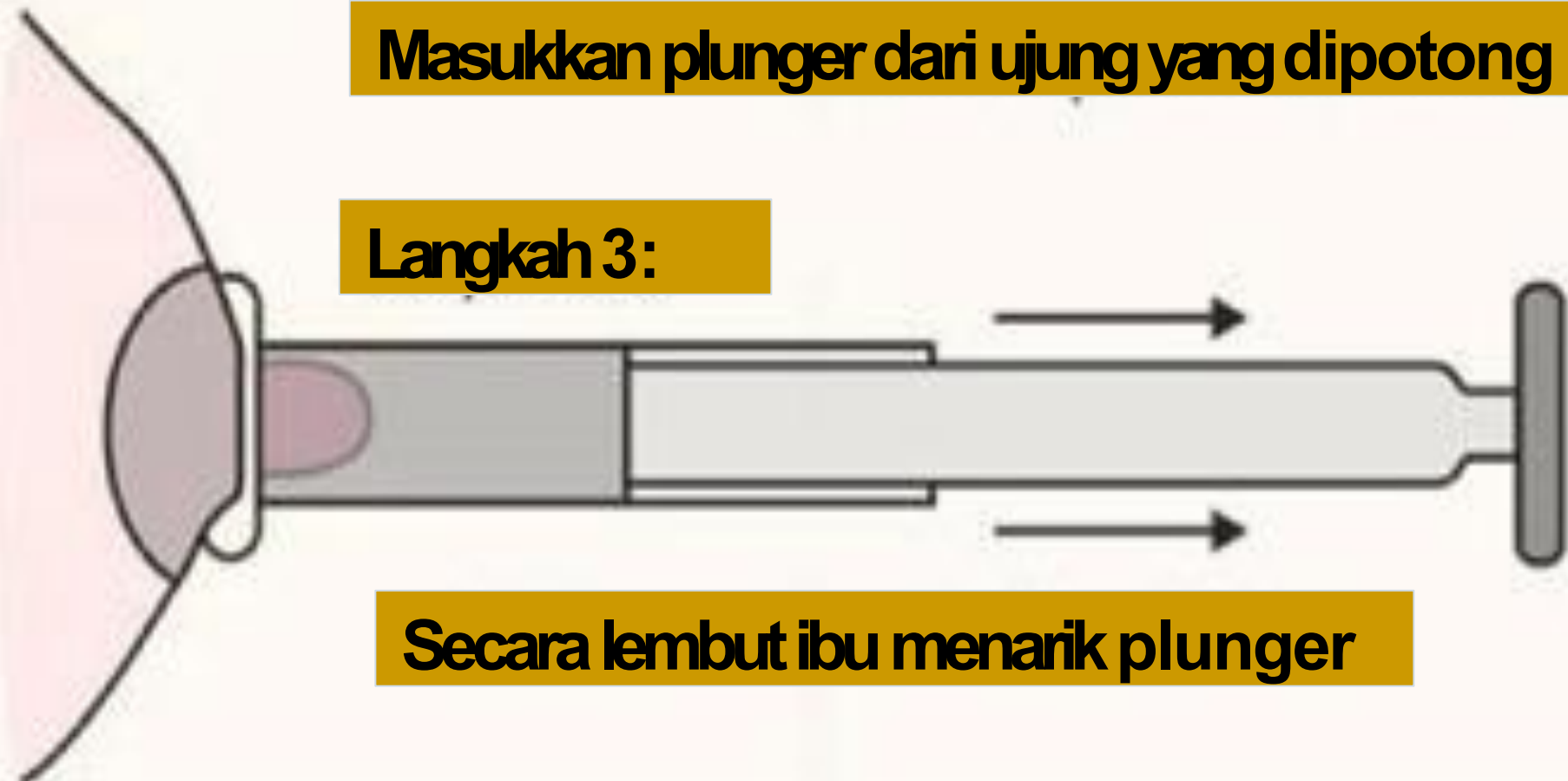


Langkah 2:



Masukkan plunger dari ujung yang dipotong

Langkah 3:



Secara lembut ibu menarik plunger

# Perbedaan payudara penuh vs bengkak

Penuh	Bengkak
Hangat	Sakit
Terasa berat	Bengkak berisi cairan
Keras	Ketat, terutama puting Berkilau Mungkin terlihat merah
ASI mengalir	ASI TIDAK mengalir
Tidak demam	Mungkin demam selama 24 jam

# Apa yang diamati?



# Pembengkakan (*engorgement*): penyebab dan pencegahan

Penyebab	Pencegahan
Suplai ASI banyak	Sering mengeluarkan ASI, inisiasi dini
Menunda awal mulai menyusui	Mulai menyusui segera setelah bayi lahir
Pelekatan tidak baik	Pastikan pelekatan yang baik
Pengeluaran ASI jarang	Dorong pengosongan ASI tanpa batas
Membatasi lama menyusui	Dorong pemberian ASI tanpa batas

# Tatalaksana payudara bengkak

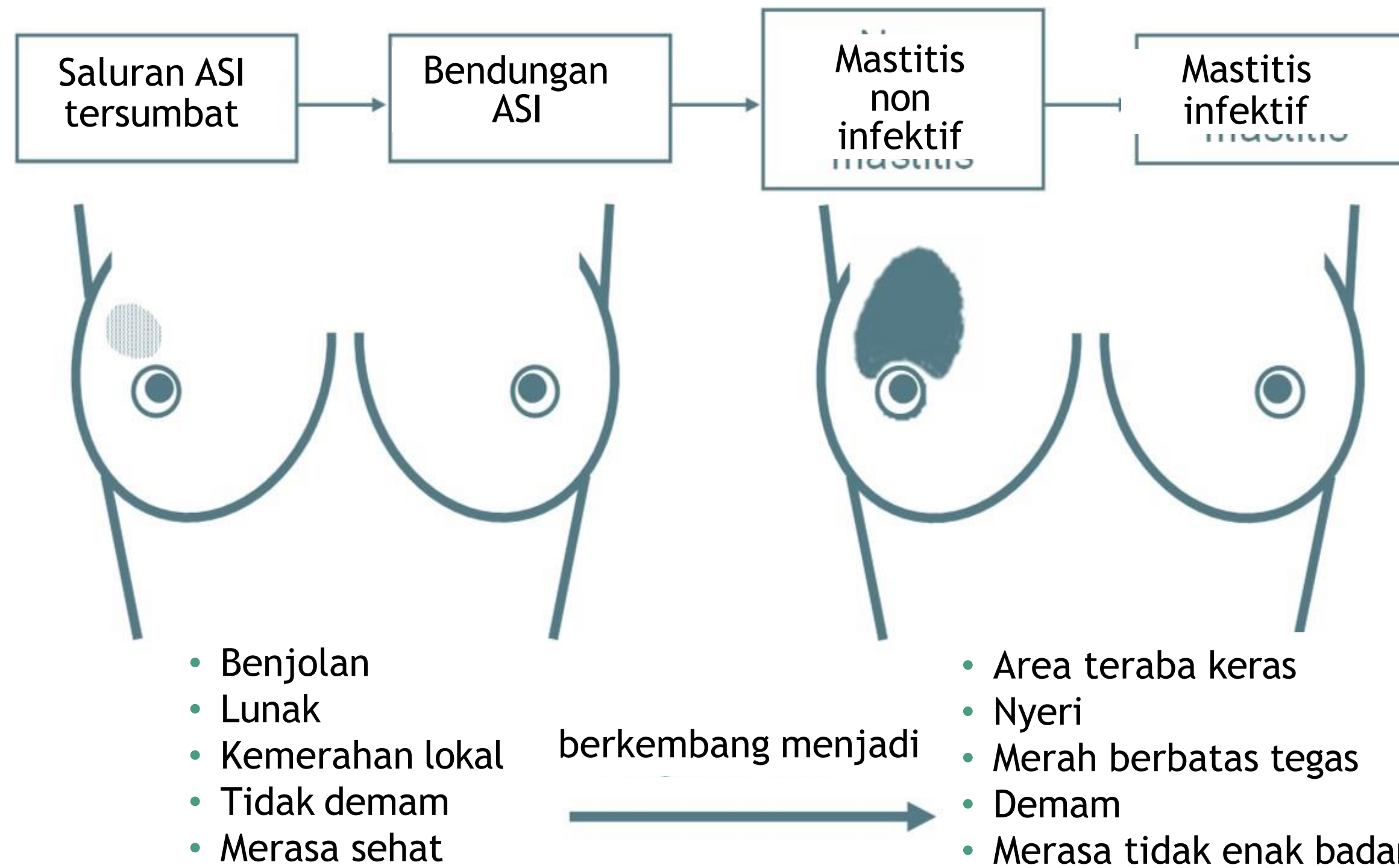
Penilaian	Tatalaksana
Jika bayi sudah bisa menyusui	Gendong bayi dari kulit ke kulit, bantu pelekatan dan biarkan sering menyusui. Ini merangsang oksitosin.
Jika bayi tidak bisa menyusui	Perah ASI dengan tangan atau dengan pompa
Sebelum menyusui, untuk merangsang refleks oksitosin	<ul style="list-style-type: none"><li>.Kompres hangat atau mandi air hangat</li><li>.Pijat ke leher dan punggung</li><li>.Pijat payudara ringan</li><li>.Merangsang kulit puting</li><li>.Bantu ibu untuk rileks</li></ul>
Setelah menyusui. untuk mengurangi edema	Kompres dingin

**Jangan mengistirahatkan payudara**

# Apa yang diamati?



# Gejala bendungan ASI dan mastitis



# Penyebab bendungan ASI dan mastitis

Gejala	Penyebab
Menyusui jarang atau sebentar	<ul style="list-style-type: none"><li>. Ibu sangat sibuk</li><li>. Bayi tidur sepanjang malam</li><li>. Rutinitas berubah</li><li>. Ibu stres</li></ul>
Pengeluaran ASI yang tidak efisien dari sebagian atau seluruh payudara	<ul style="list-style-type: none"><li>. Menyusui tidak efektif</li><li>. Tekanan dari pakaian yang ketat</li><li>. Tekanan jari selama menyusui</li><li>. Pengosongan payudara tidak efisien</li></ul>
Jaringan payudara rusak	Trauma pada payudara
Bakteri masuk	Lesi puting

# Tatalaksana bendungan ASI dan mastitis

- Tingkatkan pengeluaran ASI
- Cari penyebabnya dan atasi.
  - Pelekatan yang tidak baik.
  - Tekanan dari pakaian.
  - Pengosongan payudara tidak efisien.
- Saran
  - Sering menyusui.
  - Pijat lembut ke arah puting.
  - Kompres hangat.
  - Analgesik (ibuprofen).
- Jika membantu, sarankan
  - Posisi menyusui yang berbeda.

# Tatalaksana bendungan ASI dan mastitis

- Jika salah satu dari gejala ini berlanjut:
  - Gejala parah (demam tinggi, area luas terkena)
  - Puting lecet/luka yang terinfeksi
  - Tidak ada perbaikan dalam 24 jam
- Perawatan lanjutan diperlukan
  - Istirahat total
  - Rujuk ke fasilitas Kesehatan untuk perobatan antibiotik

# Apa yang diamati?



# Apa yang diamati?



# Apa yang diamati?



# Apa yang diamati?



# Apa yang diamati?



# Tatalaksana klinis puting lecet

- Cari penyebabnya
  - Periksa pelekatan
  - Periksa payudara (pembengkakan, lesi, Candida)
  - Periksa bayi apakah ada Candida atau ankyloglossia
- Berikan tatalaksana yang tepat
  - Bangun kepercayaan diri ibu
  - Tingkatkan pelekatan dan lanjutkan menyusui
  - Kurangi pembengkakan (sarankan sering menyusu/memerah)
  - Terapkan perawatan luka lembab jika lesi terbuka atau memborok
  - Obati Candida jika ada gejala atau jika ibu mengalami nyeri di antara waktu menyusui

# Latihan Kasus 1

- **Ibu A** berkata bahwa payudaranya sakit. Dia meletakkan bayinya ke payudara untuk pertama kalinya pada hari ketiga, ketika ASI keluar. Ini hari keenam. Bayinya sedang menyusui, tapi sekarang terasa agak sakit, jadi dia tidak membiarkan bayinya menyusui terlalu lama. ASI tidak menetes secepat sebelumnya.
- *Apa diagnosisnya?*
- *Apa yang bisa kita katakan untuk berempati dengan Ibu A?*
- *Apa penyebab kesulitan Ibu A?*
- *Bantuan praktis apa yang dapat kita berikan kepada Ibu A?*

## Latihan Kasus 2

Bayi Ibu B baru lahir kemarin. Dia mencoba menyusuinya segera setelah melahirkan, tetapi dia tidak menyusu dengan baik. Dia bilang putingnya terbenam, dan dia tidak bisa menyusui. Kita memeriksa payudaranya, dan melihat bahwa putingnya terlihat rata. Kita meminta Ibu B untuk menggunakan jari-jarinya dan untuk meregangkan puting dan areola. Dia mampu meregangkan putingnya sedikit, yang menunjukkan bahwa puting dan areolanya lentur.

- *Apa yang bisa kita katakan untuk menerima gagasan Ibu B tentang putingnya?*
- *Apa artinya putingnya lentur?*
- *Bagaimana kita bisa membangun kepercayaan dirinya?*
- *Bantuan praktis apa yang dapat kita berikan kepada Ibu B?*

## Latihan Kasus 3

**Ibu C** memperhatikan pembengkakan yang menyakitkan di payudara kirinya selama tiga hari terakhir. Putingnya sangat sakit. Kulit sebagian besar payudara tampak merah, keras dan sangat lunak. **Ibu C** demam dan merasa terlalu sakit untuk pergi kerja hari ini. Dia adalah seorang guru di sekolah dasar setempat. Dia menyusui bayinya di malam hari. Pada siang hari, dia memerah ASI untuk bayinya. Dia tidak mengalami kesulitan memerah ASInya. Dia sangat sibuk, dan sulit baginya untuk menemukan waktu untuk memerah ASI atau menyusui bayinya di siang hari.

- *Apa yang bisa kita katakan untuk berempati dengan Ibu C?*
- *Apa yang bisa kita katakan untuk membangun kepercayaan diri Ibu C?*
- *Apa diagnosisnya?*
- *Mengapa Ibu C mengalami kondisi seperti ini?*
- *Apa yang dapat kita sarankan untuk mencegah masalah yang sama terjadi lagi?*

## Latihan Kasus 4

**Ibu E** mengatakan bahwa payudara kanannya terasa sakit sejak kemarin dan dia bisa merasakan ada sebuah gumpalan, yang lunak dan agak perih. Ibu tidak demam dan merasa sehat. Ibu mulai menggunakan lagi BH lamanya yang ketat karena ingin mencegah payudaranya menggantung. Bayinya sekarang berusia 10 minggu dan kadang-kadang tidur 6-7 jam pada malam hari tanpa menyusui. Ketika melihat bayinya menyusui, Ibu E mendekap bayinya dekat tubuhnya dan dagu bayi menyentuh payudaranya. Mulut bayi terbuka lebar dan bayi menghisap pelan dengan hisapan yang dalam.

- **Apa yang bisa kita katakan untuk berempati dengan Ibu E?**
- **Apa diagnosanya?**
- **Apa yang mungkin menjadi penyebab sakitnya puting Ibu E?**
- **Apa 3 saran untuk ibu E?**

# Tantangan Pasokan ASI

# Minggu pertama kehidupan bayi baru lahir

- Hari 1-3
  - Bayi mendapat kolostrum
  - Payudara masih terasa lunak
- Hari 3-4
  - ASI “keluar”, berubah
  - Volume yang dihasilkan meningkat
  - Payudara terasa penuh
- Hari 6-7
  - Bayi kehilangan berat badan
  - Kebutuhan cairan dan glukosa ditanggung cadangan lemak bayi sejak sebelum lahir
  - Setelah menyusui, berat badan meningkat
- Hari 10-14
  - Bayi kembali ke berat lahirnya

# Perilaku normal bayi baru lahir

- 24 jam pertama
  - menyusu pada jam pertama, biasanya diikuti dengan tidur panjang
  - menyusu sebanyak 5-12 kali dalam 24 jam pertama - tipe bayi bervariasi dan dapat dipengaruhi oleh kontak kulit-ke-kulit dan rawat gabung
- Hari 2-3
  - frekuensi menyusu meningkat menjadi 10-12 kali, masih belum stabil
- Setelah hari ke-3
  - ASI “keluar”, perubahan kemampuan minum
  - interval menyusu mungkin lebih lama, karena kapasitas lambung bertambah
  - menyusu rata-rata sekitar 8 kali dalam 24 jam
  - ibu perlu selalu berada di dekat bayi agar dapat merespons saat bayi menunjukkan tanda lapar
  - tanggap dan mulai lebih banyak bergerak, memutar kepala, mengisap jari, mengecap mulut
  - bayi yang dirawat gabung sekamar dengan ibunya, berat badannya naik selama 7 hari pertama

Wight N, Marinelli KA, and the Academy of Breastfeeding Medicine (2014). ABM clinical protocol #1: Guidelines for blood glucose of hypoglycemia in term and late-preterm neonates. *Breastfeeding Medicine*, 9 (4), 173-179.

Kellams A, Harrel C, Omage S, et al. (2017). ABM clinical protocol #3: supplementary feedings in the healthy term breastfed neonate. *Breastfeed Medicine*, 12 (3), DOI: 10.1089/bfm.2017.29038.ajk.

Holmes AV, McLeod AY, and Bunik M. (2013). ABM clinical protocol #5: peripartum breastfeeding management for the healthy mother and infant at term. *Breastfeeding Medicine*, 8(6), 469-473. doi:10.1089/bfm.2013.9979.

# Ukuran dan volume lambung bayi baru lahir



**Day 1**

size of a cherry

5-7 mL



**Day 2**

size of a walnut

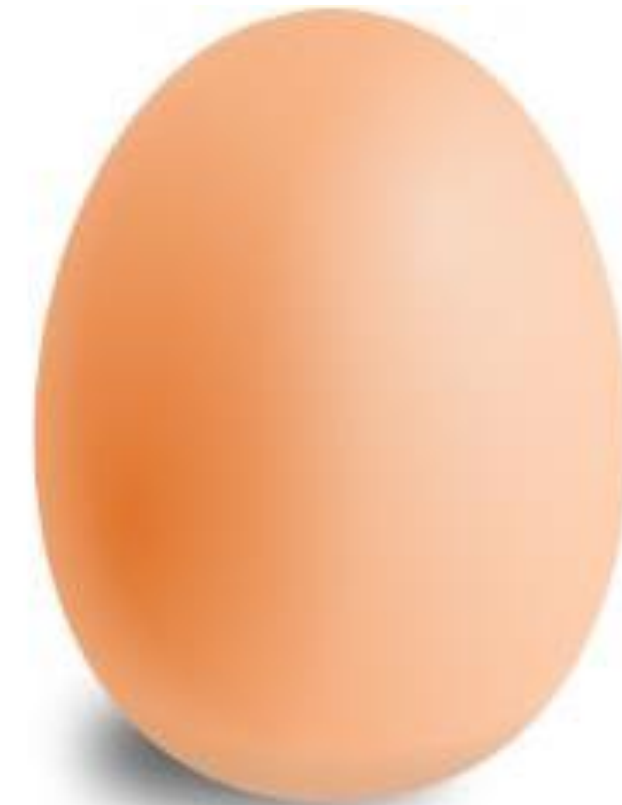
22-27 mL



**One week**

size of an apricot

45-60 mL



**One month**

size of large egg

80-150 mL

Bergman NJ. Neonatal stomach volume and physiology. *Acta Paediatrica*. 2013;102:773-7.

Zangen S, DiLorenzo C, Zangen T, Mertz H, Schwankovsky L, Hyman PE. Rapid maturation of gastric relaxation in newborn infants. *Pediatr Res*. 2001;50:629-32.

Best Start Resource Centre: Ontario's Maternal Newborn and Early Child Development Resource Centre

# TANDA DAN GEJALA BAYI BARU LAHIR TIDAK MENDAPAT CUKUP ASI

BUKTI KLINIS DEHIDRASI YANG SIGNIFIKAN

PENURUNAN BB 8 – 10 % PADA HARI KE 5 ( 120 JAM) ATAU PENURUNAN BB > PERSENTIL KE 75 SESUAI BB/UMUR

BUANG AIR BESAR TERTUNDA, KURANG DARI 4 KALI PADA HARI KEEMPAT, ATAU PENUNDAAN TRANSISI DARI MEKONIUM KE TINJA TRANSISI( HINGGA 120 JAM)

# TANDA TANDA IBU MENGIRA ASI TIDAK CUKUP

## BAYI

- TIDAK PUAS DI PAYUDARA,
- SERING MENANGIS,
- MENOLAK MENYUSU,
- SERING MENYUSU,
- MENYUSU UNTUK WAKTU YANG LAMA
- KOTORAN YANG KERAS, KERING ATAU BERWARNA HIJAU
- BAB SEDIKIT DAN JARANG

## IBU

- PAYUDARA TIDAK MEMBESAR SELAMA KEHAMILAN,
- ASI TIDAK “KELUAR” PASCA PERSALINAN
- TIDAK ADA ASI YANG KELUAR PADA WAKTU DIPERAH

# Penyebab umum ASI tidak cukup pada minggu-minggu pertama

- Penundaan inisiasi menyusui dini
- Tidak ada atau kurang kontak kulit-ke-kulit
- ASI “keluar” tertunda karena:
  - komplikasi persalinan
  - penyakit ibu
  - diabetes
- Pelekatan yang tidak baik dan proses menyusui yang tidak efektif

# Faktor yang umumnya mengganggu menyusui

- Menyusui terjadwal
- Durasi menyusui sebentar
- Pemberian suplementasi
- Tidak menyusui malam hari
- Jarang menyusui



# Faktor psikis

- Kurang percaya diri
- Khawatir dan stres
- Tidak ingin menyusui
- Kelelahan
- Kurangnya ikatan batin, penolakan bayi baru lahir



# Setelah 2 minggu: ASI tidak cukup - faktual atau persepsi?

- Ketidakcukupan ASI yang dirasakan ibu
  - Alasan paling umum seorang ibu berhenti memberikan ASI eksklusif adalah karena mereka merasa tidak memiliki cukup ASI
  - Hampir semua ibu mampu memproduksi ASI sebanyak yang dibutuhkan bayinya.
  - Seringkali ada masalah dalam interaksi antara ibu dan bayi
  - Berapa banyak ibu yang dapat melanjutkan menyusui jika mereka memiliki dukungan dan bantuan yang kompeten?
- Ketidakcukupan ASI yang faktual
  - Dalam beberapa kasus, ibu memang memiliki masalah suplai
  - Kaji kemungkinan penyebab: penyebab fisik, psikologis atau lainnya.

# Praktik pencegahan dan pengelolaan suplai dan transfer ASI yang tidak cukup

- Kontak kulit-ke-kulit sedini mungkin saat persalinan dan mulai menyusui sesegera mungkin
- Dukungan pascasalin yang terampil untuk memastikan pelekatan yang baik dan proses menyusui yang efektif
- Berlatih rawat gabung dalam 24 jam sehari
- Pemberian ASI eksklusif, kecuali jika ada indikasi medis tambahan



# Membantu ibu dengan ASI tidak cukup

- Dengarkan ibu dan catat riwayatnya secara mendetail
  - Jika dia meragukan suplai ASInya, coba pelajari alasannya. Dengan cara ini, Anda bisa membantunya membangun kepercayaan dirinya.
  - Jelajahi ide dan perasaan ibu tentang ASI dan tekanan yang mungkin dia alami. Tekanan ini bisa datang dari keluarga dan teman.
- Kaji kesehatan bayi
  - Tentukan apakah bayi mendapat ASI atau tidak, dengan menggunakan tanda dan gejala yang telah kita diskusikan.
  - Tentukan apakah bayi diberi makan secara eksklusif saat menyusu atau diberi suplemen.

# Membantu ibu dengan ASI tidak cukup

- Lakukan penilaian secara utuh
  - Apakah berat badan bayi berada dalam rentang yang diharapkan?
  - Apakah suplementasi berpengaruh?
  - Apakah bayi mengisap dan mendapatkan ASI dari payudara?
  - Bagaimana output bayi (pola BAK dan BAB)?
- Kaji kesehatan ibu
  - Apakah ibu memiliki faktor risiko masalah laktasi?
  - Amati proses menyusui, satu kali atau lebih
  - Kaji pelekatan, transfer ASI dan posisi, serta kondisi ibu dan bayi

# Membantu ibu dengan ASI tidak cukup

- **Jika ada masalah**
  - Pastikan bayi mendapat cukup asupan, mungkin dia membutuhkan suplementasi.
  - Coba tentukan penyebabnya. Apakah masalahnya sudah ada sejak lahir? Kapan masalah mulai dikeluhkan?
  - Lakukan skrining untuk masalah manajemen laktasi dan faktor-faktor yang berhubungan dengan ibu.
  - Jika ASI masih ada di payudara setelah menyusui, tentukan penyebab ketidakmampuan bayi untuk mengosongkan payudara.
- Dukung usaha meningkatkan produksi ASI sesuai kebutuhan dan atasi masalah apa pun sesegera mungkin

# Latihan Kasus 1

**Ibu O** melahirkan bayi laki-laki dua hari lalu. Dia menjalani operasi sesar. Setelah bayi dilahirkan, bayi tersebut mengalami komplikasi medis dan dibawa ke unit perawatan khusus bayi. **Ibu O** telah memerah kolostrum sebelum persalinan, tetapi bayinya tidak menerimanya. Sebagai gantinya, bayi **Ibu O** diberikan susu botol di unit perawatan khusus.

Ketika **Ibu O** dan bayinya akhirnya bisa bersama hari ini, dia mencoba untuk menyusui. **Ibu O** merasa cemas karena setelah menyusui selama beberapa menit, bayi kemudian menangis dan seperti lapar lagi. Saat bayi menyusui, putingnya terasa sangat nyeri.

- *Bagaimana kita bisa menemukan penyebab kesulitan Ibu O?*
- *Bagaimana kita dapat membantu Ibu O dan bayinya?*

## Latihan Kasus 2

Ibu P berumur 20 tahun. Bayinya lahir kemarin dan sangat sehat. Dia sudah mencoba menyusui dua kali, tapi payudaranya masih lunak. Dia pikir dia tidak punya ASI dan tidak akan bisa menyusui. Saat bayinya menangis, dia meletakkannya di payudara. Bayi itu menyusu di payudaranya beberapa kali. Suaminya telah menawarkan untuk membelikan botol-dot dan formula bayi. Dia juga mengatakan pada istrinya bahwa dot akan menghentikan bayi menangis dan berencana untuk mencobanya hari ini.

- *Apa yang bisa kita katakan untuk menerima apa yang dikatakan Ibu P tentang ASInya?*
- *Apa alasan Ibu P meragukan kemampuannya untuk menyusui?*
- *Informasi relevan apa yang akan kita berikan padanya?*
- *Bantuan praktis apa yang dapat kita berikan kepada Ibu P?*

# Kesehatan Ibu

# Bagaimana membantu ibu yang sakit tetap menyusui

- Ibu yang sakit
  - Yakinkan bahwa ibu dapat terus menyusui, dan kita akan membantunya
  - Dorong ibu untuk melanjutkan pemberian ASI
- Jika dirawat di fasilitas perawatan kesehatan
  - Rawat bayi Bersama ibu
- Demam
  - Anjurakan ibu banyak minum
- Jika ibu merasa tidak enak badan atau tidak mau menyusui
  - Bantu ibu memerah ASI dan memberikan ASI perah dengan cangkir
- Sakit parah
  - Pertimbangkan untuk memerah ASI dan memberikan ASI perah dengan cangkir
- Sakit mental
  - Temukan pendamping untuk merawat ibu dan bayi bersama
- Saat ibu sembuh
  - Bantu dia untuk meningkatkan suplai ASInya

# Tantangan Menyusui pada Bayi

Materi Pokok 2

# Bayi Menangis dan Enggan Menyusu

# Mengapa bayi enggan menyusu?

Kemungkinan	Deskripsi
Sakit, kecil atau lemah	<ul style="list-style-type: none"><li>• Persalinan sulit (yang menyebabkan kerusakan otak bayi)</li><li>• Infeksi</li><li>• Prematur</li></ul>
Nyeri atau sedasi	<ul style="list-style-type: none"><li>• Nyeri akibat memar (vakum, forseps)</li><li>• Hidung tersumbat</li><li>• Lesi di rongga mulut (sariawan)</li><li>• Sedasi (karena obat yang diberikan kepada ibu selama persalinan)</li></ul>
Kesulitan dengan teknik menyusui	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pemisahan dari ibu pascasalin</li><li>• Tidak mendapat banyak ASI (akibat pelekatan tidak tepat)</li><li>• Teknik posisi dan pelekatan yang tidak tepat</li><li>• Kondisi seperti pembengkakan atau mastitis</li><li>• Pasokan ASI berlebih</li><li>• Penggunaan botol-dot untuk bayi prematur</li></ul>
Keengganan yang dirasakan	Refleks bayi baru lahir - rooting

# Alasan bayi menangis

Alasan	Penjelasan
Tidak nyaman	popok/baju kotor, panas, dingin
Kelelahan	terlalu banyak pengunjung/over stimulasi
Penyakit atau nyeri	nyeri saat melahirkan, refluks pada bayi yang mendapat asupan melalui selang
Kelaparan	pelekatan yang buruk, tidak mendapat cukup ASI
Makanan ibu	makanan apa saja, cek asupan susu sapi
Obat ibu	kafein, rokok

Adalah alasan yang lain?

# Bayi sering menangis:

- Dengarkan dan pelajari
- Jika bayi sering menangis, cari penyebabnya
- Pelajari riwayat bayi
- Kaji proses menyusui
- Periksa bayinya
- Bangun rasa percaya diri ibu dan berikan dukungan pada kemampuannya dalam mengasuh bayinya
- Terimalah perasaan ibu
- Puji apa yang ibu dan bayinya lakukan dengan baik
- Berikan informasi yang relevan, tergantung situasinya
- Buat satu atau dua saran sederhana
- Berikan bantuan praktis

# Tatalaksana kendala menyusui pada payudara

## Obati penyebabnya, jika memungkinkan

- Kondisi puting (kandida, mastitis, payudara membengkak, dan kondisi lainnya) dan tantangan lainnya.
- Nyeri di rongga mulut mulut atau hidung tersumbat
- Hentikan penggunaan apa pun yang menyebabkan rasa atau bau tidak sedap pada payudara

## Bantu ibu melakukan hal-hal ini

- Biarkan ia menggendong bayi sedekat mungkin kontak kulit ke kulit
- Biarkan bayi menjelajahi payudara dan belajar untuk merasa nyaman, tetapi jangan terlalu cepat mencoba memeluk dan menyusunya
- Perah ASI untuk memberi makan bayi dan menjaga suplai ASI
- Berikan ASI perah dengan cangkir atau sendok BUKAN dengan botol-dot
- Rawat bayi dengan kasih sayang dan percaya diri
- Tawarkan payudara setiap kali bayinya ingin menyusui
  - Saat bayi mengantuk, atau setelah minum secangkir
  - Di posisi berbeda
  - Saat merasakan refleks oksitosin bekerja ("let down refleks")

# Tatalaksana kendala menyusui pada payudara

- Bantu bayinya untuk menyusui
- Biarkan ia memposisikan bayinya dengan tenang dan tidak terburu-buru
- Tunjukkan padanya posisi berbaring
- Hindari menekan bagian belakang kepala bayi, atau menekan tempat yang menyakitkan
- Jika bayi masih dalam proses rooting, biarkan bayi melanjutkan dan jelaskan bahwa bayi sedang mencoba mencari payudara
- Saat bayi sudah dekat payudara, peras sedikit ASI ke dalam mulutnya
- Jika bayi terlihat tertarik, bantu bayi untuk menempel di payudara - bersabarlah - jangan terburu-buru

# Latihan Kasus 1

Ibu M melahirkan bayi dengan ekstraksi vakum kemarin. Bayinya memar di bagian kepala. Ketika Ibu M mencoba menyusuinya, dia menangis dengan keras dan menarik diri. Ibu M sangat sedih dan merasa akan terlalu sulit menyusui bayinya. Petugas melihat ibu mencoba menyusui bayinya, dan memperhatikan bahwa tangannya menekan bagian yang memar.

1. Mengapa bayi Ibu M menangis keras dan tidak bisa menyusu langsung dari payudara?
2. Apa yang bisa kita katakan untuk berempati dengan Ibu M?
3. Pujian dan informasi relevan apa yang dapat kita berikan untuk membangun kepercayaan diri Ibu M?
4. Bantuan praktis apa yang dapat kita berikan kepada Ibu M?



**Terima Kasih**



## Mata Pelatihan Inti 4

**Dukungan pada Keberhasilan Menyusui**

“

# Dukungan Persiapan Menyusui pada Antenatal

Materi Pokok 2

# Pentingnya Persiapan Menyusui pada Antenatal

# Topik Antenatal Care (ANC): Pentingnya menyusui dan manajemen laktasi

- Konseling semua ibu hamil dan tunjukkan bahwa kita ingin membantu mereka
- Dampingi remaja putri dan ibu muda yang memiliki bayi pertama
- Konseling semua ibu hamil setidaknya dua kali sebelum lahir tentang menyusui
- Ingat: perawatan payudara antenatal tidak diperlukan



# Kegiatan pada Antentatal

# Topik yang dibahas dalam sesi kelompok:

- Pentingnya menyusui dan kolostrum
- Rekomendasi global menyusui eksklusif 6 bulan dan dilanjutkan sampai 2 tahun/lebih
- Risiko formula dan pengganti ASI lainnya
- Apa yang terjadi setelah melahirkan
  - Kontak kulit-ke-kulit segera dan berkelanjutan
  - Inisiasi menyusui dini
  - Rooming-in
- Bagaimana cara menyusui
  - Posisi dan keterikatan
  - Pemberian makan yang responsif dan tidak dibatasi
  - Isyarat makan
- Biarkan ibu mengajukan pertanyaan dan berdiskusi dalam kelompok
- Dorong mereka untuk berbagi kekhawatiran, keraguan dan perasaan

# Topik yang dibahas dalam sesi individual:

- Berikan kesempatan pada setiap ibu untuk berbicara secara pribadi dengan kita
- Bagaimana pengalaman menyusui sebelumnya? Apakah mengalami kesulitan?
- Apakah ibu punya pertanyaan atau kekhawatiran?
- Periksa payudaranya, jika ibu khawatir
- Bangun kepercayaan dirinya pada kemampuan ibu untuk menyusui
- Pertimbangkan kemungkinan HIV, berikan konseling tentang penapisan, perlindungan dan pemberian makan bayinya sesuai rekomendasi nasional

# Konseling antenatal



© UNICEF/UN0219972/Yuyuan

“

# Dukungan Menyusui pada Saat Persalinan dan Paska Persalinan

Materi Pokok 3

# Dukungan Menyusui pada Saat Persalinan

# Praktik persalinan: dampak ke menyusui

Praktik persalinan	Dampak terhadap menyusui
Posisi ibu selama fase kontraksi, mencedan, selama dan setelah kelahiran bayi	Rasa tidak nyaman memengaruhi keinginan dan kemampuan ibu untuk memulai menyusui
Minim dukungan	Dukungan adalah <b>KUNCI UTAMA</b> keberhasilan IMD dan menyusui eksklusif
Melarang ibu makan minum selama persalinan	Kelelahan dan dehidrasi membuat ibu kurang tertarik untuk kontak kulit dan menyusui bayi
Pereda nyeri yang berefek sedasi, episiotomi, jalur intravena, kateter, continuous e-monitoring, dll	Intervensi terhadap ibu-bayi mengganggu insting menyusu
Membedong erat bayi setelah lahir	Bayi kehilangan refleks menyusu di jam pertama
Pemisahan ibu dan bayi	Kendala menyusui sesering/sesuai tanda lapar bayi

# Inisiasi dini: segera setelah lahir

## Kontak kulit-ke-kulit dini:

- Menumbuhkan ikatan batin
- Menjaga suhu hangat
- Menurunkan infeksi dan kematian



© WHO/Yoshi Shimizu

# Manfaat kontak kulit dini:

- Memungkinkan bayi menemukan payudara dan menyusui dengan sendirinya
- Membantu ibu menjalin ikatan batin dengan bayinya (mengembangkan hubungan yang dekat dan penuh kasih sayang)
- Ibu akan lebih mungkin mulai menyusui dan menyusui eksklusif lebih lama
- Membantu merangsang produksi dan pasokan ASI
- Menenangkan ibu dan bayi
- Membantu mengatur pola napas bayi, denyut jantung, suhu dan kadar glukosa, yang terutama sangat penting untuk bayi dengan berat lahir rendah dan bayi prematur
- Memungkinkan mikroba dari kulit ibu, permukaan mukosa dan usus berkoloni di dalam tubuh bayi, yang membantu melindungi bayi dari infeksi

BAGAIMANA IBU IBU INI MENGGENDONG BAYINYA?

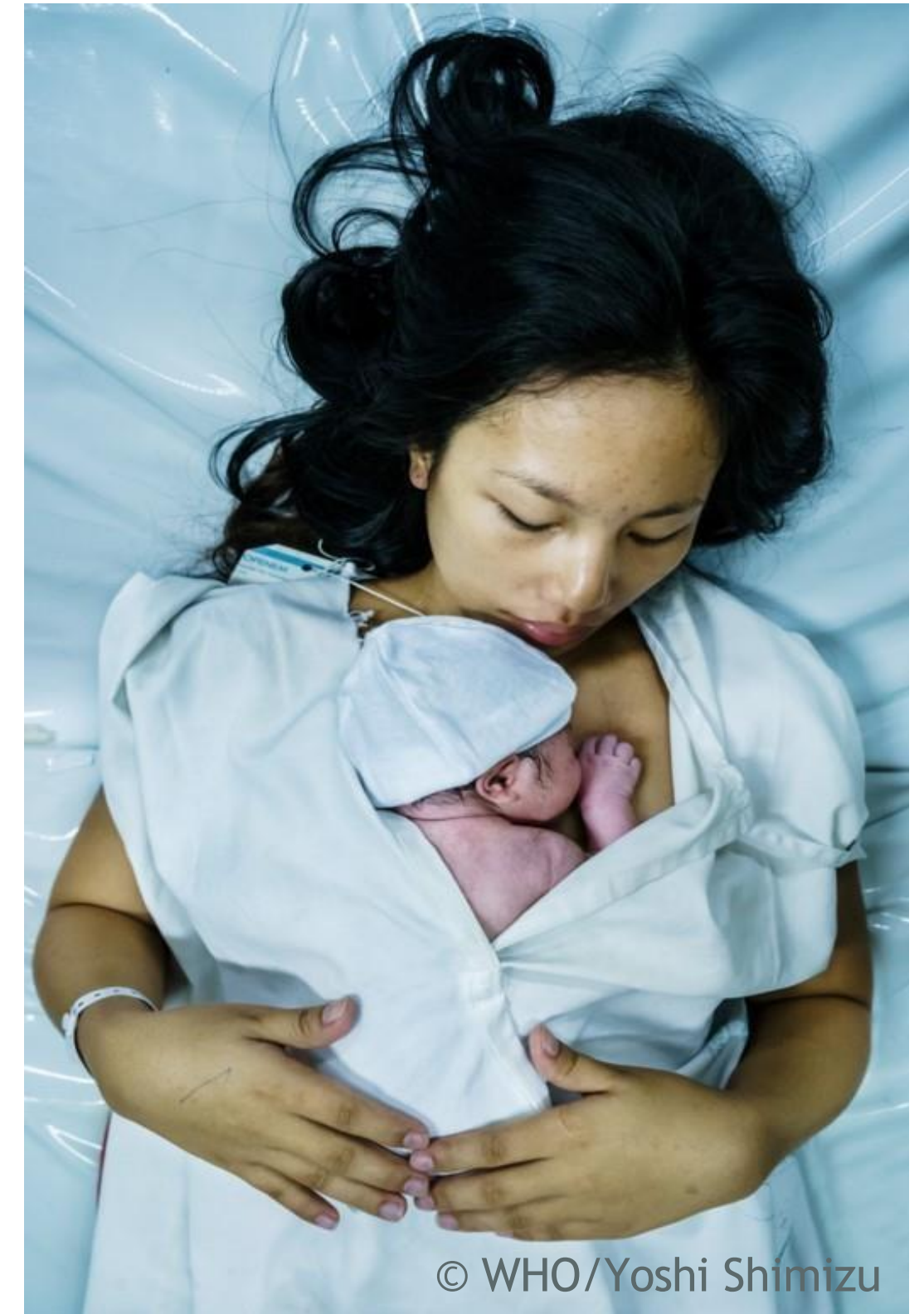
# Kontak kulit-ke-kulit



APA RESIKO TDK DILAKUKAN KONTAK KULIT DALAM 1 JAM PERTAMA?

## Risiko tidak ada kontak kulit

- Risiko infeksi dari lingkungan
- Tanda pernapasan dan jantung tidak terlalu stabil
- Lebih sulit memulai menyusui
- Suhu tubuh tidak stabil
- Durasi menyusui eksklusif lebih pendek
- Ibu lebih stres dan kurang puas dengan menyusui
- Bayi lebih stres dan lebih sering menangis
- Ibu kurang ingin menggendong bayi
- Bayi kurang peka mencium bau ASI
- Proses menyusui lebih menantang dan bayi lebih rewel



© WHO/Yoshi Shimizu

# Kesiapan menyusui



Periode istirahat awal, diikuti respon terhadap aroma payudara



# Merangkak di payudara



Pertama kali menyusui:  
bayi menggerakkan tubuh untuk  
mencapai puting dan payudara

# Pelekatan mandiri



Bayi mungkin membutuhkan 10 s/d 60 menit sebelum mulai menyusu

# Kasus khusus: bayi prematur



# Jam pertama setelah kelahiran

- Dorong ibu untuk didampingi saat melahirkan
- Pastikan ibu (termasuk yang tidak ingin menyusui) mendapatkan kontak kulit dengan bayinya
- Jika bayi perlu perawatan khusus, atur ibu dan bayi untuk kontak kulit-ke-kulit seawal mungkin
- Ibu-bayi perlu melanjutkan kontak kulit di ruang pemulihan pascasalin



# Kasus khusus: pasca operasi sesar



Kontak kulit-ke-kulit dapat dilakukan setelah operasi sesar dengan anestesia epidural

# Dampak operasi sesar terhadap menyusui

## Pada ibu:

- mungkin lebih stress dan khawatir
- tirah baring di tempat tidur dan gerakannya dibatasi
- kurang fit dan bertenaga untuk merawat bayinya
- pemberian anestesi dan analgesik dapat mempengaruhi respon ibu dan bayi

## Pada bayi:

- lebih sulit menyusu atau hanya menyusu sebentar
- lebih berisiko mengalami masalah pernapasan
- mungkin membutuhkan pengisapan lendir lebih intens, sehingga menyakiti mulut dan tenggorokan bayi
- mengantuk akibat obat yang diberikan pada ibu

# Dukungan Menyusui Pasca Persalinan



# Tujuan Pembelajaran

## Hasil Belajar:

Setelah mengikuti materi ini, peserta mampu melakukan dukungan pada keberhasilan menyusui

## Indikator Hasil Belajar:

Setelah mengikuti pembelajaran ini, peserta dapat:

1. Menjelaskan Kode Internasional pemasaran produk pengganti ASI
2. Melakukan dukungan persiapan menyusui pada antenatal
3. Melakukan dukungan menyusui pada saat persalinan dan paska persalinan

# Makanan pralaktal

- Makanan yang diberikan sebelum bayi menyusui
- Dengan metode pemberian makan apa pun (misalnya cangkir, sendok, botol)



# Bahaya makanan pralaktal

- Menggantikan kolostrum:
  - risiko infeksi yang lebih besar
  - risiko intoleransi atau alergi
- Mengganggu menyusui:
  - memuaskan rasa lapar bayi sehingga kurang tertarik menyusui
  - menurunkan stimulasi payudara
  - jika minum dari botol, dapat mengganggu pelekatan
  - lebih sulit untuk mempertahankan menyusui

# Rawat gabung (*Rooming-in*): Ibu dan bayi bersama siang dan malam



© WHO 2020

# Manfaat Rawat Gabung

- Ibu bisa merespon bayi dan mengenali tanda lapar
- Ibu lebih percaya diri menyusui
- Berat badan bayi lebih cepat bertambah
- Menyusui akan berlangsung lebih lama
- Memperkuat ikatan batin ibu-bayi



© Felicity Savage

# Tanda lapar awal

- Membuka mulut dan menoleh mencari payudara
- Bangun dan gelisah
- Membuat suara-suara kecil
- Gerakan tangan ke mulut
- Mengisap jari



# Penggunaan botol susu, dot dan empeng

- **Ingat: Langkah 9 “Konseling ibu tentang penggunaan dan risiko botol susu, dot, dan empeng”**
- Mengganggu proses menyusui pada 6 bulan pertama.
- Bayi menyusui lebih jarang dalam 24 jam
- Tidak boleh digunakan sampai bayi mampu menyusui dengan baik, setidaknya hingga usia 4 minggu. Berikan konseling risiko penggunaannya terkait kebersihan, perkembangan rongga mulut, dan kesulitan mengetahui tanda-tanda lapar bayi serta kemungkinan terjadinya bingung puting.

# Keuntungan menyusui responsif

- ASI keluar lebih cepat
- Berat badan bayi naik lebih cepat
- Masalah menyusui seperti payudara bengkak lebih jarang terjadi
- Menyusui lebih mudah dilakukan





# Tujuan Pembelajaran

## Hasil Belajar:

Setelah mengikuti materi ini, peserta mampu melakukan dukungan pada keberhasilan menyusui

## Indikator Hasil Belajar:

Setelah mengikuti pembelajaran ini, peserta dapat:

1. Menjelaskan Kode Internasional pemasaran produk pengganti ASI
2. Melakukan dukungan persiapan menyusui pada antenatal
3. Melakukan dukungan menyusui pada saat persalinan dan pasca persalinan.

## Sebelum dipulangkan, ibu/orangtua/pengasuh harus memahami **pemberian asupan bayi:**

- Menyusui responsif dan cara mengenali tanda lapar
- Pentingnya pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan dan berlanjut hingga 2 tahun atau lebih
- Risiko formula bayi dan pengganti ASI lainnya
- Bagaimana mendapatkan dukungan dan bantuan yang dibutuhkan ibu menyusui

# Menyusui berjalan dengan baik jika:

- Bayi menyusu setidaknya 6-8 kali dalam 24 jam
- Bayi buang air kecil setidaknya 2-6 kali setiap 24 jam
- Bayi buang air besar setidaknya 2-4 sendok makan setiap 24 jam
- Terdengar bunyi menelan saat bayi menyusu
- Payudara terasa lebih lembut setelah menyusui
- Puting tidak nyeri
- Menyusui dirasakan sebagai adalah pengalaman yang menyenangkan

Ingat: dalam waktu 72 jam setelah pulang dari fasilitas kesehatan, bayi harus diperiksa oleh petugas kesehatan dalam 2-3 hari dan sekali lagi pada 10 hari sampai 2 minggu lagi

# Tanda waspada: silakan temui petugas kesehatan

- Bayi buang air kecil kurang dari 4 kali setiap hari pada hari ke-4
- Bayi buang air besar kurang dari 3 tinja (setidaknya 1 sendok makan) pada hari ke-4 atau masih mekoneum pada hari ke-5
- Bayi menyusu kurang dari 8 kali sehari
- Tidak terdengar suara menelan selama menyusui
- Puting terasa sakit selama menyusui
- Bayi tampak ingin menyusu “sepanjang waktu” atau terus-menerus tertidur dalam satu atau dua menit saat menyusu
- Ibu tidak merasakan ASI “keluar” pada hari ke-5

# Perawatan berkelanjutan

- Pemantauan penting:
  - 2-4 hari setelah lahir
  - 10-14 hari setelah lahir
- Pada saat kontak dengan ibu menyusui:
  - Periksa kondisi ibu dan bayinya
  - Amati proses menyusui
  - Beri nasihat kepada ibu tentang kesulitan apa pun
  - Jelaskan pola makan
  - Dorong pemberian ASI eksklusif

# Mempertahankan Menyusui 2 tahun atau lebih

Pada saat bertemu dengan ibu/pengasuh, lakukan:

1. Tanyakan
2. Amati
3. Berikan bantuan pada ibu.
4. Tanggapi pertanyaan
5. Bantu ibu ketika menemukan kesulitan

Beri pujian  
Informasikan  
Sarankan

## LEMBAR BANTUAN KERJA UNTUK KONTAK PASCA PERSALINAN

Gunakan keterampilan konseling (mendengarkan ibu, bangun rasa percaya dirinya). Tindaklanjuti pengamatan dan pertanyaan sebelumnya.

Tanyakan:

- Bagaimana menyusuinya? (berapa kali, lamanya, nyaman kondisi payudara)
- Apakah bayi mendapat minuman atau makanan lain, botol, dan kempeng?
- Kesehatan dan perilaku bayi
- Kehamilan, persalinan, dan pemberian makanan awal
- Kondisi ibu dan KB
- Pengalaman pemberian makan bayi sebelumnya
- Situasi keluarga dan sosial – dukungan di rumah, persiapan untuk kembali bekerja

Amati:

- Kondisi ibu
- Kondisi bayi
- Kegiatan menyusui (termasuk kondisi payudara)
- KMS (berat dan panjang badan yang sesuai)

Bantu ibu untuk:

- Memposisikan dan melekatkan bayinya jika diperlukan
- Memerah ASI dan memberi makan dengan cangkir (jika diperlukan, jika sebelumnya tidak dilakukan)

Jelaskan atau simpulkan jika diperlukan:

- Bagaimana ASI 'keluar'
- Pola menyusui – semau bayi (ibu bersama bayi, merespon siang dan malam, biarkan bayi menyelesaikan menyusu di payudara pertama, kemudian tawarkan payudara kedua jika bayi menginginkan)
- Menyusui eksklusif – tidak diperlukan tambahan
- Tanda-tanda bayi mendapatkan yang dibutuhkan (pengeluaran urine, terpuaskan)

Tanggapi pertanyaan lain dan kekhawatiran ibu

Bantu (termasuk rujukan yang mungkin) jika diperlukan dengan kesulitan:

- Pertambahan berat badan sedikit atau lambat
- Kekhawatiran mengenai 'ASI Tidak Cukup'
- Kekhawatiran mengenai bayi menangis
- Kesulitan menyusu
- Puting datar, terbenam atau besar
- Puting lecet
- Payudara bengkak
- Mastitis
- Menolak menyusu

# Memerah dengan tangan



© WHO/Yoshi Shimizu

# Memijat Punggung Ibu



# CARA MENYIAPKAN WADAH UNTUK ASI PERAH

- . Pilih cangkir atau gelas atau wadah dengan permukaan lebar.
- . Cuci cangkir dengan sabun dan air mengalir(bisa dilakukan sehari sebelumnya)
- . Tuang air mendidih ke dalam cangkir dan biarkan selama beberapa menit. Air mendidih akan membunuh sebagian besar kuman.
- . Saat siap untuk memerah ASI, keluarkan air dari cangkir.
- . Gunakan spuit kecil(tanpa jarum) atau sendok jika memerah kolostrum. Jika ibu hanya dapat mengeluarkan beberapa tetes, akan sulit untuk mengumpulkannya dengan cangkir, Asisten bisa mengambil dengan spuit langsung dari putting dan memberikan langsung kepada bayi

## CARA MEMERAH ASI DENGAN TANGAN



Ajari sang ibu sebagai berikut.

- Cuci tangan hingga bersih.
- Duduk atau berdiri dengan nyaman dan pegang wadah dekat dengan payudaranya.
- Letakkan ibu jari di payudara di atas puting dan areola, dan jari telunjuk atau ditambah jari tengah di payudara di bawah puting dan areola, di seberang ibu jari. Dia menopang payudara dengan jari-jarinya yang lain.
- Tekan ibu jari dan jari telunjuknya atau ditambah jari tengah sedikit ke dalam bidang dada. Jangan menekan terlalu dalam, agar saluran ASI tidak tersumbat.
- Tekan payudaranya di belakang puting dan areola di antara ibu jari dan jari telunjuk atau ditambah jari tengah. Ibu harus menekan saluran yang lebih besar di bawah areola. Terkadang pada payudara yang menyusui, ibu bisa merasakan saluran dengan sentuhan. Terasa seperti polong, atau kacang tanah. Jika dia bisa merasakannya, dia bisa menekannya.
- Tekan dan lepaskan, tekan dan lepaskan. Ini seharusnya tidak sakit - jika sakit, berarti tekniknya salah. Awalnya mungkin tidak ada ASI yang keluar, tetapi setelah diperah beberapa kali, ASI akan mulai menetes. ASI dapat mengalir jika refleks oksitosin aktif.
- Tekan areola dengan cara yang sama dari samping, untuk memastikan ASI keluar dari semua segmen payudara.
- Hindari menggosok atau menggesekkan jari pada kulit. Gerakan jari harus lebih seperti menggulung.
- Hindari menekan dekat dengan puting, tekan di belakangnya. Menekan atau menarik puting saja tidak dapat mengeluarkan ASI. Ini sama seperti bayi yang hanya mengisap puting.
- Perah satu payudara setidaknya selama tiga sampai lima menit sampai alirannya melambat; kemudian perah sisi lainnya; lalu ulangi kedua sisi. Ibu dapat menggunakan salah satu tangan untuk payudara atau berganti ke tangan satunya saat lelah.
- Jelaskan bahwa memerah ASI secara memadai membutuhkan waktu 20–30 menit, terutama dalam beberapa hari pertama ketika ASI yang dihasilkan hanya sedikit. Penting untuk tidak mencoba memerah dalam waktu yang lebih singkat.

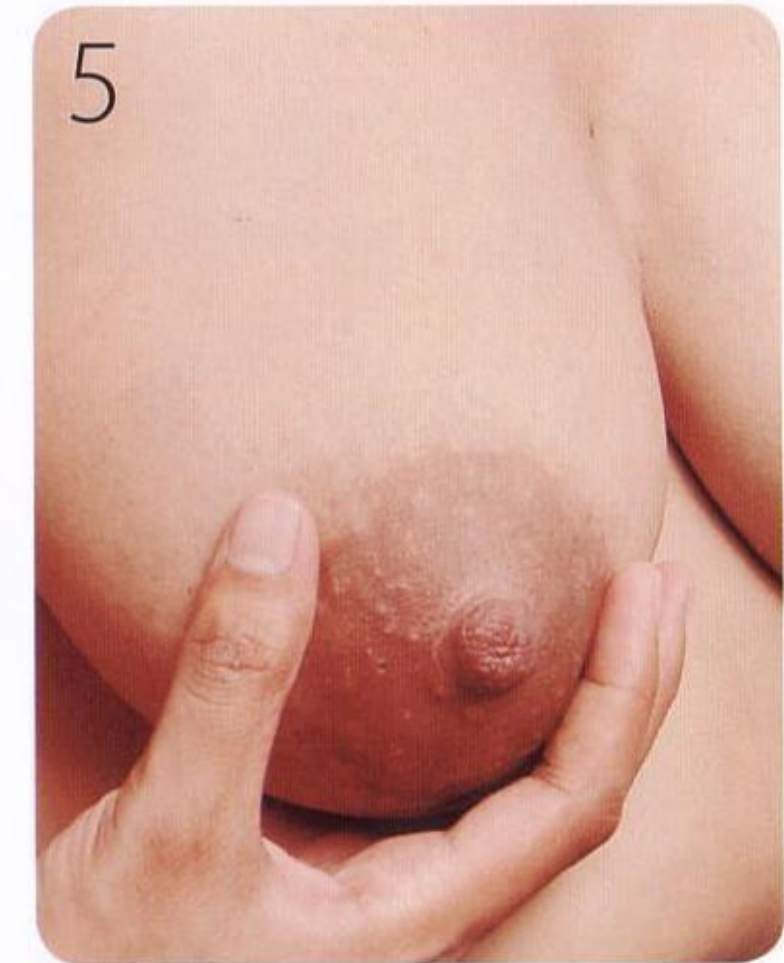
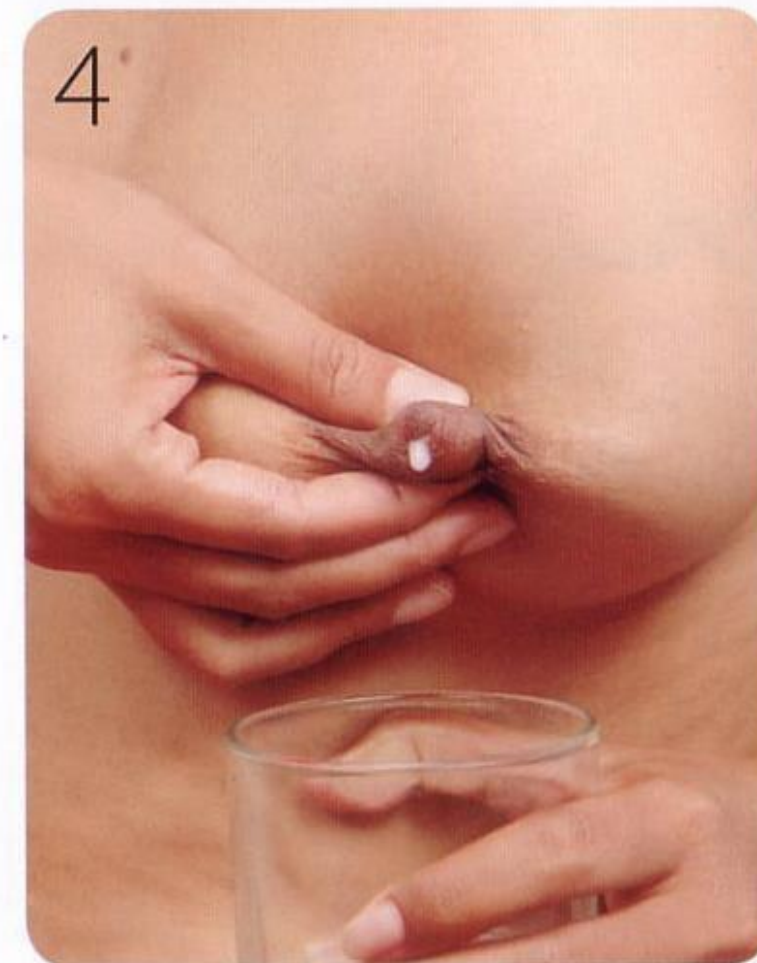
# CARA MEMERAH ASI DENGAN TANGAN

## A. CUCI TANGAN

### 6 LANGKAH CUCI TANGAN



## B. DUDUK/BERDIRI DENGAN NYAMAN





# Penyimpanan ASI

PEDOMAN PENYIMPANAN ASI		
Lokasi penyimpanan	Suhu	Durasi penyimpanan maksimum yang disarankan
<i>Cooler bag</i>	15 °C	24 jam
Suhu ruangan	27-32 °C	4 jam
	< 27 °C	6-8 jam
Kulkas	< 4 °C	2-3 hari
		5-8 hari dalam kondisi sangat bersih
<i>Freezer 1 pintu</i>	-15 -0 °C	2 minggu
<i>Freezer 2 pintu</i>	-20 sd -18 °C	3-6 bulan



# Tidak dipergunakan



# Memberi minum dengan cangkir



© UNICEF/UNI11841/Pirozzi

## CARA MEMBERI MINUM DENGAN CANGKIR

Minta ibu atau pengasuh untuk:

- Mencuci tangan;
- Menuang perkiraan jumlah ASI untuk satu kali minum ke dalam cangkir;
- Meletakkan kain di bagian depan bayi untuk melindungi pakaian dari ASI tumpah
- Membungkus bayi untuk membatasi gerakan lengan agar cangkir tidak terbentur;
- Pegang bayi di posisi duduk tegak atau setengah tegak di pangkuan ibu atau pengasuh;
- Dekatkan cangkir ke bibir bayi; letakkan cangkir dengan perlahan di bibir bawahnya
- Tempelkan tepi cangkir ke bagian luar bibir atas bayi;
- Miringkan cangkir sehingga ASI mencapai bibir bayi;
- Jangan menuangkan ASI ke dalam mulut bayi karena dapat masuk ke saluran pernapasan.
- Ketika bayi mencium bau ASI, mereka menjadi waspada dan membuka mulut dan mata, bayi sering memasukkan lidahnya ke cangkir untuk mulai menyusu.
- Ketika bayi cukup bulan sudah terbiasa minum dari cangkir, mereka akan menyedap atau mengisap ASI;
- Bayi prematur memasukkan ASI ke dalam mulutnya dengan lidah, gerakan menjilat;
- Bayi prematur tidak meneteskan ASI dari mulutnya sebanyak bayi yang lebih tua karena gerakan lidahnya kurang aktif.
- Ketika bayi sudah kenyang, mereka akan menutup mulutnya dan tidak mau minum lagi. Jika bayi belum menghabiskan ASI perah yang disiapkan, mereka mungkin membutuhkan lebih banyak waktu berikutnya, atau kita mungkin perlu memberi minum lebih sering.
- Wajar jika bayi minum dalam jumlah yang berbeda setiap kalinya. Ukur asupan bayi selama 24 jam - tidak hanya saat setiap minum.

# CARA MEMBERI MINUM DENGAN CANGKIR

Minta ibu atau pengasuh untuk:

- Mencuci tangan
- Tuang perkiraan jumlah ASI untuk satu kali minum ke dalam cangkir.
- Meletakkan kain di bagian depan bayi untuk melindungi pakaian bayi dari tumpahan ASI.
- Membungkus bayi untuk membatasi Gerakan lengan agar cangkir tidak terbentur.
- Pegang bayi duduk di posisi tegak atau setengah tegak dipangkuan ibu atau pengasuh.
- Dekatkan cangkir ke bibir bayi.
- Letakkan cangkir dengan perlahan di bibir bawah bayi.
- Tempelkan tepi cangkir ke bagian luar bibir atas bayi
- Miringkan cangkir sehingga ASI mencapai bibir bayi

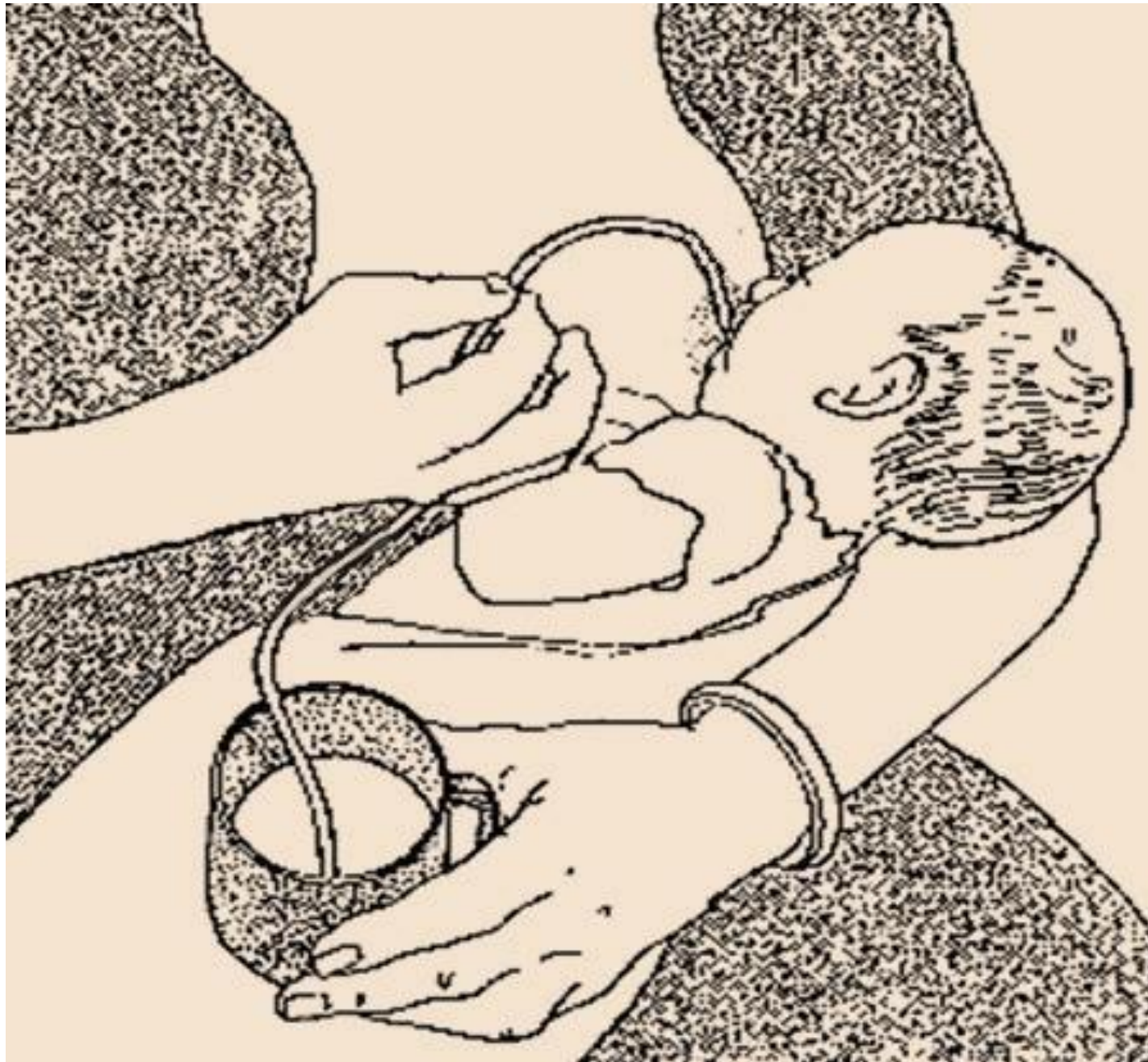
- Jangan menuangkan ASI ke dalam mulut bayi – ASI bisa masuk ke saluran pernapasan.
- Ketika bayi mencium ASI, mereka menjadi waspada, dan membuka mulut dan mata - mereka sering memasukkan lidahnya ke dalam ASI untuk mulai minum.
- Ketika bayi cukup bulan sudah terbiasa minum dari cangkir, mereka akan menyedap atau menghisap ASI.
- Bayi prematur memasukkan ASI ke dalam mulutnya dengan lidah mereka, dengan gerakan menjilat.
- Bayi prematur memperoleh ASI tidak sebanyak bayi yang lebih besar, karena gerakan lidahnya kurang aktif.
- Ketika bayi sudah kenyang, mereka akan menutup mulutnya dan tidak mau minum lagi. Jika bayi belum menghabiskan ASI perah yang disiapkan, mereka mungkin akan minum lebih banyak pada kesempatan minum berikutnya, atau kita mungkin perlu memberinya minum lebih sering.
- Wajar jika bayi minum dalam jumlah yang berbeda setiap kalinya. Hitung asupan bayi selama 24 jam – tidak hanya setiap kali minum.



# RANGKUMAN

- 1) Cara menyiapkan wadah ASI perah
- 2) Langkah-langkah memerah ASI dengan tangan
- 3) Langkah-langkah memberikan ASI Perah dengan cangkir

# Relaktasi

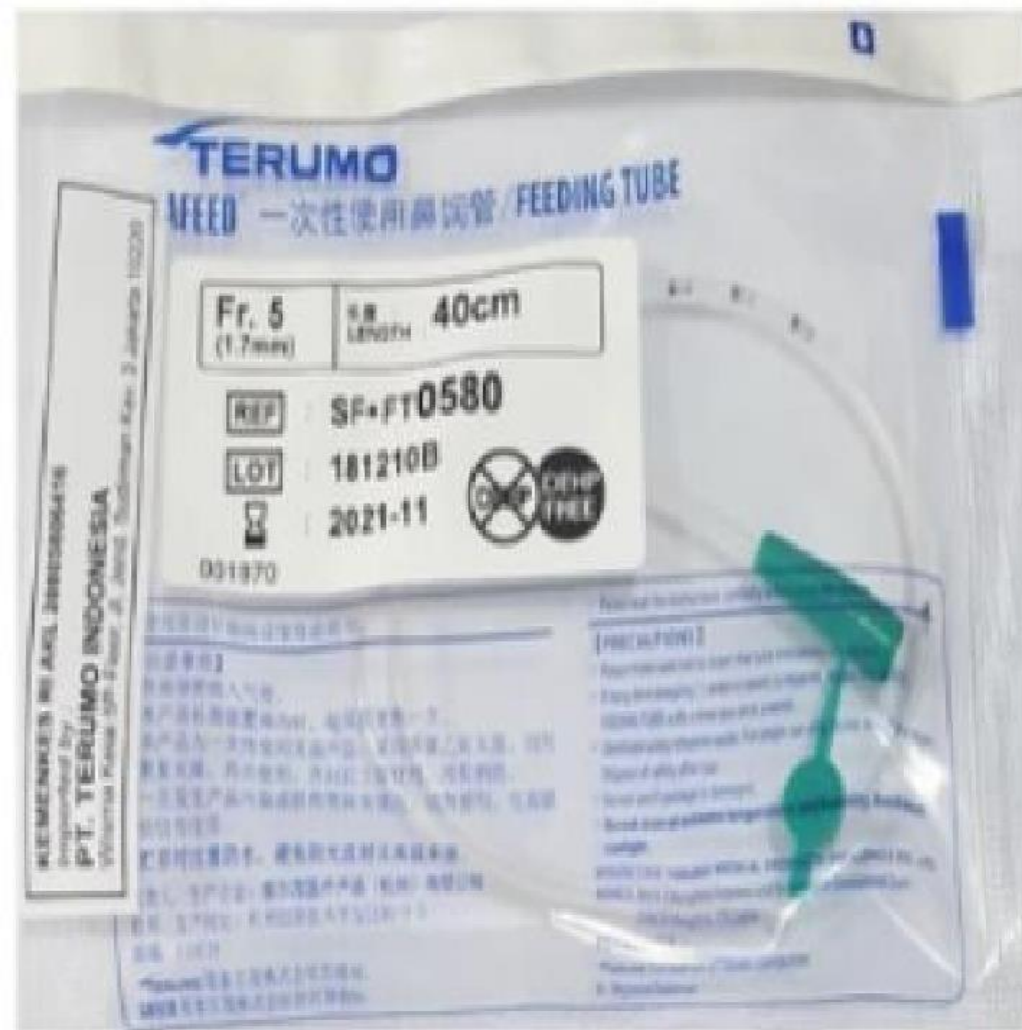


- Relaktasi merupakan proses menyusui kembali setelah sempat berhenti menyusui.
- Relaktasi lebih mudah berhasil jika usia bayi masih sangat muda (kurang dari 2 bulan) daripada bayi dengan usia lebih tua (di atas 6 bulan). Namun, relaktasi dimungkinkan dilakukan pada umur berapa saja.
- Relaktasi lebih mudah bila bayi baru saja berhenti menyusui, dibandingkan jika bayi sudah lama berhenti menyusui. Namun, relaktasi dimungkinkan dilakukan kapan saja.

# RELAKTASI

- Ibu yang bertahun tahun tidak menyusui, dapat memproduksi ASI kembali, meskipun sudah menopause. Misal : seorang nenek bisa menyusui cucunya
- Sebelum melakukan relaktasi, sebaiknya :
  - Ibu sudah dapat memposisikan bayi dengan benar
  - Bayi sudah dapat melekat dengan benar pada payudara ibu
  - Perlu perbaikan *bonding* antara ibu dan bayi dengan melakukan *skin to skin contact* supaya bayi mau kembali menyusu pada payudara
- Lebih mudah dilakukan bila bayi dalam kondisi mengantuk

# Alat bantu Relaktasi



# Alat Bantu Relaktasi

## Menggunakan sendok/ cangkir kecil

- Meneteskan susu ke payudara atau puting dengan sendok/cangkir kecil.
- Atur posisi bayi pada payudara sehingga ia bisa menjilat tetesan susu
- Perlahan masukkan puting ke mulut bayi & bantu bayi melekat pada payudara
- Lakukan selama 3-4 hari sampai bayi menyusu dengan kuat



## Menggunakan pipet

- Ibu mengukur jumlah susu untuk satu kali pemberian dalam cangkir
- Ibu meneteskan susu ke mulut bayi menggunakan pipet seiring saat bayi menyusu di payudara





# Rangkuman

- Relaktasi dimungkinkan pada usia berapa saja dan kapan saja
- Diperlukan posisi dan pelekatan yang benar dan *skin to skin contact* untuk mendukung keberhasilan proses relaktasi

# SEPULUH LANGKAH Menuju Keberhasilan Menyusui

## 1 KEBIJAKAN RUMAH SAKIT

rumah sakit mendukung ibu untuk menyusui dengan...



World Health Organization unicef

## 2 KOMPETENSI STAF

rumah sakit mendukung ibu untuk menyusui dengan...

Melatih staf RS agar kompeten mendukung ibu menyusui

Menilai pengetahuan dan ketrampilan tenaga kesehatan



World Health Organization unicef

## 3 PEMERIKSAAN KEHAMILAN

rumah sakit mendukung ibu untuk menyusui dengan...



World Health Organization unicef

## 4 PERAWATAN SETELAH MELAHIRKAN

rumah sakit mendukung ibu untuk menyusui dengan...



World Health Organization unicef

## 5 MENDUKUNG IBU UNTUK MENYUSUI

rumah sakit mendukung ibu untuk menyusui dengan...



World Health Organization unicef

## 6 PEMBERIAN SUPLEMEN

rumah sakit mendukung ibu untuk menyusui dengan...



World Health Organization unicef

## 7 RAWAT GABUNG

rumah sakit mendukung ibu untuk menyusui dengan...



World Health Organization unicef

## 8 PEMBERIAN MAKAN YANG RESPONSIF

rumah sakit mendukung ibu untuk menyusui dengan...



World Health Organization unicef

## 9 BOTOL DOT DAN EMPENG

rumah sakit mendukung ibu untuk menyusui dengan...



World Health Organization unicef

## 10 KEPULANGAN DARI RS

rumah sakit mendukung ibu untuk menyusui dengan...



World Health Organization unicef



**Terima Kasih**



## Mata Pelatihan Inti 5

# Konseling Menyusui



# Tujuan Pembelajaran

Hasil Belajar:

Setelah mengikuti materi ini, peserta mampu melakukan konseling menyusui

Indikator Hasil Belajar:

Setelah mengikuti pembelajaran ini, peserta dapat:

1. Menjelaskan konsep konseling menyusui
2. Melakukan konseling menyusui

# Konsep Konseling Menyusui

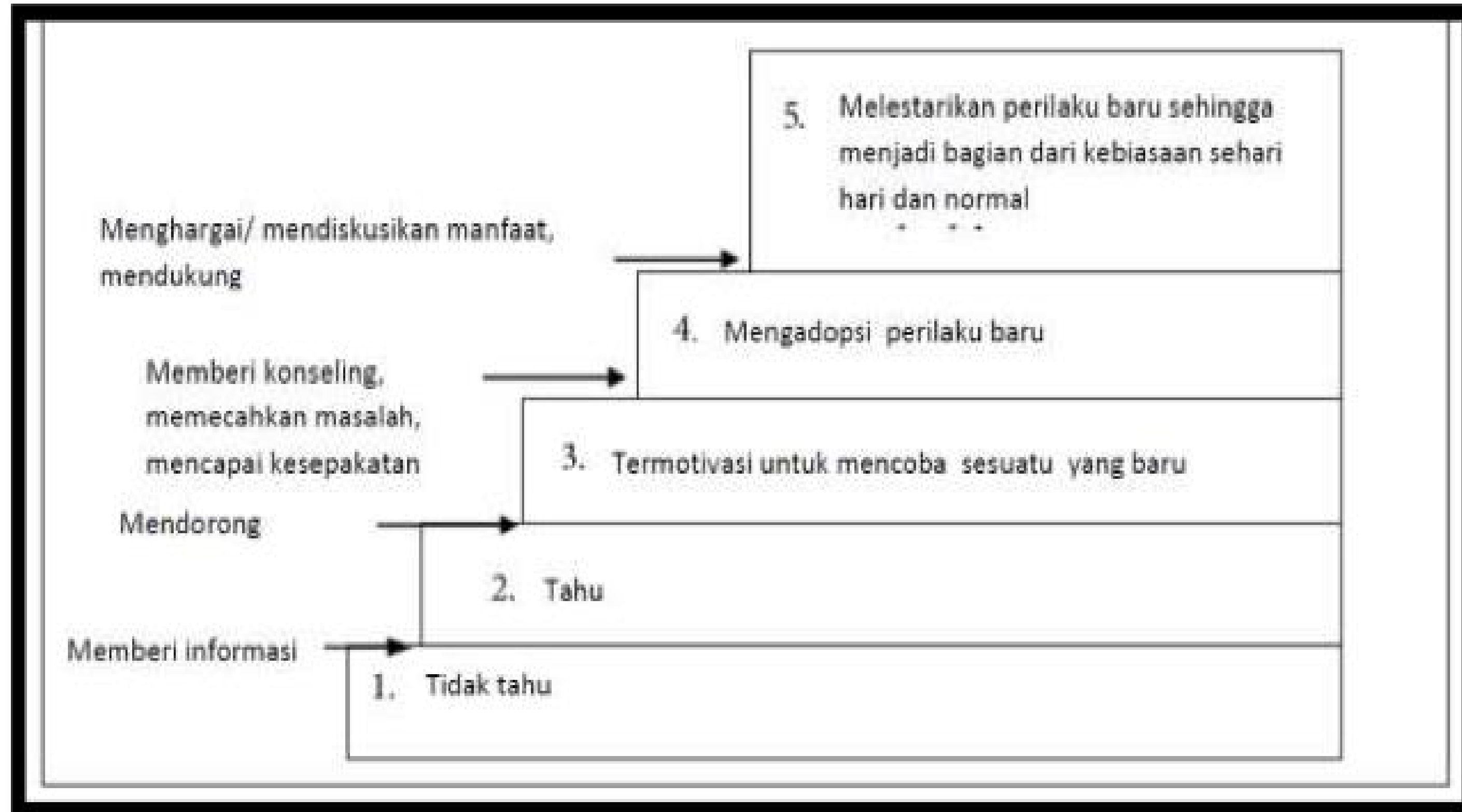
Materi Pokok 1

# Definisi Konseling Menyusui

# Definisi Konseling Menyusui

- Konseling adalah cara untuk memahami bagaimana perasaan orang dan membantu mereka memutuskan apa yang terbaik untuk dilakukan dalam situasi mereka.
- Fokus: hal-hal berkaitan menyusui. Konseling ini tidak hanya dilakukan pada ibu saja namun dapat dilakukan juga kepada pengasuh bayi.
- Ibu yang menyusui dan ibu hamil merupakan sasaran dimana konseling menyusui ini bermanfaat.
- Konseling ini membutuhkan 2 keterampilan yaitu keterampilan mendengarkan dan mempelajari serta keterampilan membangun percaya diri dan memberi dukungan.

# Tahapan Perubahan Perilaku





# Tujuan Pembelajaran

Hasil Belajar:

Setelah mengikuti materi ini, peserta mampu melakukan konseling menyusui

Indikator Hasil Belajar:

Setelah mengikuti pembelajaran ini, peserta dapat:

1. Menjelaskan konsep konseling menyusui
2. Melakukan konseling menyusui

# Keterampilan Mendengarkan dan Mempelajari

# Keterampilan Mendengarkan dan Mempelajari

1. Menggunakan Komunikasi non verbal yang sesuai

2. Mengajukan Pertanyaan terbuka

3. Menggunakan Respon dan gerak tubuh yang menunjukkan minat

4. Menyampaikan kembali apa yang dikatakan ibu/orangtua/pengasuh

5. Berempati-menunjukkan bahwa kita memahami perasaan ibu/orangtua/pengasuh

6. Menghindari penggunaan kata kata menghakimi

# 1. Menggunakan komunikasi non-verbal

- **Postur:** duduk sama tinggi berdekatan dengan ibu.
- **Kontak mata:** perhatikan ibu, jangan teralih dan tunjukkan bahwa kita mendengarkan.
- **Penghalang:** singkirkan penghalang.
- **Luangkan waktu:** luangkan waktu tanpa terburu-buru, batasi melihat jam atau ponsel.
- **Sentuhan wajar:** hanya menyentuh dengan cara yang pantas, jangan menyentuh payudara ibu atau bayi tanpa izin.



## 2. Mengajukan Pertanyaan Terbuka

- Pertanyaan terbuka Penting karena : mendorong ibu untuk memberikan lebih banyak informasi
- Contoh pertanyaan terbuka dimulai dengan : Bagaimana...? Apa...?, Kapan....? Siapa...?
- Pertanyaan tertutup bisayanya di jawab dengan “ya” atau “tidak” sehingga tidak bisa memberikan banyak informasi
- Biasanya dimulai dengan : Apakah anda.....? Benarkah.....? Apakah bayinya....?

### 3. Menggunakan Respon dan Gerak Tubuh yang Menunjukkan Minat

Beberapa contoh respon dan gerak tubuh yang menunjukkan minat :

- ✓ Dengan gerakan tubuh, missal menatapnya, mengangguk, tersenyum
- ✓ Dengan tanggapan sederhana seperti : Hmmm.. Ooooo



## 4. Menyampaikan Kembali Apa yang dikatakan Ibu/Pengasuh

- Tujuan : menunjukkan bahwa kita mendengarkan dan mendorong ibu untuk bercerita lebih banyak.
- Bisa menggunakan kata/kalimat yang sedikit berbeda dari ibu, contoh :

Ibu : “ Saya tidak tahu harus berbuat apa. Bayi saya ingin menyusu sepanjang malam”

Konselor : “ Bayi ibu sering menyusu di malam hari?”

## 5. Berempati - Menunjukkan bahwa kita memahami perasaan ibu/pengasuh

- Empati menunjukkan bahwa kita mendengarkan apa yang dikatakan ibu dan mencoba memahami perasaannya, kita melihat dari sudut pandang ibu.
- Contoh : Ibu berkata : “ **Bayi saya sangat ingin menyusu dan saya sangat merasa lelah**”

Tanggapan empati : “ Ibu merasa sangat lelah karena bayi ibu sangat sering menyusu? “

Tanggapan simpati : “ **oh, saya paham perasaan ibu. Bayi saya juga sering ingin menyusu dan saya juga merasa sangat lelah**”.

## 6. Menghindari menggunakan kata kata yang menghakimi

- Contoh : Benar, Salah, Baik, Buruk, Cukup, Benar, Memadai, Masalah
- Contoh perkataan menghakimi:  
“ Apakah ibu memberi makan anak ibu **dengan benar** ?



# Enam keterampilan mendengarkan dan mempelajari

- Menggunakan komunikasi non-verbal yang sesuai
- Mengajukan pertanyaan terbuka
- Menggunakan respon dan gerak tubuh yang menunjukkan minat
- Menyampaikan kembali apa yang dikatakan ibu/pengasuh
- Berempati - menunjukkan bahwa kita memahami perasaan ibu/pengasuh
- Menghindari penggunaan kata-kata yang menghakimi

# Penugasan

- Latihan Kasus Keterampilan Mendengarkan dan Mempelajari

# Latihan 3A. Mengajukan pertanyaan terbuka

## Pertanyaan tertutup

Contoh:

- Apakah Ibu menyusui bayi?

Latihan:

- Apakah bayi Ibu sering menyusu?
- Apakah Ibu mengalami kesulitan menyusu?

## Pertanyaan terbuka

- Bagaimana Ibu memberi makan bayi?

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

# Latihan 3B. Menyampaikan kembali apa yang dikatakan ibu

## Contoh:

- Ibu saya bilang, ASI saya sedikit.
  - a) Menurut Ibu ASI-nya kurang?
  - b) Mengaoa Ibu Anda berpikir begitu?
  - c) **Ibu Anda bilang ASI-nya tidak cukup?**

## Latihan:

- Sepertinya bayi tidak mau menyusui di payudara saya.
  - a) Dia sepertinya tidak bisa menyusui?
  - b) Sudah berapa lama dia tidak mau menyusui?
  - c) Apakah dia pernah minum susu botol?
  
- Saya mencoba memberinya susu botol, tapi dia meludahkannya
  - a) Mengapa Ibu mencoba menggunakan botol?
  - b) Dia tidak bisa mengisap dari botol-dot?
  - c) Sudahkah Ibu mencoba menggunakan cangkir?

# Latihan 3C. Berempati - memahami perasaan ibu

## Contoh:

- Bayi saya sering ingin menyusui di malam hari sehingga saya merasa lelah.
  - a) Berapa kali dia menyusui?
  - b) Apakah dia membangunkan Ibu setiap malam?
  - c) Ibu merasa kelelahan menyusui di malam hari?

## Latihan:

- ASI saya terlihat sangat encer. Saya takut ASI-nya kurang bagus.
  - a) Itu foremilk, memang selalu terlihat lebih encer.
  - b) Ibu khawatir dengan tampilan ASI seperti itu?
  - c) Nah, berapa berat badan bayi Ibu?
- Saya merasa tidak ada ASI di payudara, sedangkan bayi sudah berusia satu hari.
  - a) Ibu sedih karena ASI belum juga keluar?
  - b) Apakah bayi sudah mulai menyusui?
  - c) Selalu dibutuhkan beberapa hari sebelum ASI mulai keluar.

# Latihan 3D. Menghindari kata-kata menghakimi

## Pertanyaan dengan kata menghakimi

Contoh:

- Apakah bayi Ibu menyusui dengan baik?

Latihan:

- Apakah bayi Ibu sering menyusui?
- Apakah Ibu mengalami kesulitan menyusui?

## Pertanyaan tanpa kata menghakimi

- Bagaimana proses menyusui bayi Ibu?

- \_\_\_\_\_

- \_\_\_\_\_



# Tujuan Pembelajaran

Hasil Belajar:

Setelah mengikuti materi ini, peserta mampu melakukan konseling menyusui

Indikator Hasil Belajar:

Setelah mengikuti pembelajaran ini, peserta dapat:

1. Menjelaskan konsep konseling menyusui
2. Melakukan konseling menyusui

# Keterampilan Membangun Percaya Diri dan Memberi Dukungan

# Keterampilan Konseling: Membangun Kepercayaan Diri dan Memberi Dukungan

- Menerima apa yang dipikirkan dan dirasakan ibu/pengasuh
- Mengenal pengalaman baik dan memuji ibu/orangtua/pengasuh
- Memberikan bantuan praktis
- Menyampaikan informasi yang relevan
- Menggunakan bahasa sederhana
- Menawarkan satu atau dua saran, bukan perintah

**Simulasi:** Menerima apa yang dipikirkan dan dirasakan ibu/pengasuh

**“Saya ingin memberi bayi saya sebotol susu formula karena saya tidak punya cukup ASI untuknya”**

**“Ooo...ibu ingin memberinya susu botol karena ibu merasa ASI tidak cukup ya”**

# Keterampilan Konseling: Membangun Kepercayaan Diri dan Memberi Dukungan

- Menerima apa yang dipikirkan dan dirasakan ibu/pengasuh
- Mengenali pengalaman baik dan memuji ibu/pengasuh
- Memberikan bantuan praktis
- Menyampaikan informasi yang relevan
- Menggunakan bahasa sederhana
- Menawarkan satu atau dua saran, bukan perintah

## Latihan: skenario kasus

Saya memerah ASI  
selama bekerja, dan saya  
menyusui di malam hari.  
Apakah itu cukup?



# Manakah tanggapan yang lebih bermanfaat?

“Ibu harus lebih sering menyusui bayi.”

“Lebih baik menyusui daripada memberikan bayi susu botol di siang hari”

“Sudah bagus Ibu tetap menyusui di malam hari.”

# Keterampilan Konseling: Membangun Kepercayaan Diri dan Memberi Dukungan

- Menerima apa yang dipikirkan dan dirasakan ibu/pengasuh
- Mengenali pengalaman baik dan memuji ibu/pengasuh
- Memberikan bantuan praktis
- Menyampaikan informasi yang relevan
- Menggunakan bahasa sederhana
- Menawarkan satu atau dua saran, bukan perintah

## Latihan: skenario kasus

Tidak, saya belum  
menyusui.  
Payudara saya kosong  
dan masih terlalu sakit  
untuk duduk!



© UNICEF/UNI130644/Vishwanathan

# Manakah tanggapan yang lebih bermanfaat?

“Ibu harus bersabar dan membiarkan bayi menyusu agar ASI keluar.”

“Mari saya bantu agar lebih nyaman, saya bawakan minuman untuk Ibu.”



# Keterampilan Konseling: Membangun Kepercayaan Diri dan Memberi Dukungan

- Menerima apa yang dipikirkan dan dirasakan ibu/pengasuh
- Mengenali pengalaman baik dan memuji ibu/pengasuh
- Memberikan bantuan praktis
- Menyampaikan informasi yang relevan
- Menggunakan bahasa sederhana
- Menawarkan satu atau dua saran, bukan perintah

**Simulasi:** Menyampaikan informasi yang relevan

**Seorang ibu melahirkan sehari yang lalu dengan kondisi payudara yang lembek dan khawatir karena ASI-nya belum keluar**

**Pada hari pertama kebutuhan bayi masih terpenuhi cukup dengan kolostrum sehingga payudara masih lembek namun bayi tetap sering disusui untuk meningkatkan produksi ASI seiring dengan peningkatan kebutuhan bayi**

# Keterampilan Konseling: Membangun Kepercayaan Diri dan Memberi Dukungan

- Menerima apa yang dipikirkan dan dirasakan ibu/pengasuh
- Mengenali pengalaman baik dan memuji ibu/pengasuh
- Memberikan bantuan praktis
- Menyampaikan informasi yang relevan
- Menggunakan bahasa sederhana
- Menawarkan satu atau dua saran, bukan perintah

**Simulasi:** Menggunakan bahasa sederhana

***Foremilk*** biasanya lebih encer dan ***hindmilk*** lebih banyak mengandung lemak

***ASI awal*** biasanya lebih encer dan ***ASI akhir*** lebih banyak mengandung lemak

# Keterampilan Konseling: Membangun Kepercayaan Diri dan Memberi Dukungan

- Menerima apa yang dipikirkan dan dirasakan ibu/pengasuh
- Mengenali pengalaman baik dan memuji ibu/pengasuh
- Memberikan bantuan praktis
- Menyampaikan informasi yang relevan
- Menggunakan bahasa sederhana
- Menawarkan satu atau dua saran, bukan perintah

# Manakah tanggapan yang berupa saran atau perintah?

“Ibu harus menyusui Fatima setidaknya 10 kali sehari”

“Mungkin akan membantu jika Ibu lebih sering menyusui Fatima”



© UNICEF/UN0281006/Vishwanathan

# Penugasan

- Latihan Kasus Keterampilan Membangun Percaya Diri dan Memberi Dukungan

# Latihan 4A. Menerima yang dipikirkan dan dirasakan ibu

Contoh:

- Ibu: “Saya memberikan air minum untuk bayi jika hari sedang panas.”

Tanggapan:

- “Tidak perlu! ASI sudah mengandung cukup air.” →
  - “Ya, bayi membutuhkan air saat cuaca panas.” →
  - “Ibu merasa bayi membutuhkan air minum jika hari panas?” →
- Setuju
  - Tidak setuju
  - Menerima

Latihan:

- Ibu: “Bayi saya mengalami diare, jadi saya tidak akan menyusui sampai dia sembuh.”

Tanggapan

- “Ibu tidak ingin memberikan ASI sekarang?”
  - “Cukup aman untuk tetap menyusui selama dia diare.”
  - “Yang terbaik adalah berhenti menyusui selama diare.”
- Setuju
  - Tidak setuju
  - Menerima 5/4A

# Latihan 4A. Menerima yang dipikirkan dan dirasakan ibu

Latihan:

- Ibu: “ASI pertama tidak bagus, jadi saya akan membuangnya sampai habis.”

Tanggapan:

- “ASI pertama sangat penting bagi bayi.”
- “Menurut Ibu ASI pertama tidak baik untuk bayi.”
- “Hanya perlu satu atau dua hari sebelum susu pertama habis.”
- Setuju
- Tidak setuju
- Menerima

# Latihan 4B. Mengenali pengalaman baik dan memuji ibu

## Kasus

### Contoh:

- Seorang ibu harus kembali bekerja segera setelah bayinya lahir. Dia memerah ASI di siang hari untuk diberikan kepada bayi saat dia bekerja. Dia terus menyusui bayinya di malam hari. Dia khawatir tidak cukup sering menyusui.

### Latihan:

- Seorang ibu dengan bayi berusia dua hari memberi tahu kita bahwa dia khawatir bayinya tidak mendapatkan cukup ASI. Ibu memberi tahu bahwa bayi terus menangis karena dia haus dan butuh air.

## Tanggapan

- Sudah bagus Ibu terus menyusui bayi di malam hari

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

# Latihan 4B. Mengenali pengalaman baik dan memuji ibu

## Kasus

Latihan:

- Anda merawat ibu baru dan bayinya. Dia memberi tahu bahwa dia sedang menyusui, tetapi keluarganya mengatakan bahwa dia perlu segera memberikan bayi tersebut susu botol agar terbiasa.

## Tanggapan

- \_\_\_\_\_

# Latihan 4C. Menyampaikan informasi yang relevan

## Pernyataan

### Contoh:

- Kolostrum adalah semua yang dibutuhkan bayi dalam beberapa hari pertama.

### Latihan:

- ASI Eksklusif menyediakan semua nutrisi yang dibutuhkan bayi Ibu selama enam bulan pertama.
- Immunoglobulin dalam ASI membantu bayi Ibu terlindungi dari infeksi virus dan bakteri.

## Bahasa sederhana

- ASI pertama berwarna agak kuning, sesuai yang dibutuhkan bayi untuk beberapa hari pertama.

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

# Latihan 4D. Menawarkan satu dua saran, bukan perintah

## Perintah

Contoh:

- “Jangan beri bayi Ibu minum air”

Latihan:

- “Ibu harus lebih sering menyusui bayi”
- “Jangan berikan makanan apa pun kepada bayi Ibu sampai usia enam bulan”

## Saran

- “Pernahkah Ibu berpikir untuk memberi ASI saja?”

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

# Keterampilan Konseling: Membangun Kepercayaan Diri dan Memberi Dukungan

- Menerima apa yang dipikirkan dan dirasakan ibu/pengasuh
- Mengenali pengalaman baik dan memuji ibu/pengasuh
- Memberikan bantuan praktis
- Menyampaikan informasi yang relevan
- Menggunakan bahasa sederhana
- Menawarkan satu atau dua saran, bukan perintah

“

# Tata Cara Konseling Menyusui

Materi Pokok 2



# Tujuan Pembelajaran

Hasil Belajar:

Setelah mengikuti materi ini, peserta mampu melakukan konseling menyusui

Indikator Hasil Belajar:

Setelah mengikuti pembelajaran ini, peserta dapat:

1. Menjelaskan konsep konseling menyusui
2. Melakukan konseling menyusui

# Langkah-Langkah Konseling Menyusui

# 3 Langkah Konseling Menyusui

1. Menilai/Bertanya
2. Menganalisis/Berpikir
3. Melakukan/Bertindak



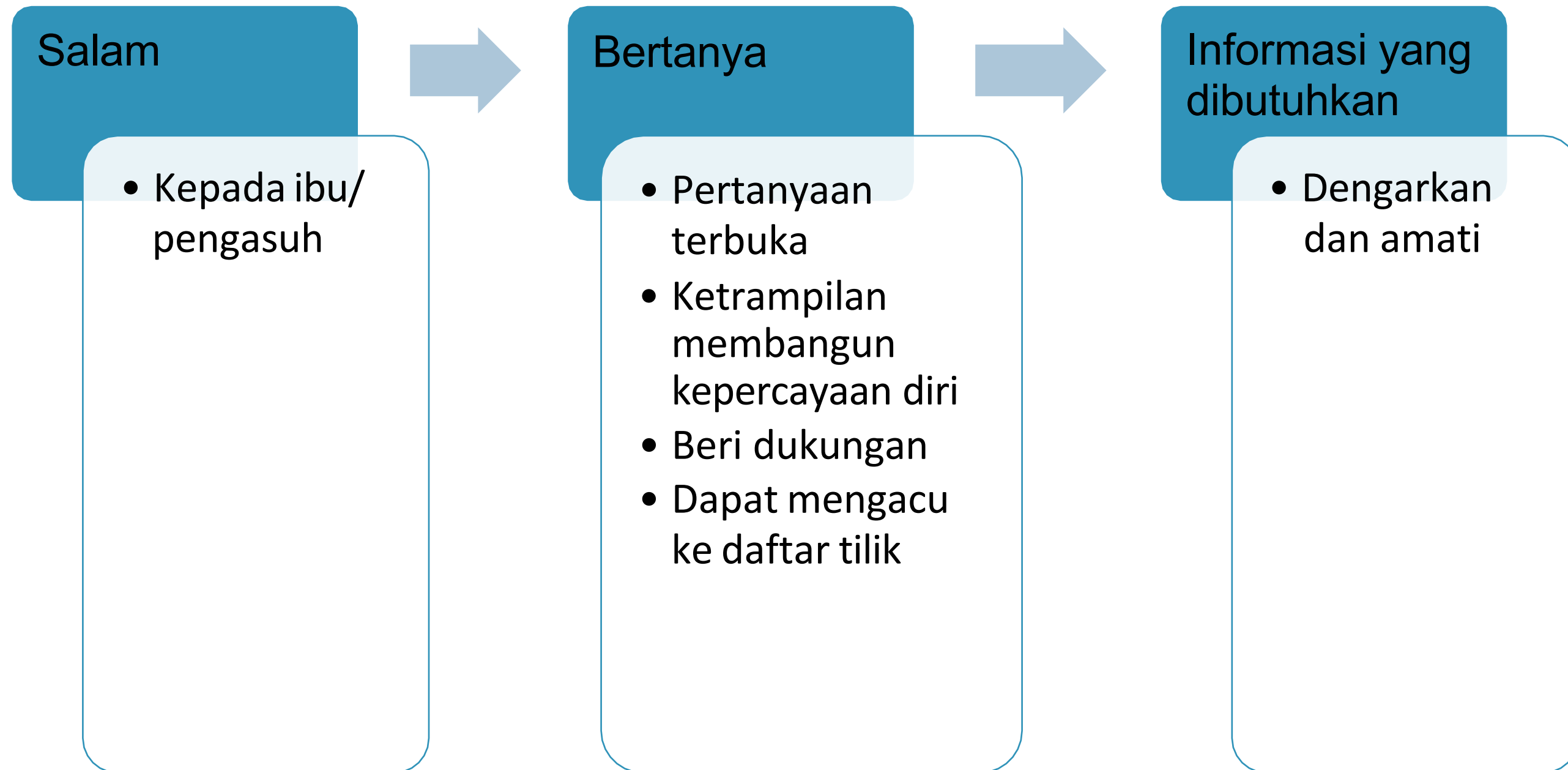
# Langkah 1: Menilai/ bertanya

- Langkah pertama
- Ibu/ ayah/ pengasuh berpartisipasi
- Konselor menggunakan ketrampilan mendengarkan dan mempelajari □ informasi yang dibutuhkan



# ...menilai/ bertanya

## ■ Cara:



# Menggali Riwayat Menyusui

DAFTAR TILIK KONSELOR: MENGGALI RIWAYAT MENYUSUI	
Nama ibu :	Tanggal :
Nama bayi :	Usia bayi :
<b>PEMBERIAN MAKAN BAYI</b>	
<b>ASI</b>	<b>Cairan lain (formula, dll)</b>
<input type="checkbox"/> Frekuensi menyusui	<input type="checkbox"/> Kapan diberikan, berapa jumlahnya
<input type="checkbox"/> Lama menyusui (satu/dua payudara)	<input type="checkbox"/> Penggunaan media minum (botol-dot, dll)
<input type="checkbox"/> Menyusui waktu malam	<input type="checkbox"/> Kesulitan pemberian minum
<b>KESEHATAN BAYI</b>	<input type="checkbox"/> Gangguan anatomi/fungsional
<input type="checkbox"/> KMS/kurva pertumbuhan	<input type="checkbox"/> Perilaku (tidur, menangis)
<input type="checkbox"/> Frekuensi BAK dan BAB	
<b>KEHAMILAN, PERSALINAN, AWITAN MENYUSUI</b>	
<input type="checkbox"/> Perawatan kehamilan	<input type="checkbox"/> Rawat gabung
<input type="checkbox"/> Diskusi pemberian makan prenatal	<input type="checkbox"/> Asupan prelaktal
<input type="checkbox"/> Kontak kulit-ke-kulit, inisiasi menyusui dini	<input type="checkbox"/> Bantuan menyusui pascasalin
<b>KONDISI IBU</b>	
<input type="checkbox"/> Umur	<input type="checkbox"/> Keadaan payudara
<input type="checkbox"/> Kesehatan ibu (termasuk status gizi dan asupan)	<input type="checkbox"/> Pengaturan kehamilan (kontrasepsi)
<input type="checkbox"/> Kebiasaan ibu (kopi-rokok-alkohol-obat)	<input type="checkbox"/> Motivasi menyusui
<b>PENGALAMAN PEMBERIAN MAKAN BAYI SEBELUMNYA</b>	
<input type="checkbox"/> Jumlah anak	<input type="checkbox"/> Menyusui eksklusif atau parsial
<input type="checkbox"/> Berapa anak yang disusui dan durasi menyusui	<input type="checkbox"/> Riwayat penggunaan botol-dot
<b>KELUARGA DAN SITUASI SOSIAL</b>	
<input type="checkbox"/> Situasi pekerjaan	<input type="checkbox"/> Sikap anggota keluarga terhadap menyusui
<input type="checkbox"/> Keadaan ekonomi dan status pendidikan	<input type="checkbox"/> Bantuan pengasuhan anak/bayi

## Langkah 2: Menganalisis/ berpikir

- Menganalisis semua informasi yang didapat
- Menemukan prioritas kesulitan
- Penting untuk langkah berikutnya



# ...menganalisis/ berpikir

- Hal-hal yang perlu diperhatikan:
  - Bagaimana proses menyusui? Apakah sudah sesuai dengan usia bayi? Apakah sesuai dengan rekomendasi? Identifikasi kesulitan dalam menyusui
  - Jika ada >1 kesulitan: prioritas
  - Jawab pertanyaan ibu jika ada

# Langkah 3: Melakukan/ bertindak

- Tergantung usia bayi, kondisi ibu/ pengasuh & hasil analisis, pilih informasi yang relevan
- Beri pujian
- Diskusikan kesulitan yang ditemui, bgmn mengatasinya
- Berikan pilihan / perilaku yang mungkin dilakukan
- Tunjukkan bantuan praktis sesuai prioritas kesulitan
- Minta ibu mengulangi perilaku baru tsb
- Sepakati untuk evaluasi
- Beritahu dimana ibu bisa mendapat dukungan tambahan
- Rujuk bila perlu
- Ucapkan terimakasih



# Kegiatan Konseling Menyusui

# Kesalahan yang sering terjadi pada saat Konseling

- Jangan katakan anda tertarik dengan menyusui  
katakan: anda tertarik dengan “memberi makan bayi” atau cara bayi menyusu”
- Jangan biarkan formulir (alat bantu kerja) menjadi penghalang  
konselor boleh menulis/mengisi formulir setelah berbicara/bertanya
- Jangan tanya ibu apakah boleh mengamati bagaimana ia menyusui  
sampaikan bahwa anda ingin mengamati bagaimana bayinya menyusu

**Kesalahan tersebut membuat ibu merasa dievaluasi atau dihakimi**

# 6 KONTAK KONSELING MENYUSUI

KONTAK KONSELING MENYUSUI	
Kontak 1	Sebelum kelahiran (periode antenatal)
Kontak 2	Selama dan segera setelah lahir (periode perinatal hingga 2-3 hari pertama setelah lahir)
Kontak 3	Pada 1-2 minggu setelah lahir (periode neonatus)
Kontak 4	Dalam 3-4 bulan pertama (awal masa bayi)
Kontak 5	Pada 6 bulan (pada awal pemberian makanan pendamping)
Kontak 6	Setelah 6 bulan (akhir masa bayi dan anak usia dini)
Kontak Tambahan	Kontak tambahan yang diperlukan seperti ketika berencana untuk kembali sekolah atau bekerja, setiap saat ketika muncul kekhawatiran atau tantangan menyusui, atau ketika bersamaan dengan kunjungan lain seperti imunisasi



**Terima Kasih**

---

# FOTO KEGIATAN







---

# UNDANGAN NARASUMBER



# YAYASAN FORT DE KOCK BUKITTINGGI UNIVERSITAS FORT DE KOCK

Jl. Soekarno Hatta, Kelurahan Manggis Ganting Kec. Mandiangin Koto Selayan Telp. 0752-31877 Fax. 0752-31878 Bukittinggi  
e-mail : [informasi@fdk.ac.id](mailto:informasi@fdk.ac.id) Website : <http://fdk.ac.id>

Bukittinggi, 16 Juli 2025

Nomor : 1130/ UFDK/VII/2025  
Lamp : -  
Perihal : Permintaan sebagai Narasumber

Kepada Yth:

Ibu Aftiviona Yusuf, S.Gz

di

Tempat

Dengan Hormat,

Sebelumnya kami mendo'akan semoga Ibu dalam keadaan baik dan dalam lindungan Allah SWT, Amin Ya Rabbal 'Alamin.

Dalam rangka pemenuhan Kuliah praktikum dengan praktisi program Studi Kebidanan Tahun Akademik 2024/2025, maka Program Studi Kebidanan Universitas Fort De Kock Bukittinggi akan melaksanakan kegiatan kuliah praktikum dengan praktisi dengan Tema "Konselor Laktasi".

Oleh karena itu, Bersama surat ini kami mohon kepada Ibu untuk bersedia menjadi Narasumber kegiatan Kuliah Praktisi yang akan dilaksanakan pada :

Hari/Tanggal : Rabu/ 30 Juli 2025

Waktu : 14.30 WIB s/d selesai

Tempat : Aula Gedung Rektorat Universitas Fort De Kock Bukittinggi

Demikianlah surat permohonan ini kami sampaikan, besar harapan kami agar Ibu dapat menjadi Narasumber dalam kegiatan ini. Atas perhatian dari Ibu kami ucapkan terima kasih.

Rektor



Dr. Evi Hasnita, S.Pd, Ns. M.Kes