

KARYA TULIS ILMIAH

**EFEKTIVITAS PROMOSI KESEHATAN TEKNIK MENYUSUI
YANG BENAR TERHADAP PENGETAHUAN DAN PERILAKU
MENYUSUI IBU *POST PARTUM* DENGAN MASALAH
LAKTASI DI PUSKESMAS OESAPA KOTA KUPANG**



**SINDI CLAUDIA BHOKI
PO5303201220894**

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL KESEHATAN POLITEKNIK
KESEHATAN KEMENKES KUPANG JURUSAN
KEPERAWATAN PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
TAHUN 2025**

KARYA TULIS ILMIAH

**EFEKTIVITAS PROMOSI KESEHATAN TEKNIK MENYUSUI
YANG BENAR TERHADAP PENGETAHUAN DAN PERILAKU
MENYUSUI IBU *POST PARTUM* DENGAN MASALAH
LAKTASI DI PUSKESMAS OESAPA KOTA KUPANG**

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program Diploma III Keperawatan



SINDI CLAUDIA BHOKI
PO5303201220894

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL KESEHATAN POLITEKNIK
KESEHATAN KEMENKES KUPANG JURUSAN
KEREPAWATAN KUPANG PROGRAM STUDI DIII
KEPERAWATAN TAHUN 2025**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sindi Claudia Bhoki

NIM : PO5303201220894

Progam Studi : Diploma III Keperawatan

Perguruan Tinggi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah (KTI) yang saya tulis ini adalah benar – benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Kupang, 26 Agustus 2025

Pembuat Pernyataan



Sindi Claudia Bhoki
PO5303201220894

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Sindi Claudia Bhoki, NIM: PO5303201220894 dengan judul "Efektivitas Promosi Kesehatan Teknik Menyusui Yang Benar Terhadap Pengetahuan dan Perilaku Menyusui Pada Ibu *Postpartum* dengan Masalah Laktasi Di Puskesmas Oesapa " telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan pada tanggal 03 Juli 2025

Disusun oleh



Sindi Claudia Bhoki

PO5303201220894

Telah disetujui untuk diseminarkan di depan Dewan Penguji Prodi D-III
Keperawatan Polteknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Kupang, 01 Juli 2025

Mengetahui

Pembimbing



Dr. Ina Debora Ratu Ludji, S.Kp., M.Kes

NIP.196806181990032001

Penguji



Dr. Ns. Emilia Erningwati Akoit, S.Kep., M.Kep

NIP. 1981063022005012001

**LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH**

**EFEKTIVITAS PROMOSI KESEHATAN TEKNIK MENYUSUI YANG
BENAR TERHADAP PENGETAHUAN DAN PERILAKU MENYUSUI IBU
POSTPARTUM DENGAN MASALAH LAKTASI DI PUSKESMAS OESAPA
KOTA KUPANG**

Disusun Oleh



Sindi Claudia Bhoki
PO5303201220894

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal:

Kupang, 03 Juli 2025

Mengesahkan

Penguji 2



Dr. Ina Debora Ratu Ludji, S.Kp., M.Kes
NIP.196806181990032001

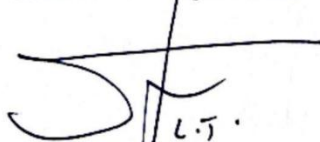
Penguji 1



Dr. Ns. Emilia Erningwati Akoit, S.Kep., M.Kep
NIP.1981063022005012002

Mengesahkan

Ketua Jurusan Keperawatan



Dr. Florentianus Tat, S.Kp., M.Kes
NIP.196911281993031005

Mengetahui

Ketua Prodi D-III Keperawatan



Margareta Teli, S.Kep., Ns., M.Sc- PH. PhD
NIP.197707272000032002

BIODATA PENULIS

A. DATA DIRI

Nama : Sindi Claudia Bhoki
Tempat / tanggal lahir : Langagedha, 13 Mei 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Katolik
Alamat : Bajawa – Flores

B. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. TKK St. Petrus Bomari lulus tahun 2009
2. SDK Bomari lulus tahun 2015
3. SMPS Katolik Kartini Mataloko lulus tahun 2018
4. SMAS Katolik Regina Pacis Bajawa lulus tahun 2021
5. Mahasiswa Prodi D III Jurusan Keperawatan Kementerian Kesehatan
kupang tahun 2022-2025

MOTO

”Setiap hari adalah kesempatan untuk belajar dan bertumbuh”

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan Kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan judul **“Efektivitas Promosi Kesehatan Teknik Menyusui Yang Benar Terhadap Pengetahuan dan Perilaku Menyusui Pada Ibu *Postpartum* Dengan Masalah Laktasi Di Puskesmas Oesapa Kota Kupang”**. Karya tulis ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Diploma III Keperawatan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang.

Penulis menyadari bahwa mendapatkan banyak dukungan dan bimbingan dalam menyusun karya ilmiah ini. Hal ini termasuk bantuan tenaga, pikiran, dan dukungan moral. Oleh karena itu, penulis menyampaikan rasa terima kasih yang tulus kepada Ibu Dr. Ina Debora Ratu Ludji, S.Kp,M.Kes selaku pembimbing yang dengan penuh kesabaran, ketelitian dan totalitas dalam menyumbangkan ide – ide dalam penulisan karya tulis ilmiah ini. Terimakasih penulis sampaikan kepada Ibu Dr. Ns. Emilia Erningwati Akoit, S.Kep,M.Kep selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktu untuk melakukan pemeriksaan dan memberikan saran untuk menyelesaikan karya ilmiah ini. Banyak pihak mendukung dan membimbing penulis. Untuk itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Irfan,SKM.,M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang
2. Bapak Dr. Florentianus Tat, S.Kp, M.Kes, selaku Ketua Jurusan Keperawatan dan dosen pemimbing akademik yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan studi kasus deskriptif ini. Selain itu, telah membantu, mengarahkan, dan mendorong penulis selama mereka belajar di Poltekkes Kemenkes Kupang, Jurusan Keperawatan, Prodi Diploma III keperawatan.
3. Ibu Margareta Teli. S.Kep.,Ns.,M.Sc-PH,PhD, selaku ketua Program Studi Diploma III Jurusan Keperawatan Kupang.

4. Ibu Dr. Ina Debora Ratu Ludji, S.Kp, M.Kes, selaku pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk membantu dan mengarahkan penulis selama mereka menyusun proposal karya ilmiah ini
5. Ibu Dr. Ns. Emilia Erningwati Akoit, S.Kep, M.Kep selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktu dan memberikan saran yang sangat membantu dan berguna untuk perbaikan proposal karya ilmiah ini.
6. Seluruh Civitas Akademik Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang yang telah memberikan bimbingan kepada penulis selama mereka mengikuti pendidikan di kampus dan di lahan praktek
7. Kedua orang tua yang tercinta Bapak Servasius Sopo, Mama Albina Wae, Kakak Dion, Kakak Deri, dan keluarga besar yang telah mendukung saya dalam perjalanan saya hingga saat ini dengan doa dan bantuan materi serta memberikan semangat untuk menyelesaikannya. Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan saya.
8. Sahabat, Penghuni asrama Flamboyan, dan teman kelas reguler C angkatan 31 D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang yang telah memberikan dukungan, nasihat, dan informasi selama ini.
9. Setiap pihak yang tidak dapat disebutkan secara eksplisit oleh penulis yang telah memberikan bantuan dan dukungan dalam penyusunan karya ilmiah
10. Terakhir, suatu kebanggaan untuk sendiri karena telah memeluk diri ini hingga mampu berusaha dan berjuang untuk terus semangat sesulit apapun prosesnya selalu yakin bahwa Tuhan Yesus dan Bunda Maria akan selalu mendampingi.

Penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang membangun karena penulis menyadari keterbatasan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Terakhir, penulis berharap karya ilmiah ini membantu penulis dan pembaca.

Kupang, Juli 2025

Penulis

ABSTRAK

EFEKTIVITAS PROMOSI KESEHATAN TEKNIK MENYUSUI YANG BENAR TERHADAP PENGETAHUAN DAN PERILAKU MENYUSUI IBU *POSTPARTUM* DENGAN MASALAH LAKTASI DI PUSKESMAS OESAPA KOTA KUPANG

Sindi Claudia Bhoki¹, Ina Debora Ratu Ludji², Emilia Erningwati Akoit³

Prodi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang

Email : sindiclaudiabhoki@gmail.com

ASI merupakan sumber nutrisi terbaik bagi bayi, namun banyak ibu *postpartum* mengalami masalah laktasi seperti puting susu lecet, payudara bengkak, dan perlekatan yang tidak tepat. Masalah ini sering muncul akibat kurangnya pengetahuan tentang teknik menyusui yang benar. Promosi kesehatan dapat menjadi solusi untuk meningkatkan pemahaman ibu *postpartum* sehingga keberhasilan menyusui lebih optimal. **Tujuan penelitian** ini untuk mengetahui efektivitas promosi kesehatan teknik menyusui yang benar pada ibu *postpartum* dengan masalah laktasi. **Metode:** penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Partisipan penelitian berjumlah 3 ibu *postpartum* yang mengalami masalah laktasi di Wilayah kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang. Data dikumpulkan melalui wawancara langsung, observasi dan dianalisis dengan tahapan pengumpulan data, penyajian data serta penarikan kesimpulan. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah mendapatkan promosi kesehatan, ibu *postpartum* lebih memahami teknik menyusui yang benar, seperti posisi menyusui, perlekatan bayi, serta cara mengenali tanda bayi sudah kenyang. Edukasi ini membantu ibu mengatasi masalah laktasi dan meningkatkan rasa percaya diri untuk memberikan ASI eksklusif. **Kesimpulan:** Promosi kesehatan teknik menyusui yang benar terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu *postpartum* yang mengalami masalah laktasi. Tenaga kesehatan diharapkan memberikan edukasi menyusui secara rutin pada ibu sejak masa nifas untuk mencegah dan mengatasi masalah laktasi.

Kata kunci : Ibu *Postpartum*, Masalah laktasi, Teknik menyusui yang benar

ABSTRAC

EFFECTIVENESS OF HEALTH PROMOTION OF CORRECT BREASTFEEDING TECHNIQUES ON THE KNOWLEDGE AND BREASTFEEDING BEHAVIOR OF POSTPARTUM MOTHERS WITH LACTATION PROBLEMS AT OESAPA PUBLIC HEALTH CENTER KUPANG CITY

Sindi Claudia Bhoki¹, Ina Debora Ratu Ludji², Emilia Erningwati Akoit³

Prodi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang

Email : sindiclaudiabhoki@gmail.com

Breast milk is the best source of nutrition for babies, but many postpartum mothers experience lactation problems such as sore nipples, engorged breasts, and poor latch. These problems often arise from a lack of knowledge about proper breastfeeding techniques. Health promotion can be a solution to improve postpartum mothers' understanding and optimize breastfeeding success. **The pupose** of this study was to determine the effectiveness of health promotion of correct breastfeeding techniques in postpartum mothers with lactation problems. **Methods:** This study used a qualitative approach with a case study method. Participants were three postpartum mothers experiencing lactation problems in the Oesapa Community Health Center, Kupang City. Data were collected through direct interviews and observations, and analyzed using the following stages: data collection, data presentation, and conclusion drawing. **Results:** The study showed that after receiving health promotion, postpartum mothers had a better understanding of proper breastfeeding techniques, such as breastfeeding positioning, baby attachment, and how to recognize signs of a full baby. This education helped mothers address lactation issues and increased their confidence in exclusively breastfeeding. **Conclusion:** Promoting proper breastfeeding techniques has been shown to be effective in improving the knowledge and skills of postpartum mothers experiencing lactation problems. Healthcare workers are expected to provide regular breastfeeding education to mothers starting in the postpartum period to prevent and address lactation issues.

Keywords: Postpartum mothers, Lactation problems, Correct breastfeeding techniques

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
BIODATA PENULIS	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRAC	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Teoritis	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep Postpartum	7
2.1.1 Definisi Postpartum	7
2.1.2 Tahapan Postpartum.....	7
2.1.3 Adaptasi Fisiologi dan Psikologis.....	8
2.2 Konsep Laktasi.....	14
2.2.1 Pengertian Laktasi.....	14
2.2.2 Fisiologi Laktasi	14
2.2.3 Manfaat Pemberian ASI.....	20
2.2.4 Masalah Dalam Laktasi	21
2.2.5 Faktor – faktor yang mempengaruhi laktasi	24

2.3 Konsep Promosi Kesehatan	25
2.3.1 Definisi Promosi Kesehatan.....	25
3.3.2 Tujuan Promosi Kesehatan	25
2.4 Konsep Teknik Menyusui Yang benar	26
2.4.1 Definisi Menyusui.....	26
2.4.2 Manfaat Menyusui	26
2.4.3 Teknik menyusui yang baik dan benar.....	26
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	31
3.1 Jenis dan Desain Penelitian.....	31
3.2 Subjek penelitian.....	31
3.3 Fokus Studi	31
3.4 Definisi operasional	31
3.5 Instrumen penelitian.....	33
3.6 Metode pengumpulan data.....	33
3.7 Lokasi dan waktu penelitian	33
3.8 Analisis data dan penyajian data.....	33
3.9 Etika penelitian	34
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN	35
4.1 Hasil penelitian	35
4.1.1 Gambaran Umum Penelitian.....	35
4.1.2 Karakteristik Partisipan.....	35
4.1.3 Masalah Laktasi yang dialami ibu Postpartum sebelum diberikan edukasi teknik menyusui di Puskesmas Oesapa Kota Kupang.....	36
4.1.4 Edukasi Teknik Menyusui yang benar Pada Ibu Postpartum di Puskesmas Oesapa	38
4.1.5 Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Teknik Menyusui Yang Benar Di Puskesmas Oesapa Kota Kupang	44
4.1.6 Perilaku Menyusui Ibu Postpartum di Puskesmas Oesapa Kota Kupang	47
4.1.7 Evaluasi pelaksanaan Teknik Menyusui Yang Benar pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Oesapa Kota Kupang	49
4.2 Pembahasan.....	49

4.2.1 Masalah Laktasi Yang Dialami Ibu Postpartum Sebelum Diberikan Promosi Teknik Menyusui Di Puskesmas Oesapa Kota Kupang.....	49
4.2.2 Edukasi Teknik Menyusui Yang Benar Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Oesapa Kota Kupang.....	51
4.2.3 Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Teknik Menyusui Yang Benar Di Puskesmas Oesapa Kota Kupang	52
4.2.4 Perilaku Menyusui Ibu Postpartum Di Puskesmas Oesapa Kota Kupang	53
4.2.5 Evaluasi Pelaksanaan Teknik Menyusui Yang Benar Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Oesapa Kota Kupang	56
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	61
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN.....	62
5.1 KESIMPULAN.....	62
5.2 SARAN.....	63
DAFTAR PUSTAKA	64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Standar Prosedur Operasional Teknik Menyusui Yang Benar	67
Lampiran 2. Satuan Acara Penyuluhan	72
Lampiran 3. Materi Teknik Menyusui Yang Benar	76
Lampiran 4. Poster Teknik Menyusui yang Benar	79
Lampiran 5. Leaflet Edukasi Teknik Menyusui yang Benar	81
Lampiran 6. Informed Consent	80
Lampiran 7. Kuesioner Penelitian	83
Lampiran 8. Lembar Observasi	82
Lampiran 9. Surat Pengambilan Data Awal	85
Lampiran 10. Surat Izin Penelitian	89
Lampiran 11. Surat Keterangan Hasil Cek Plagiasi	92
Lampiran 12. Lembar Konsultasi Bimbingan KTI	93