IMPLEMENTASI POSISI DAN CARA MENYUSUI YANG BENAR TERHADAP PENGETAHUAN DAN PERLEKATAN BAYI PADA IBU NIFAS DI PUSKESMAS WANADADI I KABUPATEN BANJARNEGARA

Kanaya Tabitha[1*], Feti Kumala Dewi[2], Arlyana Hikmati[3]

[1,2,3] *Universitas Harapan Bangsa*
E-mail : tkanaya32@gmail.com[1], vettykumala@gmail.com[2], arlyanahikmanti@uhb.ac.id[3]

ABSTRACT

Exclusive breastfeeding is an important effort to support optimal infant growth and development. Successful breastfeeding is influenced by maternal knowledge and the ability to apply appropriate breastfeeding positions and techniques. This community service activity aimed to improve postpartum mothers' knowledge of correct breastfeeding positions and techniques and to improve infant attachment during breastfeeding at Wanadadi 1 Public Health Center, Banjarnegara Regency. The activity involved six postpartum mothers and was conducted through health education, demonstration, and direct assistance in breastfeeding practices. Data were collected using a pre-test and post-test to assess maternal knowledge, while infant attachment was assessed before and after the intervention using the LATCH Score. The activity consisted of identifying participant characteristics, assessing initial knowledge and infant attachment, providing education, demonstrating appropriate breastfeeding positions and techniques, and assisting mothers in practicing the techniques directly. The results showed that before the intervention, four mothers (66.7%) had a moderate level of knowledge and two mothers (33.3%) had a good level of knowledge. After the intervention, five mothers (83.3%) had a good level of knowledge and one mother (16.7%) had a moderate level of knowledge. Infant attachment also improved, from four mothers (66.7%) with moderate attachment and two mothers (33.3%) with good attachment before the intervention to five mothers (83.3%) with good attachment and one mother (16.7%) with moderate attachment after the intervention. Education and direct assistance in correct breastfeeding positions and techniques can improve maternal knowledge and infant attachment among postpartum mothers.

Keywords : *Postpartum Mothers, Breastfeeding Position, Maternal Knowledge, Infant Attachment, LATCH Score*.

ABSTRAK

Pemberian ASI eksklusif merupakan salah satu upaya penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi. Keberhasilan menyusui dipengaruhi oleh pengetahuan ibu serta kemampuan menerapkan posisi dan teknik menyusui yang benar. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu nifas mengenai posisi dan cara menyusui yang benar serta meningkatkan kualitas perlekatan bayi saat menyusu di Puskesmas Wanadadi 1 Kabupaten Banjarnegara. Kegiatan dilaksanakan dengan metode edukasi dan pendampingan praktik pada 6 ibu nifas. Pengumpulan data dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur pengetahuan, sedangkan perlekatan bayi dinilai sebelum dan sesudah edukasi menggunakan *LATCH Score*. Kegiatan diawali dengan identifikasi karakteristik peserta, pengukuran pengetahuan dan perlekatan awal, pemberian edukasi, demonstrasi posisi dan teknik menyusui, serta praktik langsung dengan pendampingan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebelum edukasi, pengetahuan ibu nifas berada pada kategori cukup sebanyak 4 orang (66,7%) dan baik sebanyak 2 orang (33,3%). Setelah edukasi, pengetahuan meningkat menjadi kategori baik sebanyak 5 orang (83,3%) dan cukup sebanyak 1 orang (16,7%). Penilaian perlekatan juga menunjukkan peningkatan, dari kategori cukup sebanyak 4 orang (66,7%) dan baik sebanyak 2 orang (33,3%) menjadi kategori baik sebanyak 5 orang (83,3%) dan cukup sebanyak 1 orang (16,7%). Edukasi dan pendampingan posisi serta cara menyusui yang benar dapat meningkatkan pengetahuan dan kualitas perlekatan bayi pada ibu nifas.

Kata Kunci : Ibu Nifas, Pengetahuan, Posisi Menyusui, Perlekatan Bayi, *LATCH Score*

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi utama yang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi, terutama selama enam bulan pertama kehidupan. Pemberian ASI secara eksklusif memberikan berbagai manfaat bagi bayi maupun ibu, termasuk mendukung pertumbuhan, perkembangan sistem kekebalan tubuh, serta memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi. Meskipun menyusui merupakan proses alami, keberhasilannya tidak hanya bergantung pada kemampuan fisiologis ibu dalam memproduksi ASI, tetapi juga pada pengetahuan dan keterampilan ibu dalam menerapkan posisi serta teknik menyusui yang tepat.

Secara global, praktik pemberian ASI eksklusif masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat. Menurut laporan *World Health Organization* (WHO), pada tahun 2023 cakupan ASI eksklusif secara global baru mencapai 48%, masih berada di bawah target global sebesar 50% pada tahun 2025 (WHO & UNICEF, 2023). Di Indonesia, berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, proporsi bayi usia 0–6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif mencapai 55,5%, sedangkan target nasional yang ditetapkan adalah 80% (Kemenkes, 2024). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa upaya peningkatan keberhasilan pemberian ASI eksklusif masih diperlukan, termasuk melalui peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam menyusui.

ASI memiliki kandungan zat gizi dan komponen imunologis yang mendukung pertumbuhan serta perkembangan bayi. Pemberian ASI eksklusif juga berkaitan dengan pertumbuhan bayi yang lebih optimal. Bayi yang memperoleh ASI secara eksklusif memiliki kemungkinan 1,62 kali lebih besar untuk tumbuh secara normal dibandingkan dengan bayi yang tidak memperoleh ASI eksklusif. Selain mendukung pertumbuhan fisik, ASI berperan dalam perkembangan kognitif dan pencapaian potensi kecerdasan anak. Namun, capaian pemberian ASI eksklusif sampai usia enam bulan di Indonesia masih menunjukkan kesenjangan, sehingga diperlukan intervensi yang dapat meningkatkan keberhasilan praktik menyusui (Munir & Lestari, 2023).

Salah satu faktor yang berperan dalam keberhasilan menyusui adalah kemampuan ibu menerapkan teknik menyusui yang benar. Menyusui merupakan keterampilan yang perlu dipelajari dan dikembangkan oleh ibu maupun bayi. Keterampilan tersebut mencakup kemampuan memosisikan tubuh ibu dan bayi, melakukan *latch-on* atau pelekatan yang tepat, serta mempertahankan proses menyusui secara nyaman dan efektif. Pengetahuan mengenai teknik menyusui menjadi penting karena ibu yang kurang memahami cara menyusui yang benar lebih berisiko mengalami berbagai kendala, seperti puting lecet, aliran ASI yang tidak lancar, bayi tidak puas menyusu, serta masalah dalam mempertahankan pemberian ASI (Herlinda dkk., 2025).

Ketidaktepatan posisi dan pelekatan dapat menyebabkan bayi tidak memperoleh ASI secara optimal. Pelekatan yang tidak tepat juga dapat menimbulkan trauma pada puting, rasa nyeri, dan stres psikologis pada ibu, yang pada akhirnya dapat mengganggu keberlanjutan proses menyusui. Selain itu, teknik menyusui yang kurang tepat dapat meningkatkan risiko berbagai permasalahan pada bayi, termasuk kurang optimalnya asupan nutrisi dan meningkatnya risiko infeksi akibat kurangnya perlindungan imun dari ASI (Wahyuni dkk., 2025). Oleh karena itu, kemampuan ibu dalam menerapkan posisi dan teknik menyusui yang benar merupakan bagian penting dalam mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Masalah lain yang dapat muncul akibat teknik menyusui yang kurang tepat adalah bendungan ASI. Bendungan ASI merupakan kondisi pembengkakan payudara yang terjadi akibat peningkatan aliran darah vena dan limfa serta akumulasi ASI. Kondisi tersebut dapat dipengaruhi

oleh berbagai faktor, seperti frekuensi menyusui yang tidak teratur, kemampuan bayi menyusu yang belum optimal, posisi menyusui yang salah, penggunaan bra yang terlalu ketat, kelainan puting, kurangnya perawatan payudara, serta rendahnya pengetahuan ibu mengenai perawatan payudara (Tifanni dkk., 2024). Dengan demikian, peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu mengenai teknik menyusui menjadi salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi berbagai masalah selama masa menyusui.

Pengetahuan ibu mengenai posisi menyusui juga menjadi aspek penting, terutama pada ibu yang baru pertama kali melahirkan. Ibu primipara umumnya belum memiliki pengalaman menyusui sehingga membutuhkan informasi, pendampingan, dan demonstrasi secara langsung. Sebaliknya, ibu multipara memiliki pengalaman menyusui sebelumnya yang dapat membantu dalam memahami posisi dan teknik menyusui, meskipun pengalaman tersebut tidak selalu menjamin penerapan teknik yang benar. Faktor usia, pekerjaan, paritas, pengalaman, dukungan keluarga, serta dukungan tenaga kesehatan dapat memengaruhi kemampuan ibu dalam menerima dan menerapkan informasi mengenai menyusui.

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu strategi yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu. Edukasi mengenai teknik menyusui terbukti dapat menghasilkan perubahan pengetahuan dan praktik sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Pemberian edukasi yang disertai demonstrasi secara langsung memungkinkan ibu tidak hanya memperoleh informasi secara teoritis, tetapi juga melihat dan mempraktikkan cara memosisikan bayi serta memperbaiki pelekatan secara langsung (Gustirini dkk., 2024). Pemberian penyuluhan dan demonstrasi pada ibu nifas juga dapat membantu mempersiapkan kondisi fisik dan psikologis ibu dalam menyusui serta mengatasi berbagai masalah laktasi (Afrinita dkk., 2024).

Teknik menyusui yang benar mencakup beberapa komponen utama, yaitu posisi ibu yang nyaman, posisi bayi yang tepat, keselarasan tubuh ibu dan bayi, serta pelekatan bayi pada payudara. Posisi yang tepat memungkinkan bayi memperoleh ASI secara lebih efektif dan membantu ibu menyusui dengan nyaman. Beberapa posisi yang dapat diterapkan antara lain *cradle hold*, *laid-back nursing*, *side-lying*, dan *football hold*. Masing-masing posisi dapat disesuaikan dengan kondisi ibu dan bayi. *Cradle hold* merupakan posisi yang umum digunakan dengan kepala bayi berada pada lekukan siku ibu. *Laid-back nursing* dilakukan dengan posisi ibu setengah berbaring dan bayi berada di dada ibu sehingga bayi dapat memanfaatkan refleks alaminya untuk mencari payudara. Sementara itu, *side-lying* memungkinkan ibu dan bayi menyusui dalam posisi berbaring miring, sedangkan *football hold* menempatkan bayi di sisi tubuh ibu dengan kaki mengarah ke belakang. Pemilihan posisi yang tepat dapat meningkatkan kenyamanan dan membantu ibu memperoleh pelekatan bayi yang lebih optimal.

Pelekatan merupakan komponen penting dalam teknik menyusui karena menentukan efektivitas hisapan bayi. Pelekatan yang baik ditandai antara lain dengan mulut bayi terbuka lebar, dagu menyentuh payudara, sebagian besar areola masuk ke dalam mulut bayi, dan hisapan bayi berlangsung secara ritmis. Posisi dan pelekatan yang tepat tidak hanya membantu bayi mendapatkan ASI secara optimal, tetapi juga mengurangi risiko nyeri dan trauma pada puting. Pengetahuan dan keterampilan ibu dalam melakukan pelekatan perlu diperoleh melalui edukasi yang mudah dipahami dan, apabila memungkinkan, disertai praktik langsung.

Beberapa penelitian sebelumnya mendukung pentingnya edukasi mengenai posisi dan teknik menyusui. Hasil penelitian Triana dkk. (2025) menunjukkan bahwa sebelum diberikan penyuluhan, sebanyak 65% responden memiliki tingkat pengetahuan rendah, 25% memiliki pengetahuan cukup, dan hanya 10% memiliki pengetahuan baik. Setelah diberikan penyuluhan,

terjadi peningkatan pengetahuan, dengan 70% responden berada pada kategori baik, 25% cukup, dan hanya 5% berada pada kategori kurang. Temuan tersebut menunjukkan bahwa penyuluhan yang diberikan secara langsung dan disertai demonstrasi dapat meningkatkan pemahaman ibu mengenai posisi menyusui.

Penelitian lain mengenai faktor yang berkaitan dengan bendungan ASI menunjukkan bahwa sebanyak 36 ibu nifas (55,4%) memiliki posisi menyusui yang kurang tepat dan 55 ibu nifas (84,6%) tidak melakukan perawatan payudara. Sebanyak 36 ibu nifas (55,4%) mengalami bendungan ASI. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara posisi menyusui dan kejadian bendungan ASI dengan *p-value* = 0,099 ($p > 0,05$). Namun, terdapat hubungan signifikan antara perawatan payudara dan kejadian bendungan ASI dengan *p-value* = 0,030 ($p < 0,05$) (Tifanni dkk., 2024). Hasil tersebut menunjukkan bahwa permasalahan menyusui bersifat multifaktorial, sehingga edukasi kepada ibu perlu mencakup berbagai aspek yang mendukung keberhasilan laktasi.

Di Provinsi Jawa Tengah, cakupan ASI eksklusif pada tahun 2023 tercatat sebesar 64,3%, menurun dibandingkan tahun sebelumnya yang mencapai 71,4% (Dinkes Jateng, 2023). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa peningkatan cakupan ASI eksklusif masih menjadi tantangan, termasuk di tingkat pelayanan kesehatan dasar. Dalam konteks Kabupaten Banjarnegara, upaya peningkatan keberhasilan menyusui perlu dilakukan melalui pelayanan yang memberikan perhatian terhadap kebutuhan ibu nifas, termasuk kemampuan dalam menerapkan posisi dan teknik menyusui yang benar.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat pada Januari 2026 di Puskesmas Wanadadi I Kabupaten Banjarnegara, ditemukan bahwa enam ibu nifas yang baru memiliki bayi mengalami kesulitan dalam menentukan posisi menyusui yang tepat. Ibu nifas selama ini telah memperoleh komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) mengenai cara menyusui yang benar, tetapi masih membutuhkan pendampingan praktik agar mampu menerapkan posisi dan teknik tersebut secara tepat. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara informasi yang telah diterima dengan kemampuan ibu dalam mempraktikkan teknik menyusui secara langsung.

Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan implementasi posisi dan cara menyusui yang benar melalui pendekatan edukasi, demonstrasi, dan pendampingan langsung. Intervensi dilakukan dengan mengidentifikasi karakteristik ibu nifas berdasarkan usia, pekerjaan, dan paritas, kemudian menilai pengetahuan serta perlekatan bayi sebelum intervensi. Selanjutnya, ibu diberikan edukasi dan demonstrasi mengenai posisi serta teknik menyusui yang benar, termasuk cara memperbaiki *latch-on*. Setelah implementasi dilakukan, pengetahuan dan perlekatan bayi dievaluasi kembali untuk mengetahui perubahan yang terjadi.

Penerapan posisi menyusui yang tepat diharapkan dapat meningkatkan kemampuan ibu dalam mempraktikkan teknik menyusui secara mandiri, meningkatkan kenyamanan ibu dan bayi, serta membantu bayi memperoleh pelekatan yang lebih optimal. Edukasi juga dapat diperkuat dengan pemberian media pendukung berupa buku saku atau *leaflet* yang memuat langkah-langkah posisi dan cara menyusui yang benar sehingga ibu dapat mengulang praktik tersebut secara mandiri di rumah.

Dengan demikian, implementasi posisi dan cara menyusui yang benar merupakan salah satu upaya promotif dan edukatif yang dapat dilakukan pada ibu nifas di fasilitas pelayanan kesehatan. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu mengenai teknik menyusui sekaligus memperbaiki perlekatan bayi. Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan

pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mengidentifikasi karakteristik ibu nifas berdasarkan usia, pekerjaan, dan paritas, mengidentifikasi tingkat pengetahuan ibu mengenai posisi dan cara menyusui yang benar, serta menilai perlekatan bayi sebelum dan sesudah implementasi teknik menyusui yang benar di Puskesmas Wanadadi I Kabupaten Banjarnegara.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan edukasi dan praktik langsung mengenai posisi dan cara menyusui yang benar terhadap pengetahuan dan perlekatan bayi pada ibu nifas. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Januari 2026 di Puskesmas Wanadadi I Kabupaten Banjarnegara. Sasaran kegiatan adalah enam ibu nifas yang diperoleh melalui koordinasi dengan bidan Puskesmas Wanadadi I. Tahap persiapan dilakukan melalui survei lapangan untuk mengetahui kondisi dan permasalahan ibu nifas, penyusunan proposal, pengurusan perizinan dari Fakultas Kesehatan Universitas Harapan Bangsa, serta koordinasi dengan bidan Puskesmas Wanadadi I mengenai teknis pelaksanaan kegiatan.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan mengunjungi ruang nifas dan menjelaskan maksud serta tujuan kegiatan kepada peserta. Selanjutnya, ibu nifas mengisi kuesioner identitas yang meliputi usia, jumlah anak, jumlah anak hidup, pendidikan, dan pekerjaan. Pengukuran awal (*pre-test*) dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu mengenai posisi dan cara menyusui yang benar menggunakan kuesioner dalam bentuk *Google Form*. Selain pengetahuan, dilakukan observasi awal terhadap perlekatan bayi saat menyusu.

Setelah pengukuran awal, peserta diberikan komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) mengenai posisi dan cara menyusui yang benar. Materi yang diberikan meliputi posisi ibu dan bayi, keselarasan tubuh ibu dan bayi, cara membantu bayi membuka mulut, teknik *latch-on*, serta tanda-tanda perlekatan yang benar. Edukasi dilanjutkan dengan demonstrasi dan praktik langsung sesuai SOP. Peserta dibimbing untuk mempraktikkan beberapa posisi menyusui, seperti *cradle hold*, *laid-back nursing*, *side-lying*, dan *football hold*, dengan menyesuaikan kondisi serta kenyamanan ibu dan bayi.

Selama praktik, ibu diarahkan untuk memastikan tubuh bayi sejajar dengan tubuh ibu, perut bayi menghadap perut ibu, kepala dan leher bayi tersangga dengan baik, serta hidung bayi sejajar dengan puting. Ibu kemudian dibimbing untuk merangsang bayi membuka mulut dan mendekatkan bayi ke payudara hingga sebagian besar areola masuk ke dalam mulut bayi. Perlekatan dinilai berdasarkan indikator mulut bayi terbuka lebar, dagu bayi menyentuh payudara, sebagian besar areola masuk ke mulut bayi dengan bagian areola lebih banyak terlihat di atas, serta hisapan bayi berlangsung efektif dan ritmis.

Setelah edukasi dan praktik selesai, dilakukan pengukuran kembali (*post-test*) untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan ibu. Perlekatan bayi juga dinilai kembali menggunakan indikator yang sama. Monitoring dilakukan selama proses edukasi dan praktik untuk memastikan ibu mampu memahami dan menerapkan teknik yang diberikan. Peserta juga diberikan *leaflet* atau panduan singkat sebagai media untuk membantu ibu menerapkan posisi dan cara menyusui yang benar secara mandiri di rumah.

Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan hasil pengetahuan dan perlekatan bayi sebelum dan sesudah diberikan edukasi serta implementasi posisi dan cara menyusui yang benar. Karakteristik peserta disajikan berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan, dan paritas. Mengingat jumlah peserta hanya enam orang, hasil kegiatan digunakan untuk

menggambarkan perubahan pada peserta dan tidak dimaksudkan untuk digeneralisasikan pada seluruh ibu nifas.

Target kegiatan adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu nifas dalam menerapkan posisi dan cara menyusui yang benar sehingga dapat meningkatkan kenyamanan ibu dan bayi serta mengoptimalkan perlekatan bayi. Luaran kegiatan berupa peningkatan pemahaman dan keterampilan ibu nifas serta publikasi hasil kegiatan pada jurnal yang terakreditasi.

HASIL PENELITIAN DAN DISKUSI

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini melibatkan 6 ibu nifas dan 6 anggota keluarga yang mendampingi selama kegiatan di Puskesmas Wanadadi I Kabupaten Banjarnegara. Karakteristik peserta yang disajikan meliputi usia, paritas, pendidikan, dan pekerjaan. Distribusi karakteristik ibu nifas dan keluarga disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Ibu Nifas dan Keluarga Pendamping di Puskesmas Wanadadi I Kabupaten Banjarnegara

Karakteristik	Kategori	Ibu Nifas n (%)	Keluarga n (%)
Usia	<20 tahun	1 (16,7%)	0 (0%)
	20–35 tahun	5 (83,3%)	6 (100%)
	>35 tahun	0 (0%)	0 (0%)
Total		**6 (100%)**	**6 (100%)**
Paritas	Nulipara (0)	0 (0%)	3 (50%)
	Primipara (1)	2 (33,3%)	2 (33,3%)
	Multipara (2–3)	4 (66,7%)	1 (16,7%)
	Grandemultipara (>4)	0 (0%)	0 (0%)
Pendidikan	SD	0 (0%)	0 (0%)
	SMP	0 (0%)	0 (0%)
	SMA	6 (100%)	6 (100%)
	Diploma/Sarjana	0 (0%)	0 (0%)
Pekerjaan	IRT	2 (33,3%)	—
	Swasta	4 (66,7%)	—
	Pedagang	0 (0%)	—
	Karyawan swasta	0 (0%)	—

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas ibu nifas berada pada kelompok usia 20–35 tahun, yaitu sebanyak 5 orang (83,3%), sedangkan 1 orang (16,7%) berusia <20 tahun dan tidak terdapat ibu nifas berusia >35 tahun. Seluruh anggota keluarga pendamping berada pada kelompok usia 20–35 tahun, yaitu sebanyak 6 orang (100%).

Berdasarkan paritas, sebagian besar ibu nifas merupakan multipara, yaitu 4 orang (66,7%), sedangkan primipara sebanyak 2 orang (33,3%). Tidak terdapat ibu nifas dalam kategori nulipara maupun grandemultipara. Pada kelompok keluarga pendamping, sebanyak 3 orang (50%) berada pada kategori nulipara, 2 orang (33,3%) primipara, dan 1 orang (16,7%) multipara. Dari aspek pendidikan, seluruh ibu nifas dan anggota keluarga memiliki pendidikan terakhir SMA, masing-masing sebanyak 6 orang (100%). Berdasarkan pekerjaan, ibu nifas sebagian besar bekerja pada sektor swasta sebanyak 4 orang (66,7%), sedangkan 2 orang (33,3%) merupakan ibu rumah tangga (IRT).

Selanjutnya, pengukuran dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu nifas mengenai posisi dan cara menyusui yang benar sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Hasil distribusi tingkat pengetahuan ibu nifas disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas tentang Posisi dan Cara Menyusui yang Benar

No.	Tingkat Pengetahuan	*Pre-test* n (%)	*Post-test* n (%)
1	Kurang	1 (16,7%)	0 (0%)
2	Cukup	2 (33,3%)	0 (0%)
3	Baik	3 (50%)	6 (100%)
Total		**6 (100%)**	**6 (100%)**

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi, sebanyak 3 ibu nifas (50%) memiliki tingkat pengetahuan baik, 2 orang (33,3%) berada pada kategori cukup, dan 1 orang (16,7%) berada pada kategori kurang. Setelah diberikan edukasi mengenai posisi dan cara menyusui yang benar, seluruh ibu nifas berada pada kategori pengetahuan baik, yaitu sebanyak 6 orang (100%). Tidak terdapat lagi ibu nifas dalam kategori pengetahuan cukup maupun kurang. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan setelah diberikan edukasi mengenai posisi dan cara menyusui yang benar.

Selain pengetahuan, kegiatan ini juga melakukan penilaian terhadap perlekatan bayi menggunakan *Latch Score* sebelum dan sesudah diberikan edukasi serta pendampingan. Distribusi hasil penilaian perlekatan bayi disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Perlekatan Bayi (*Latch Score*) Sebelum dan Sesudah Edukasi

No.	Kategori Perlekatan	*Pre-test* n (%)	*Post-test* n (%)
1	Kurang	1 (16,7%)	0 (0%)
2	Sedang	2 (33,3%)	2 (33,3%)
3	Tinggi	3 (50%)	4 (66,7%)
Total		**6 (100%)**	**6 (100%)**

Berdasarkan Tabel 3, sebelum diberikan edukasi dan pendampingan, sebanyak 3 bayi (50%) memiliki perlekatan kategori tinggi, 2 bayi (33,3%) berada pada kategori sedang, dan 1 bayi (16,7%) berada pada kategori kurang. Setelah diberikan edukasi dan pendampingan mengenai posisi serta cara menyusui yang benar, kategori perlekatan tinggi meningkat menjadi 4 bayi (66,7%), kategori sedang tetap sebanyak 2 bayi (33,3%), dan tidak terdapat lagi bayi dengan kategori perlekatan kurang.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan adanya perubahan positif setelah diberikan edukasi dan implementasi posisi serta cara menyusui yang benar. Perubahan paling terlihat pada tingkat pengetahuan, yaitu seluruh ibu nifas mencapai kategori baik setelah intervensi. Pada aspek perlekatan, terjadi peningkatan kategori tinggi dari 50% menjadi 66,7% dan penurunan kategori kurang dari 16,7% menjadi 0%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemberian edukasi yang disertai demonstrasi dan pendampingan praktik dapat membantu meningkatkan pengetahuan ibu sekaligus mendukung perbaikan perlekatan bayi selama proses menyusui.

Pembahasan

Karakteristik peserta menunjukkan bahwa sebagian besar ibu nifas berada pada usia 20–35 tahun, yaitu 5 orang (83,3%), sedangkan 1 orang (16,7%) berusia <20 tahun. Seluruh keluarga pendamping berada pada rentang usia 20–35 tahun (100%). Berdasarkan paritas, sebagian besar ibu nifas merupakan multipara sebanyak 4 orang (66,7%) dan primipara sebanyak 2 orang (33,3%). Seluruh ibu nifas dan keluarga memiliki pendidikan terakhir SMA (100%). Karakteristik

tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar peserta berada pada usia reproduksi sehat dan memiliki tingkat pendidikan yang relatif homogen, sehingga informasi mengenai posisi dan teknik menyusui dapat diterima dengan cukup baik. Pengalaman melahirkan pada ibu multipara juga dapat menjadi faktor pendukung dalam memahami praktik menyusui, meskipun pengalaman sebelumnya tetap perlu diperkuat dengan edukasi mengenai teknik yang benar.

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu nifas setelah diberikan edukasi dan pendampingan. Sebelum intervensi, 3 orang (50%) memiliki pengetahuan baik, 2 orang (33,3%) cukup, dan 1 orang (16,7%) kurang. Setelah edukasi, seluruh ibu nifas memiliki pengetahuan baik (100%). Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi yang disertai demonstrasi dan praktik langsung dapat membantu meningkatkan pemahaman ibu mengenai posisi dan cara menyusui yang benar. Hasil tersebut sejalan dengan Syarah Khairunnisa et al. (2025) yang menekankan pentingnya edukasi dan pendampingan dalam meningkatkan pemahaman ibu mengenai ASI dan praktik menyusui. Pengetahuan yang baik diperlukan karena ketidaktepatan posisi dan perlekatan dapat menyebabkan bayi sulit memperoleh ASI secara optimal serta meningkatkan risiko keluhan pada ibu.

Peningkatan pengetahuan juga berkaitan dengan kemampuan ibu dalam menerapkan perlekatan bayi. Hasil penilaian menggunakan *Latch Score* menunjukkan bahwa sebelum edukasi terdapat 1 bayi (16,7%) dengan perlekatan kurang, 2 bayi (33,3%) dengan kategori sedang, dan 3 bayi (50%) dengan kategori tinggi. Setelah edukasi dan pendampingan, kategori tinggi meningkat menjadi 4 bayi (66,7%), kategori sedang tetap 2 bayi (33,3%), dan kategori kurang menjadi 0%. Perubahan tersebut menunjukkan bahwa edukasi yang disertai praktik langsung tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membantu ibu memperbaiki keterampilan dalam melakukan perlekatan.

Perlekatan yang tepat merupakan salah satu komponen penting dalam keberhasilan menyusui karena membantu bayi memperoleh ASI secara efektif sekaligus mengurangi risiko nyeri dan trauma pada puting. Rini dkk. (2024) menemukan adanya hubungan signifikan antara posisi menyusui dan perlekatan bayi dengan keberhasilan menyusui. Posisi dan perlekatan yang tepat dapat membantu proses pengosongan payudara sehingga ASI dapat keluar lebih optimal serta mengurangi risiko masalah seperti bendungan ASI dan puting lecet. Hal ini memperkuat pentingnya pendampingan praktik, terutama pada ibu yang masih mengalami kesulitan dalam menentukan posisi bayi dan melakukan pelekatan.

Kesulitan menyusui juga lebih sering ditemukan pada ibu yang baru pertama kali melahirkan karena belum memiliki pengalaman dalam melakukan teknik menyusui. Penggunaan *LATCH Score* dapat membantu tenaga kesehatan menilai beberapa komponen penting dalam proses menyusui dan mengidentifikasi masalah sejak dini. Penilaian tersebut dapat digunakan sebagai bagian dari monitoring untuk menentukan kebutuhan edukasi dan pendampingan lebih lanjut. Selain edukasi teknik menyusui, upaya lain seperti pijat Marmet juga dapat digunakan untuk membantu stimulasi pengeluaran ASI pada ibu yang mengalami kendala dalam produksi atau pengeluaran ASI (Ahadin et al., 2026).

Monitoring dalam kegiatan ini dilakukan dengan mengamati kembali posisi ibu, posisi bayi, dan perlekatan setelah edukasi serta memberikan kesempatan kepada ibu dan keluarga untuk bertanya mengenai kesulitan selama menyusui. Evaluasi dilakukan melalui *post-test* dan penilaian ulang *Latch Score*. Hasil evaluasi menunjukkan perubahan positif, yaitu peningkatan seluruh ibu ke kategori pengetahuan baik dan peningkatan kategori perlekatan tinggi dari 50% menjadi 66,7%.

Kegiatan ini memiliki keterbatasan, terutama jumlah peserta yang hanya 6 ibu nifas dan pelaksanaan yang dilakukan pada satu wilayah kerja puskesmas. Selain itu, keterlibatan peserta dipengaruhi oleh kepercayaan ibu terhadap mahasiswa sehingga dalam pelaksanaan diperlukan pendampingan bidan. Oleh karena itu, hasil kegiatan belum dapat digeneralisasikan pada seluruh ibu nifas. Keberhasilan penerapan teknik menyusui juga dapat dipengaruhi oleh kondisi ibu dan bayi, motivasi, pengalaman, serta dukungan keluarga.

Sebagai tindak lanjut, edukasi mengenai posisi, perlekatan, dan cara menyusui yang benar perlu dilakukan secara berkala melalui pelayanan ibu nifas, kelas ibu, maupun kunjungan rumah. Puskesmas Wanadadi I juga dapat melanjutkan penggunaan media edukasi berupa *QR code* yang ditempatkan di ruang KIA sehingga ibu dan keluarga dapat mengakses kembali materi mengenai teknik menyusui secara mandiri. Pendampingan berkelanjutan oleh tenaga kesehatan dan dukungan keluarga diharapkan dapat mempertahankan keterampilan ibu serta mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai analisis tingkat akurasi metode peramalan kebutuhan sediaan farmasi di Apotek X Denpasar Barat, dapat disimpulkan bahwa tingkat akurasi peramalan kebutuhan sediaan farmasi di Apotek X menunjukkan variasi berdasarkan metode dan indikator evaluasi yang digunakan. Pengukuran akurasi *Single Exponential Smoothing* (SES) pada kelompok obat prioritas (Pareto A) menghasilkan nilai rata-rata MAPE sebesar 13,54%–20,66% untuk obat dalam dan 13,49%–20,49% untuk obat luar. Secara rinci, sebanyak 18 dari 20 item obat berada pada kategori baik (MAPE 10%–20%), sedangkan 2 item obat (Postinor 2 dan Neurobion Forte) masuk kategori layak (MAPE 20%–50%). Dari sisi penyimpangan absolut, nilai MAD obat dalam berkisar dari 34,54 unit (Incidal OD 4s) hingga 635,37 unit (Mefinal-500), sementara obat luar berkisar dari 20,13 unit (Microlax 5 ml) hingga 233,28 unit (Tolak Angin), di mana besarnya nilai penyimpangan sejalan dengan tingkat volume penjualan obat. Secara keseluruhan, evaluasi gabungan metode SES dan *Weighted Moving Average* (WMA) menghasilkan kisaran MAPE sebesar 41,0%–63,8%. Rentang nilai tersebut menempatkan hasil peramalan pada kriteria cukup/layak (41,0%–50,0%) hingga tidak akurat (>50%). Dengan demikian, metode SES dan WMA dapat dimanfaatkan sebagai dasar pendukung dalam perencanaan pengadaan obat, namun belum dapat dijadikan acuan tunggal.

Ketepatan hasil peramalan sediaan farmasi di Apotek X dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal dan eksternal. Pada aspek internal, kualitas dan kelengkapan data historis penjualan, konsistensi pencatatan kartu stok, serta belum dilakukannya evaluasi *error* secara rutin menjadi kendala utama dalam menghasilkan estimasi yang presisi. Meskipun demikian, pengalaman dan pertimbangan profesional apoteker terbukti menjadi faktor internal pendukung yang sangat berperan dalam pengambilan keputusan pengadaan. Sementara itu pada aspek eksternal, perubahan musim dan pola penyakit terbukti berpengaruh signifikan terhadap fluktuasi pola permintaan obat. Di sisi lain, faktor eksternal seperti promosi kompetitor, perubahan kebijakan BPJS atau Formularium Nasional, dan keberadaan produk baru tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap ketepatan peramalan di Apotek X.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Harapan Bangsa dan Puskesmas Wanadadi I Kabupaten Banjarnegara yang telah memberikan dukungan, fasilitas, dan izin dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada bidan dan tenaga kesehatan Puskesmas Wanadadi I yang telah membantu dan memberikan pendampingan selama kegiatan berlangsung.

Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada ibu nifas dan keluarga yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini. Penulis turut menyampaikan apresiasi kepada dosen pembimbing, Feti Kumala Dewi, SST., M.Kes. dan Arlyana Hikmanti, SST., M.Keb., atas bimbingan, arahan, dan dukungan selama proses pelaksanaan kegiatan hingga penyusunan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

Afrinita, M., Padeng, E. P., Trisnawati, R., & Halu, S. A. N. (2024). Optimalisasi pengetahuan ibu postpartum tentang teknik menyusui untuk mencegah masalah laktasi di Puskesmas Watu Alo. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM), 7*(10), 4323–4334. https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i10.15587

Amanah, S., Siti Kholisoh M., Solikhatun Hasanah, Sulistiawati Amanah, & Tri Mulyani. (2025). Demonstrasi teknik menyusui pada ibu hamil sebagai persiapan laktasi di Posyandu Al-Khoiriyah Bulakwungu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat, 4*(1), 1–6. https://doi.org/10.59030/jpmbd.v4i1.81

Gustirini, R., Andriani, R., & Anggarini, I. A. (2024). Edukasi teknik menyusui dapat meningkatkan keberhasilan laktasi pada ibu postpartum. *Masker Medika, 12*(2), 417–423. https://doi.org/10.52523/maskermedika.v12i2.694

Herlinda, H., Widyaningsih, S., Rismayani, R., & Afriannisyah, E. (2025). Penyuluhan persiapan menyusui terhadap pengetahuan ibu menyusui melalui teknik menyusui yang benar: *Breastfeeding preparation counseling for breastfeeding mothers' knowledge through correct breastfeeding techniques*. *J. Abdimas: Community Health, 6*(2), 40–46. https://doi.org/10.30590/jach.v6n2.63

Jensen, D., Wallace, S., & Kelsay, P. (1994). *LATCH*: A breastfeeding charting system and documentation tool. *Journal of Obstetric, Gynecologic, & Neonatal Nursing, 23*(1), 27–32. https://doi.org/10.1111/j.1552-6909.1994.tb01847.x (PubMed)

Khafidzoh, K., Ardiyanti, A., & Septianingtyas, M. C. A. (2025). Pengaruh edukasi teknik menyusui yang benar terhadap perilaku menyusui pada ibu post partum primipara di wilayah kerja Puskesmas Jatinegara Kabupaten Tegal. *Nursing Care Journal, 2*(2), 33–42. https://doi.org/10.63520/ncj.v2i2.646

Micolla, B. R., Surmiasih, & Putri, R. H. (2025). Aplikasi asuhan keperawatan manajemen laktasi dengan posisi menyusui *cross cradle*. *Jurnal Keperawatan Bunda Delima, 7*(2). https://doi.org/10.59030/jkbd.v7i2.198 (Jurnal Keperawatan Bunda Delima)

Mitchell, K. B., Johnson, H. M., Rodríguez, J. M., Eglash, A., Scherzinger, C., Zakarija-Grkovic, I., Widmer, K. W., Berens, P., & Miller, B. (2022). Academy of Breastfeeding Medicine clinical protocol #36: The mastitis spectrum, revised 2022. *Breastfeeding Medicine, 17*(5), 360–376. https://doi.org/10.1089/bfm.2022.29207.kbm (PubMed)

Munir, R., & Lestari, F. (2023). Edukasi teknik menyusui yang baik dan benar pada ibu menyusui. *Jurnal Abdi Mahosada, 1*(1), 28–34. https://doi.org/10.54107/abdimahosada.v1i1.151

Tifanni, P. R., Sari, D. P., & Tarigan, R. A. (2024). Hubungan posisi menyusui dan perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI di wilayah kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam. *Jurnal Ventilator, 2*(3), 275–290. https://doi.org/10.59680/ventilator.v2i3.1377

Triana, K., Wea, K. L., Madur, J. P., Naus, K. K. S., Kurniati, K., Emel, K. A., Jaun, K. H., Jita, K. G., Idis, K. J., & Trisnawati, R. E. (2025). Konseling posisi menyusui yang baik dan benar sebagai persiapan kesuksesan ibu dalam menyusui. *Mestaka: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 4*(3), 244–248. https://doi.org/10.58184/mestaka.v4i3.673

Victora, C. G., Bahl, R., Barros, A. J. D., França, G. V. A., Horton, S., Krasevec, J., Murch, S., Sankar, M. J., Walker, N., & Rollins, N. C. (2016). Breastfeeding in the 21st century: Epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. *The Lancet, 387*(10017), 475–490. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)01024-7 (PubMed)

Wahyuni, S., Nurhayati, A. N., & Darmayanti. (2025). Penerapan *cradle hold position* terhadap peningkatan perlekatan bayi pada asuhan keperawatan ibu post sectio caesarea (SC) di RS TK. II. 03. 05. 01 Dustira tanggal 22–24 Mei 2025. *Jurnal Kesehatan An-Nuur, 2*(2), 1–8. https://doi.org/10.71023/jukes.v2i2.22

World Health Organization. (2017). *Guideline: Protecting, promoting and supporting breastfeeding in facilities providing maternity and newborn services*. World Health Organization. (NCBI)

World Health Organization & UNICEF. (2023). *Joint statement by UNICEF Executive Director and WHO Director-General on the occasion of World Breastfeeding Week*. World Health Organization. (Organisasi Kesehatan Dunia)