



Department of Digital Business

Journal of Artificial Intelligence and Digital Business (RIGGS)

Homepage: <https://journal.ilmudata.co.id/index.php/RIGGS>

Vol. 5 No. 2 (2026) pp: 15836- 15843

P-ISSN: 2963-9298, e-ISSN: 2963-914X

Edukasi dan Pendampingan Manajemen Laktasi pada Ny. N G1P0A0 Usia 23 Tahun di TMPB Loly Novrizi Kota Bengkulu

Dita Oktarina¹, Kurnia Dewiani², Dara Himalaya³, Linda Yulyani⁴, Linda Yusanti⁵

Program Studi D3 Kebidanan, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Bengkulu

oktad0338@gmail.com

Abstrak

Air Susu Ibu merupakan cairan yang diproduksi oleh kelenjar susu setelah melahirkan dan menjadi sumber nutrisi terbaik bagi bayi pada enam bulan pertama kehidupan. Proses pemberian air susu ibu dapat mengalami hambatan akibat masalah seperti puting susu tenggelam. Studi kasus ini bertujuan memberikan asuhan kebidanan komprehensif pada Ny. N G1P0A0 dengan pendampingan manajemen laktasi. Metode yang digunakan adalah asuhan kebidanan berkesinambungan mulai dari masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, hingga masa nifas. Pengumpulan data dilakukan melalui data primer dan sekunder. Data primer diperoleh melalui pemeriksaan fisik, wawancara, dan observasi terhadap pasien, sedangkan data sekunder diperoleh melalui dokumentasi pasien dan studi kepustakaan yang berkaitan dengan asuhan kebidanan. Asuhan yang diberikan meliputi edukasi nutrisi ibu hamil, perawatan payudara kehamilan, penanganan puting susu tenggelam dengan teknik Hoffman dan teknik nipple, serta edukasi teknik dan posisi menyusui. Persalinan berlangsung spontan tanpa penyulit dan dilakukan Inisiasi Menyusu Dini. Pada masa nifas diberikan edukasi nutrisi untuk ibu nifas, perawatan payudara nifas, pijat oksitosin, evaluasi teknik dan posisi menyusui, serta edukasi kontrasepsi. Seluruh asuhan berjalan dengan baik. Simpulan asuhan kebidanan berkesinambungan selama 6 minggu yaitu asuhan yang diberikan sesuai kebutuhan ibu yang didukung teori serta evidence based kebidanan. Ibu dan bayi sehat, ibu berhasil memberikan ASI kepada bayinya dan ibu mantap menggunakan kontrasepsi 3 bulan.

Kata Kunci: Edukasi, Persiapan Laktasi, Pendampingan.

1. Latar Belakang

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi terbaik bagi bayi pada enam bulan pertama kehidupan karena mengandung zat gizi lengkap yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan optimal bayi. ASI mengandung protein, lemak, karbohidrat, vitamin, mineral, serta antibodi yang berperan penting dalam meningkatkan daya tahan tubuh bayi. Sekitar 88% komposisi ASI terdiri atas air sehingga mampu memenuhi kebutuhan cairan bayi tanpa memerlukan tambahan makanan atau minuman lain selama enam bulan pertama kehidupan (Lalita dkk., 2025). Pemberian ASI eksklusif terbukti mampu meningkatkan kelangsungan hidup bayi, mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, serta menurunkan risiko berbagai penyakit infeksi pada masa awal kehidupan (Ermitha, 2020).

Selain memberikan manfaat bagi bayi, pemberian ASI eksklusif juga memberikan dampak positif bagi kesehatan ibu. Menyusui dapat membantu mempercepat involusi uterus, mengurangi risiko kanker payudara dan ovarium, serta memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi (Hasnamuntaz dkk., 2021). Oleh karena itu, peningkatan cakupan ASI eksklusif menjadi salah satu indikator penting dalam upaya peningkatan kesehatan ibu dan anak.

Secara global, cakupan pemberian ASI eksklusif menunjukkan peningkatan dalam beberapa tahun terakhir. Data *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa cakupan ASI eksklusif meningkat dari 38% menjadi 66,4% pada tahun 2024 (WHO, 2024). Meskipun demikian, cakupan ASI eksklusif di beberapa daerah masih belum mencapai target yang diharapkan. Data Profil Kesehatan Kota Bengkulu tahun 2023 menunjukkan adanya variasi cakupan ASI eksklusif antar wilayah kerja puskesmas. Cakupan terendah ditemukan di wilayah kerja Puskesmas Kandang sebesar 27,0%, sedangkan cakupan tertinggi berada di wilayah kerja Puskesmas Bentiring sebesar 100% (BPS, 2023). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat berbagai faktor yang memengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Salah satu faktor yang dapat menyebabkan kegagalan pemberian ASI adalah adanya masalah pada payudara, seperti puting susu tenggelam, puting lecet, payudara bengkak, maupun saluran ASI tersumbat (Rahmanti & Septidiningrum, 2022). Puting susu tenggelam merupakan kondisi yang dapat menyulitkan bayi dalam melakukan pelekatan saat menyusui sehingga proses pengeluaran ASI menjadi kurang optimal. Kondisi tersebut berpotensi menyebabkan gangguan keberhasilan menyusui dan meningkatkan risiko penghentian ASI eksklusif lebih dini (Khaerunnisa dkk., 2021).

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah tersebut adalah melalui manajemen laktasi yang dimulai sejak masa kehamilan. Manajemen laktasi merupakan serangkaian upaya yang bertujuan mempersiapkan ibu agar mampu memberikan ASI secara optimal sejak masa kehamilan, persalinan, hingga masa nifas. Persiapan laktasi meliputi edukasi nutrisi, perawatan payudara, latihan puting susu, pemberian dukungan menyusui, hingga pemantauan keberhasilan laktasi setelah persalinan (Hasnamuntaz dkk., 2021). Persiapan yang dilakukan sejak kehamilan terbukti dapat meningkatkan kesiapan fisik maupun psikologis ibu dalam menghadapi proses menyusui.

Pemenuhan nutrisi selama kehamilan menjadi salah satu komponen penting dalam persiapan laktasi. Asupan gizi yang adekuat berperan dalam menjaga kesehatan ibu, mendukung pertumbuhan janin, serta mempersiapkan proses produksi ASI setelah persalinan (Hardiansyah dkk., 2021). Selain itu, kondisi fisik payudara juga perlu mendapatkan perhatian khusus karena akan memengaruhi keberhasilan menyusui. Perawatan payudara selama kehamilan diketahui dapat membantu menjaga kebersihan payudara, meningkatkan elastisitas puting susu, merangsang kelenjar susu, serta mendeteksi kelainan payudara secara dini (Ratnaeni, 2021).

Pada ibu hamil dengan puting susu tenggelam, intervensi yang direkomendasikan adalah latihan Hoffman dan teknik *nipple syringe*. Latihan Hoffman merupakan metode peregangan manual yang bertujuan membantu puting susu menonjol keluar melalui gerakan peregangan jaringan di sekitar areola (Laila & Merdikawati, 2024). Penelitian yang dilakukan oleh Kaur dkk. (2020) menunjukkan bahwa latihan Hoffman efektif meningkatkan keberhasilan menyusui pada ibu hamil primigravida dengan kelainan puting susu. Sementara itu, teknik *nipple syringe* menggunakan spuit yang dimodifikasi untuk membantu menarik puting susu keluar sehingga memudahkan proses pelekatan bayi saat menyusui (Wahyuningsih dkk., 2024).

Efektivitas penggunaan spuit modifikasi dalam mengatasi puting susu terbenam juga telah dilaporkan oleh Nabulsi dkk. (2022). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa penggunaan teknik spuit terbalik merupakan metode yang aman, sederhana, mudah diperoleh, dan terjangkau untuk membantu mengatasi puting susu terbenam serta meningkatkan keberhasilan menyusui. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kombinasi edukasi dan latihan fisik pada payudara berpotensi meningkatkan kesiapan ibu dalam memberikan ASI.

Keberhasilan laktasi tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi payudara selama kehamilan, tetapi juga oleh praktik menyusui setelah bayi lahir. Inisiasi Menyusu Dini (IMD) merupakan salah satu langkah penting dalam mendukung keberhasilan menyusui. IMD memungkinkan bayi melakukan kontak kulit dengan ibu dan mencari puting susu secara alami sehingga dapat merangsang produksi ASI lebih awal (Puspitasari dkk., 2023). Selain itu, teknik dan posisi menyusui yang benar juga berperan dalam mencegah masalah laktasi serta meningkatkan efektivitas pengosongan payudara (Pehlivan & Bozkurt, 2020).

Pada masa nifas, keberhasilan pemberian ASI dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk status nutrisi ibu, perawatan payudara, frekuensi menyusui, dan stimulasi hormon oksitosin. Nutrisi yang adekuat diperlukan untuk mendukung peningkatan kebutuhan energi selama masa menyusui (Taqiyah dkk., 2022). Konsumsi bahan pangan yang berpotensi meningkatkan produksi ASI, seperti daun katuk (*Sauropus androgynus*), juga diketahui dapat membantu memperlancar produksi ASI melalui stimulasi hormon prolaktin dan oksitosin (Taqiyah dkk., 2022). Selain itu, pijat oksitosin terbukti dapat meningkatkan kenyamanan ibu dan membantu memperlancar pengeluaran ASI melalui stimulasi refleks oksitosin (Hidayah & Anggraini, 2023).

Berbagai penelitian sebelumnya telah membahas efektivitas perawatan payudara, latihan Hoffman, teknik *nipple syringe*, IMD, maupun pijat oksitosin secara terpisah. Namun, penelitian yang mengintegrasikan seluruh komponen persiapan laktasi melalui pendekatan *Continuity of Care* (COC) mulai dari kehamilan trimester III, persalinan, bayi baru lahir, hingga masa nifas pada ibu dengan masalah puting susu tenggelam masih terbatas. Padahal, pendekatan berkesinambungan memungkinkan pemantauan dan pendampingan yang lebih komprehensif sehingga dapat meningkatkan keberhasilan laktasi.

Berdasarkan data register TPMB Loly Novrizi Yanti Kota Bengkulu tahun 2025, terdapat 502 kunjungan antenatal, 74 persalinan, 74 kunjungan nifas, dan 74 kunjungan bayi baru lahir. Dari hasil pengkajian awal ditemukan seorang ibu primigravida trimester III dengan masalah puting susu tenggelam yang berpotensi menghambat keberhasilan menyusui. Kondisi tersebut menjadi dasar perlunya pemberian edukasi dan pendampingan persiapan laktasi secara berkelanjutan melalui pendekatan *Continuity of Care*.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pelaksanaan dan hasil asuhan kebidanan berkesinambungan (*Continuity of Care*) melalui edukasi dan pendampingan persiapan laktasi pada Ny. N G1P0A0 dengan masalah puting susu tenggelam mulai dari masa kehamilan trimester III, persalinan, bayi baru lahir, hingga masa nifas di TPMB Loly Novriza Yanti Kota Bengkulu.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus deskriptif dengan pendekatan *Continuity of Care* (COC) yang berfokus pada pemberian asuhan kebidanan berkesinambungan pada ibu hamil trimester III hingga masa nifas. Studi kasus dilaksanakan di PMB Loly Novriza Yanti Kota Bengkulu pada periode 25 Desember 2025 sampai dengan 10 Februari 2026 selama enam minggu. Subjek dalam penelitian ini adalah seorang ibu hamil trimester III, Ny. N, usia 23 tahun, gravida 1 para 0 abortus 0 (G1P0A0), dengan usia kehamilan trimester III yang mengalami puting susu tenggelam pada payudara kiri, sering berkemih, serta memiliki keterbatasan informasi mengenai cara mengatasi masalah yang dialaminya. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive berdasarkan kesesuaian karakteristik kasus dengan tujuan penelitian.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan pendekatan manajemen asuhan kebidanan melalui pengkajian data subjektif dan objektif secara berkesinambungan. Data primer diperoleh melalui wawancara langsung dengan klien, observasi, serta pemeriksaan fisik yang meliputi inspeksi, palpasi, perkusi, dan auskultasi sesuai standar pemeriksaan kebidanan (Gaol dkk., 2025). Wawancara digunakan untuk memperoleh informasi mengenai identitas, riwayat kesehatan, riwayat obstetri, keluhan yang dirasakan, serta pemahaman ibu mengenai persiapan laktasi. Teknik wawancara memungkinkan peneliti memperoleh informasi secara mendalam mengenai pengalaman dan kondisi responden sesuai tujuan penelitian (Rosyid, 2022). Observasi dilakukan selama pemberian asuhan untuk memantau kondisi ibu, perubahan yang terjadi selama kehamilan, persalinan, dan masa nifas, serta respons terhadap intervensi yang diberikan. Metode observasi memungkinkan pengumpulan data berdasarkan kondisi nyata yang terjadi selama proses asuhan berlangsung (Wani dkk., 2024). Pemeriksaan fisik dilakukan secara sistematis pada setiap kunjungan guna memperoleh data objektif yang mendukung identifikasi masalah dan evaluasi hasil asuhan (Gaol dkk., 2025).

Data sekunder diperoleh melalui telaah dokumen yang meliputi buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA), rekam medis, buku register pelayanan kebidanan, hasil pemeriksaan penunjang, serta catatan perkembangan pasien yang tersedia di PMB Loly Novriza Yanti Kota Bengkulu. Selain itu, dilakukan studi kepustakaan menggunakan berbagai sumber ilmiah berupa buku teks, pedoman praktik kebidanan, dan artikel ilmiah yang relevan dengan asuhan kebidanan komprehensif, persiapan laktasi, perawatan payudara, teknik menyusui, serta penatalaksanaan puting susu tenggelam yang diterbitkan pada rentang tahun 2020–2025.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini meliputi format pengkajian asuhan kebidanan, format dokumentasi SOAP (*Subjective, Objective, Assessment, Plan*), buku KIA, catatan perkembangan pasien, partograf, serta hasil pemeriksaan penunjang yang digunakan untuk mendukung pengumpulan data dan pendokumentasian asuhan. Seluruh data yang diperoleh dicatat secara sistematis untuk memudahkan proses analisis perkembangan kondisi klien selama periode pengamatan.

Pelaksanaan asuhan dilakukan secara berkesinambungan sejak masa kehamilan trimester III, persalinan, hingga masa nifas. Pada masa kehamilan, dilakukan pengkajian kondisi ibu, pemeriksaan fisik rutin, pemberian konseling, informasi dan edukasi (KIE) mengenai perubahan fisiologis kehamilan, persiapan menyusui, perawatan payudara selama kehamilan, serta teknik penanganan puting susu tenggelam menggunakan metode modifikasi spuit yang disesuaikan dengan kondisi klien. Edukasi diberikan secara bertahap melalui pendampingan langsung menggunakan media booklet dan demonstrasi praktik sehingga ibu mampu melakukan perawatan secara mandiri di rumah.

Selama proses persalinan, asuhan diberikan sesuai standar pelayanan kebidanan normal dengan pemantauan kemajuan persalinan menggunakan partograf. Pengawasan dilakukan terhadap kondisi ibu dan janin melalui pemantauan tanda-tanda vital, kontraksi uterus, denyut jantung janin, serta kemajuan pembukaan serviks. Setelah bayi lahir, dilakukan inisiasi menyusui dini (*early initiation of breastfeeding*) untuk mendukung keberhasilan pemberian ASI dan memperkuat ikatan antara ibu dan bayi.

Pada masa nifas, dilakukan kunjungan dan pemantauan kondisi ibu secara berkala meliputi evaluasi involusi uterus, pengeluaran lokia, kondisi payudara, produksi ASI, serta keberhasilan proses menyusui. Intervensi yang diberikan meliputi edukasi perawatan payudara, teknik dan posisi menyusui yang benar, konseling mengenai ASI eksklusif, serta pijat oksitosin untuk membantu meningkatkan pengeluaran ASI. Evaluasi dilakukan pada setiap kunjungan guna mengetahui perkembangan kondisi ibu dan efektivitas intervensi yang telah diberikan.

Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan hasil pengkajian, pelaksanaan asuhan, dan perkembangan kondisi klien terhadap teori, standar pelayanan kebidanan, serta hasil penelitian terdahulu yang relevan. Seluruh temuan disajikan dalam bentuk narasi studi kasus dengan menggunakan pendekatan manajemen kebidanan dan pendokumentasian SOAP sehingga dapat menggambarkan secara komprehensif proses pemberian asuhan kebidanan berkesinambungan pada ibu hamil trimester III dengan masalah puting susu tenggelam hingga masa nifas.

3. Hasil dan Diskusi

3.1 Hasil

3.1.1 Karakteristik Subjek

Subjek penelitian adalah Ny. N, usia 23 tahun, gravida 1 para 0 abortus 0 (G1P0A0), dengan usia kehamilan 35 minggu 2 hari pada saat kunjungan pertama. Hasil pemeriksaan menunjukkan kondisi umum ibu dan janin dalam keadaan baik. Tekanan darah ibu 120/80 mmHg, nadi 81 kali/menit, suhu 36,5°C, respirasi 20 kali/menit, LILA 28 cm, dan indeks massa tubuh sebelum hamil sebesar 21,87 kg/m². Pemeriksaan obstetri menunjukkan janin tunggal hidup intrauterin dengan presentasi kepala dan denyut jantung janin 154 kali/menit. Permasalahan yang ditemukan pada ibu adalah puting susu kiri tenggelam (*inverted nipple*) serta keluhan sering buang air kecil pada trimester III.

3.1.2 Hasil Asuhan pada Masa Kehamilan

Asuhan kebidanan pada masa kehamilan dilakukan melalui edukasi persiapan laktasi, perawatan payudara, teknik Hoffman, dan metode nipple. Pada kunjungan pertama, payudara kanan memiliki puting yang menonjol, sedangkan puting susu kiri tampak tenggelam dan kolostrum belum keluar pada kedua payudara.

Evaluasi pada kunjungan kedua menunjukkan ibu telah memahami materi mengenai ASI, nutrisi selama kehamilan, serta mampu melakukan teknik Hoffman dan metode nipple secara mandiri. Pada kunjungan ini kolostrum mulai keluar dari kedua payudara, namun puting susu kiri masih tampak tenggelam.

Pada kunjungan ketiga terjadi perubahan kondisi puting susu kiri yang mulai terlihat menonjol. Ibu juga mampu melakukan perawatan payudara, teknik Hoffman, dan metode nipple secara mandiri sesuai prosedur yang telah diajarkan. Kolostrum keluar dari kedua payudara dan tidak ditemukan keluhan lain selama kehamilan.

Pada kunjungan keempat, puting susu kiri telah menonjol seperti puting susu kanan sehingga ibu tidak lagi merasa khawatir terhadap kemampuan menyusui setelah persalinan. Kolostrum tampak keluar dari kedua payudara dan ibu mampu mempraktikkan teknik serta posisi menyusui dengan benar. Tabel 1 menunjukkan perkembangan kondisi puting susu selama masa kehamilan.

Tabel 1. Perkembangan Kondisi Puting Susu Selama Kehamilan

Kunjungan	Kondisi Puting Susu Kiri	Pengeluaran Kolostrum
Kunjungan I (35 minggu 2 hari)	Tenggelam	Belum keluar
Kunjungan II (36 minggu 2 hari)	Masih tenggelam	Sudah keluar
Kunjungan III (38 minggu)	Mulai menonjol	Keluar
Kunjungan IV (39 minggu 1 hari)	Menonjol	Keluar

3.1.3 Hasil Asuhan Persalinan

Persalinan berlangsung pada usia kehamilan 40 minggu. Ibu datang dengan keluhan nyeri perut yang menjalar ke pinggang dan pengeluaran lendir bercampur darah. Hasil pemeriksaan menunjukkan pembukaan serviks 5 cm dan ibu berada pada kala I fase aktif.

Kemajuan persalinan berlangsung normal. Pada kala II didapatkan pembukaan lengkap (10 cm), ketuban telah pecah spontan dengan air ketuban jernih, dan tidak ditemukan tanda gawat janin. Bayi lahir spontan pukul 14.10 WIB dengan jenis kelamin perempuan, berat badan lahir 3.460 gram, panjang badan 50 cm, lingkar kepala 34 cm, dan nilai APGAR Score 9 pada menit pertama serta 10 pada menit kelima.

Kala III berlangsung normal dengan plasenta lahir lengkap dan perdarahan dalam batas fisiologis. Pada kala IV kondisi ibu stabil, kontraksi uterus baik, dan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) berhasil dilakukan selama satu jam. Bayi mampu menghisap puting susu ibu dengan baik.

3.1.4 Hasil Asuhan Masa Nifas dan Neonatus

Pemantauan pada masa nifas menunjukkan kondisi ibu dalam keadaan baik. Pada 6 jam postpartum, kedua puting susu tampak menonjol dan kolostrum keluar lancar dari kedua payudara. Tidak ditemukan bendungan ASI, puting lecet, maupun kelainan pada payudara. Kontraksi uterus baik dan involusi uterus berlangsung sesuai fisiologis.

Pada hari ketiga postpartum, produksi ASI meningkat dan bayi menyusu sekitar 10 kali per hari. Bayi tampak aktif, tidak rewel, serta menunjukkan tanda kecukupan ASI. Pemeriksaan fisik ibu menunjukkan luka perineum derajat II dalam proses penyembuhan dengan baik tanpa tanda infeksi.

Selama masa pemantauan tidak ditemukan komplikasi pada ibu maupun bayi. Bayi tumbuh dan beradaptasi dengan baik, mampu menyusu efektif, serta menunjukkan eliminasi normal berupa buang air kecil 4–5 kali per hari dan buang air besar 2–3 kali per hari. Hasil asuhan menunjukkan bahwa pemberian edukasi persiapan laktasi, perawatan payudara, teknik Hoffman, dan metode nipple sejak trimester III berkontribusi terhadap perbaikan kondisi puting susu tenggelam dan keberhasilan menyusui pada awal masa nifas.

3.2 Diskusi

Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi dan pendampingan manajemen laktasi sejak trimester III memberikan dampak positif terhadap kesiapan menyusui pada Ny. N. Pada awal pengkajian ditemukan bahwa puting susu kiri ibu berada dalam kondisi tenggelam (*inverted nipple*), sedangkan puting susu kanan berada dalam kondisi normal dan menonjol. Kondisi tersebut menyebabkan ibu merasa cemas dan khawatir tidak mampu memberikan ASI secara optimal kepada bayinya setelah persalinan. Kekhawatiran tersebut merupakan hal yang umum terjadi pada ibu hamil yang mengalami kelainan bentuk puting susu karena kondisi tersebut dapat mengganggu proses pelekatan bayi saat menyusui. Setelah diberikan edukasi mengenai laktasi, perawatan payudara, teknik Hoffman, dan metode *nipple* secara berkesinambungan selama masa kehamilan, terjadi perubahan bertahap pada kondisi puting susu hingga akhirnya puting susu kiri dapat menonjol menjelang persalinan.

Perubahan kondisi puting susu yang terjadi pada penelitian ini menunjukkan bahwa kombinasi antara edukasi, pendampingan, dan latihan yang dilakukan secara rutin mampu membantu memperbaiki kondisi puting susu tenggelam. Keberhasilan tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh kepatuhan ibu dalam melakukan latihan yang telah diajarkan selama periode pendampingan. Teknik Hoffman bekerja dengan cara meregangkan jaringan ikat yang berada di sekitar dasar puting susu sehingga puting menjadi lebih mudah menonjol keluar. Latihan ini dilakukan secara bertahap dan berulang sehingga dapat membantu meningkatkan elastisitas jaringan di sekitar areola. Sementara itu, metode *nipple* menggunakan modifikasi spuit yang menghasilkan tekanan negatif untuk membantu menarik puting keluar secara perlahan. Kombinasi kedua teknik tersebut memberikan hasil yang baik pada kasus ini, yang ditunjukkan dengan perubahan kondisi puting susu kiri dari tenggelam menjadi menonjol pada akhir trimester III kehamilan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Laila dan Merdikawati (2024) yang menyatakan bahwa teknik Hoffman efektif membantu memperbaiki kondisi puting datar maupun tenggelam sehingga memudahkan proses menyusui. Temuan ini juga didukung oleh Wahyuningsih dkk. (2024) yang melaporkan bahwa metode *nipple* menggunakan modifikasi spuit dapat meningkatkan keberhasilan persiapan menyusui pada ibu dengan kelainan puting susu.

Keberhasilan intervensi pada penelitian ini menunjukkan bahwa penanganan masalah puting susu tenggelam sebaiknya dilakukan sejak masa kehamilan, bukan setelah ibu melahirkan. Pendekatan tersebut memungkinkan ibu memiliki waktu yang cukup untuk beradaptasi dan mempersiapkan diri menghadapi proses menyusui. Selain itu, pendampingan yang dilakukan secara berkelanjutan memberikan kesempatan bagi tenaga kesehatan untuk mengevaluasi perkembangan kondisi ibu serta memberikan penguatan terhadap keterampilan yang telah diajarkan. Dengan demikian, masalah yang berpotensi menghambat keberhasilan menyusui dapat diidentifikasi dan ditangani lebih awal sebelum bayi lahir.

Selain perubahan bentuk puting susu, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kolostrum mulai keluar dari kedua payudara selama masa kehamilan. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa payudara telah mengalami kesiapan fisiologis untuk menjalankan fungsi laktasi setelah persalinan. Produksi kolostrum merupakan salah satu tanda bahwa kelenjar mammae telah mengalami perkembangan yang optimal sebagai respons terhadap perubahan hormonal selama kehamilan. Munculnya kolostrum juga menunjukkan bahwa proses persiapan menyusui berjalan dengan baik. Kesiapan ini kemungkinan dipengaruhi oleh edukasi yang diberikan mengenai nutrisi selama kehamilan serta praktik perawatan payudara yang dilakukan secara rutin oleh ibu. Perawatan payudara selama kehamilan diketahui dapat meningkatkan sirkulasi darah pada jaringan payudara, menjaga kebersihan puting, meningkatkan elastisitas jaringan, serta membantu mempersiapkan fungsi laktasi setelah persalinan. Hasil ini

sesuai dengan pendapat Sutanto (2021) yang menyatakan bahwa perawatan payudara selama kehamilan bertujuan mempersiapkan organ laktasi sehingga proses menyusui dapat berlangsung lebih optimal setelah bayi lahir.

Aspek lain yang turut mendukung keberhasilan persiapan laktasi pada penelitian ini adalah edukasi mengenai pemenuhan nutrisi selama kehamilan. Nutrisi yang adekuat berperan penting dalam menjaga kesehatan ibu dan mendukung perkembangan jaringan payudara yang diperlukan untuk produksi ASI setelah persalinan. Selama masa kehamilan, kebutuhan energi dan zat gizi meningkat untuk menunjang pertumbuhan janin serta mempersiapkan tubuh ibu menghadapi proses persalinan dan menyusui. Oleh karena itu, edukasi mengenai pola makan bergizi seimbang menjadi salah satu komponen penting dalam manajemen laktasi. Hardinsyah dkk. (2021) menjelaskan bahwa pemenuhan kebutuhan gizi selama kehamilan berkontribusi terhadap kesiapan fisiologis ibu dalam menghasilkan ASI dan mendukung kesehatan ibu maupun bayi. Dengan demikian, keberhasilan persiapan laktasi pada penelitian ini tidak hanya dipengaruhi oleh intervensi terhadap kondisi puting susu, tetapi juga oleh upaya peningkatan status gizi ibu selama kehamilan.

Keberhasilan persiapan laktasi selama masa kehamilan juga terlihat pada saat persalinan. Ketika bayi lahir, kedua puting susu ibu sudah berada dalam kondisi menonjol sehingga bayi dapat melakukan *Inisiasi Menyusui Dini* (IMD) dengan baik. Pelaksanaan IMD selama satu jam setelah kelahiran memungkinkan terjadinya kontak kulit antara ibu dan bayi yang sangat penting dalam proses adaptasi awal kehidupan bayi. Kontak kulit tersebut dapat meningkatkan rasa nyaman pada bayi, membantu menjaga suhu tubuh, serta merangsang refleks mencari puting (*breast crawl*) yang mendukung keberhasilan menyusui. Keberhasilan IMD pada kasus ini menunjukkan bahwa perbaikan kondisi puting susu selama masa kehamilan berperan dalam memudahkan proses pelekatan awal bayi pada payudara ibu. Hasil ini sejalan dengan Astutik (2021) yang menjelaskan bahwa IMD berperan dalam merangsang pelepasan hormon oksitosin dan prolaktin sehingga mendukung keberhasilan produksi ASI pada periode awal kehidupan bayi.

Keberhasilan IMD yang diperoleh pada penelitian ini juga menunjukkan pentingnya pendekatan *Continuity of Care* dalam pelayanan kebidanan. Melalui pendekatan tersebut, ibu memperoleh asuhan yang berkesinambungan mulai dari masa kehamilan hingga persalinan sehingga seluruh intervensi yang diberikan saling mendukung satu sama lain. Edukasi yang telah diberikan selama kehamilan dapat langsung diterapkan pada saat persalinan dan masa nifas. Hal ini memungkinkan ibu memiliki kesiapan yang lebih baik dalam menghadapi proses menyusui dibandingkan apabila edukasi hanya diberikan setelah bayi lahir.

Selama masa nifas tidak ditemukan hambatan berarti dalam proses menyusui. Produksi ASI meningkat secara bertahap sesuai dengan kebutuhan bayi, tidak ditemukan bendungan ASI maupun puting lecet, dan bayi mampu menyusui secara efektif. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa edukasi mengenai teknik dan posisi menyusui yang diberikan sejak masa kehamilan membantu ibu dalam menerapkan praktik menyusui yang benar setelah melahirkan. Teknik menyusui yang tepat akan menghasilkan pelekatan yang baik sehingga proses pengosongan payudara berlangsung optimal dan produksi ASI dapat dipertahankan. Temuan ini sesuai dengan pendapat Suwardi dkk. (2023) yang menyatakan bahwa keberhasilan menyusui sangat dipengaruhi oleh teknik pelekatan dan posisi menyusui yang benar. Pelekatan yang baik memungkinkan bayi memperoleh ASI secara optimal sekaligus mencegah terjadinya masalah pada payudara seperti puting lecet dan bendungan ASI.

Tidak ditemukannya bendungan ASI pada penelitian ini juga menunjukkan bahwa proses pengeluaran ASI berlangsung secara efektif. Bendungan ASI sering terjadi pada ibu nifas akibat pengosongan payudara yang tidak optimal atau frekuensi menyusui yang kurang. Kondisi tersebut dapat menyebabkan rasa nyeri, ketidaknyamanan, bahkan menurunkan motivasi ibu untuk menyusui. Pada kasus ini, ibu mampu menyusui secara teratur dan menerapkan teknik menyusui yang benar sehingga tidak terjadi penumpukan ASI di dalam payudara. Selain itu, edukasi yang diberikan mengenai pentingnya menyusui sesuai kebutuhan bayi turut berkontribusi terhadap keberhasilan laktasi selama masa nifas.

Keberhasilan menyusui pada penelitian ini juga tercermin dari kondisi bayi selama masa observasi. Bayi tampak aktif, tidak rewel, serta menunjukkan tanda-tanda kecukupan ASI yang baik. Frekuensi buang air kecil dan buang air besar berada dalam batas normal, yang merupakan indikator tidak langsung bahwa kebutuhan cairan dan nutrisi bayi telah terpenuhi. Selain itu, berat badan bayi mengalami peningkatan secara bertahap setelah melewati fase penurunan berat badan fisiologis pada hari-hari awal kehidupan. Menurut Andolina dkk. (2023), peningkatan berat badan setelah minggu pertama kehidupan merupakan salah satu indikator keberhasilan laktasi dan kecukupan nutrisi bayi. Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keberhasilan manajemen laktasi pada ibu turut berdampak positif terhadap kondisi kesehatan bayi.

Keberhasilan yang diperoleh pada penelitian ini juga menunjukkan pentingnya dukungan dan pendampingan berkelanjutan selama masa kehamilan hingga nifas. Edukasi yang diberikan tidak hanya

meningkatkan pengetahuan ibu, tetapi juga membantu membangun kepercayaan diri dalam menghadapi proses menyusui. Banyak ibu yang mengalami kecemasan terkait kemampuan menyusui, terutama pada kehamilan pertama. Melalui pendampingan yang dilakukan secara berkesinambungan, ibu memperoleh kesempatan untuk bertanya, mendiskusikan permasalahan yang dihadapi, serta mendapatkan solusi yang sesuai dengan kondisinya. Pendekatan tersebut berkontribusi terhadap peningkatan kesiapan fisik maupun psikologis ibu dalam memberikan ASI kepada bayinya.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi dan pendampingan manajemen laktasi yang diberikan secara berkesinambungan sejak trimester III hingga masa nifas dapat meningkatkan kesiapan ibu dalam menyusui, memperbaiki kondisi puting susu tenggelam, mendukung keberhasilan *Inisiasi Menyusui Dini* (IMD), serta membantu kelancaran pemberian ASI pada periode awal kehidupan bayi. Pendekatan yang dilakukan tidak hanya berfokus pada penanganan masalah fisik berupa puting susu tenggelam, tetapi juga mencakup edukasi nutrisi, perawatan payudara, teknik menyusui, dan dukungan selama proses laktasi. Meskipun penelitian ini hanya dilakukan pada satu subjek sehingga hasilnya tidak dapat digeneralisasikan pada seluruh populasi ibu hamil, temuan yang diperoleh memberikan gambaran bahwa intervensi sederhana berupa edukasi, perawatan payudara, teknik Hoffman, dan metode *nipple* dapat menjadi alternatif yang efektif dalam mempersiapkan ibu hamil dengan masalah *inverted nipple* untuk menghadapi proses menyusui. Temuan ini sekaligus memperkuat pentingnya penerapan asuhan kebidanan berkesinambungan (*Continuity of Care*) dalam meningkatkan keberhasilan laktasi dan pencapaian pemberian ASI eksklusif.

4. Kesimpulan

Penerapan edukasi dan pendampingan manajemen laktasi pada Ny. N, G1P0A0 usia 23 tahun, mulai trimester III kehamilan hingga 2 minggu masa nifas telah terlaksana dengan baik melalui asuhan kebidanan berkelanjutan. Pendampingan dilakukan melalui pemberian edukasi gizi seimbang selama kehamilan, perawatan payudara, penanganan puting susu tenggelam menggunakan teknik Hoffman dan *nipple technique*, edukasi posisi serta teknik menyusui yang benar, pelaksanaan Inisiasi Menyusui Dini (IMD), pemberian konseling nutrisi pendukung produksi ASI, perawatan payudara masa nifas, dan pijat oksitosin. Hasil pendampingan menunjukkan bahwa ibu mampu menyusui bayinya dengan baik, tidak mengalami hambatan dalam pemberian ASI selama masa nifas hingga 14 hari postpartum, serta memiliki keyakinan untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Dengan demikian, edukasi dan pendampingan manajemen laktasi yang diberikan efektif dalam meningkatkan kesiapan dan keberhasilan ibu dalam proses menyusui.

Referensi

- Andolina, N., Sibarani, A.A. and Purba, N.H. (2023). Pengaruh pemberian ASI eksklusif terhadap kenaikan berat badan bayi (Diunduh 23-02- 2025). Tersedia dari <https://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP/article/view/849/478>
- Astutik, R. Y. (2021). Asuhan kebidanan masa nifas dan menyusui. *CV Trans Info Media* . (Diunduh 03-09- 2025). Tersedia dari: <https://share.google/xtWGReSgzG2TRmwX>
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Persentase bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif menurut provinsi (persen), 2021–2023*.
- Ermitha, Y. (2020). *Pengaruh pendidikan kesehatan melalui media leaflet dan WhatsApp terhadap peningkatan pengetahuan pemberian ASI eksklusif*.
- Gaol, E. L., Simanjuntak, R., Sitorus, R., Manurung, S., Hutagalung, R., & dkk. (2025). *Manajemen asuhan kebidanan pada kehamilan, persalinan, nifas, dan bayi baru lahir*. Jakarta: Penerbit Buku Kesehatan.
- Hardinsyah, H., Anwar, K., Martini, R., Syah, M. N. H., Ilmi, I. M. B., Artanti, G. D., Prasetyo, T. J., Ariyanti, A. I., Khoirunnisa, F., & Putri, I. (2021). *Menu bergizi menggunakan pangan lokal bagi ibu hamil*. PERGIZI PANGAN Indonesia.
- Hasnamutruz, S. K., Hidayanti, D., Widayani, W., & Sofiyanti, S. (2021). Perawatan payudara dalam kehamilan dan pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*.
- Khaerunnisa, N., Saleha, S., & Sari, J. I. (2021). Manajemen asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan bendungan ASI. *Jurnal Midwifery*.
- Kaur, A., Saini, P., & Sharma, K. (2020). *A Study to Evaluate the Effectiveness of Hoffman's Exercise on Successful Breastfeeding Among Antenatal Mothers with Nipple Defects at Sri Guru Ram Das Hospital, Vallah, Amritsar, Punjab*. International Journal of Health Sciences and Research, 10(3), 121–128.
- Lalita, E. M. F., Indarsita, D., Melly, N., Sarliana, S., Amanupunnyno, N. A., Murtiyarini, I., et al. (2025). *Asuhan kebidanan masa nifas*. Media Pustaka Indo.
- Nabulsi, M., Ghanem, R., Smaili, H., & Khalil, A. (2022). The inverted syringe technique for management of inverted nipples in breastfeeding women: A pilot randomized controlled trial. *International Breastfeeding Journal*, 17(9). <https://doi.org/10.1186/s13006-022-00452-1>
- Pehlivan, N., & Bozkurt, O. D. (2021). Comparison of cradle hold versus football hold breastfeeding positions after cesarean section in primiparous mothers. *Breastfeeding Medicine*, 16(11), 904–909. <https://doi.org/10.1089/bfm.2021.0029>
- Puspitasari, I., Trisanti, I., Wigati, A., & Yulianti, A. (2023). Pengaruh stimulasi auditori dengan tingkat keberhasilan IMD pada proses persalinan normal di RSUD Kumala Siwi Kudus. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 14(2), 387–395.
- Rahmanti, A., & Septediningrum, S. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kegagalan pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja. *Jurnal Fisioterapi dan Ilmu Kesehatan Sishana (JUFDIKES)*.

15. Ratnaeni. (2021). Pengaruh edukasi media WhatsApp tentang gizi laktasi, involusi uteri, dan lochea terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu nifas. *Jurnal Oksitosin*, 8(1), 20–33.
16. Rosyid, M. Z. (2022). *Metodologi penelitian kesehatan*. Malang: Literasi Nusantara Abadi.
17. Sutanto, Andina Vita, dan Yuni Fitriana. 2021. Asuhan pada Kehamilan. *Yogyakarta : Pustaka Baru Press*. (Diunduh 2 -11-2025). Tersedia dari: <https://bacabuku.com/preview/BK6683/>
18. Suwardi, S., Marsaulina, I., Harahap, N. R., & Yuliana, Y. (2023). Hubungan teknik menyusui dengan kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di Dermawati Medan. *Indonesian Trust Health Journal*, 6(1), 20–28. <https://doi.org/10.37104/ithj.v6i1.140>
19. Wahyuningsih, D. S., Marsum, & Widyawati, M. N. (2024). Penatalaksanaan nipple inverted dengan jarum suntik terbalik pada ibu menyusui. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 6(2), 1999–2007. <https://doi.org/10.31539/joting.v6i2.10203>
20. Wani, F., Abdullah, N., Yusuf, A., & dkk. (2024). *Metode pengumpulan data dalam penelitian kebidanan dan kesehatan*. Jakarta: CV Media Sains Indonesia.
21. World Health Organization. (2024). *Exclusive breastfeeding for optimal growth, development and health of infants*. World Health Organization.