

# Pengertian . . .



**Teknik menyusui adalah suatu cara pemberian ASI yang dilakukan oleh seorang ibu kepada bayinya, demi mencukupi kebutuhan nutrisi bayi tersebut.**

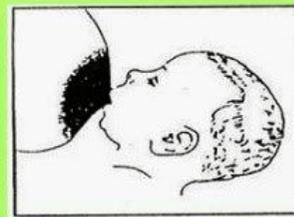
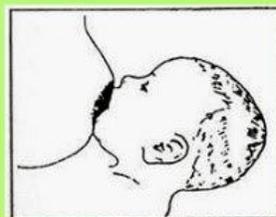
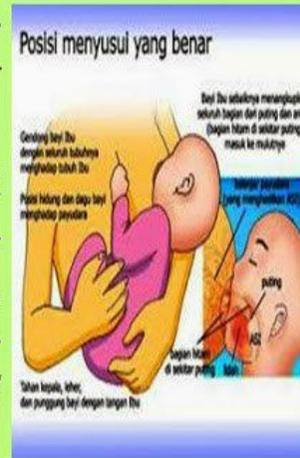
## Beberapa Posisi yang tepat bagi ibu untuk menyusui :

1. Duduklah dengan posisi yang enak atau santai, pakailah kursi yang ada sandaran punggung dan lengan.
2. Gunakan bantal untuk menjangkal bayi agar tidak terlalu jauh dari payudara ibu.



## Cara memasukkan puting susu ibu ke mulut bayi :

1. Cuci tangan, perah sedikit ASI dan oleskan disekitar puting, duduk dan berbaring dengan santai
2. Bila dimulai dengan payudara kiri, letakkan kepada bayi pada siku bagian dalam lengan kiri, badan bayi meneghadap ke ibu.
3. Lengan kiri bayi diletakkan diseputar pinggang ibu, tangan kiri ibu memegang pantat/paha kanan bayi.
4. Sangga payudara kiri ibu dengan empat jari tangan kanan, ibu jari di atasnya tetapi tidak menutupi bagian yang berwarna hitam (areola mammae).
5. Sentuhlah mulut bayi dengan puting payudara ibu.



6. Tunggu sampai bayi membuka lebar mulutnya.
7. Masukkan puting payudara secepatnya ke dalam mulut bayi sampai bagian yang warna hitam.

## Teknik Melepaskan Hisapan Bayi

Setelah selesai menyusui kurang lebih selama 10 menit, lepaskan hisapan bayi dengan cara :

1. Masukkan jari kelingking ibu yang bersih kesudut mulut bayi.
2. Menekan dagu bayi ke bawah
3. Dengan menutup lubang hidung bayi agar mulutnya membuka.
4. Jangan menarik puting susu untuk melepaskan.

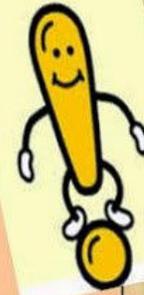
## Cara Menyendawakan bayi setelah minum ASI :

Setelah bayi melepaskan hisapannya, sendawakan bayi sebelum menyusui pada payudara yang lainnya dengan cara :

1. Sandarkan bayi di pundak ibu, tepuk punggungnya dengan pelan sampai bayi bersendawa.
2. Bayi ditelungkupkan di pangkuan ibu sambil digosok punggungnya.



Kehebatan ASI tak dapat ditandingi oleh apapun.

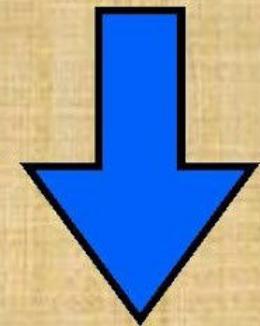
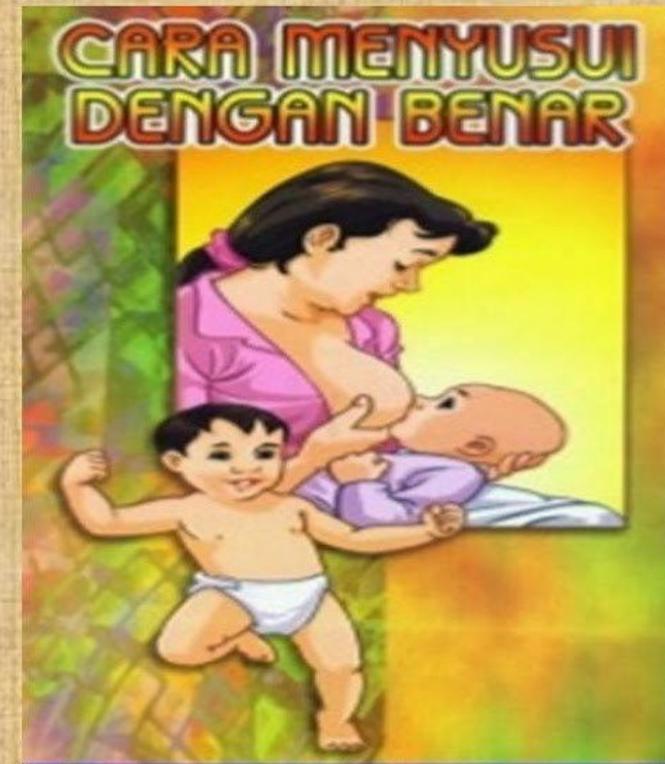


ASI mengandung berbagai macam nutrisi yang akan bermanfaat sepanjang hidup bayi hingga dewasa nanti.



KEBIDANAN  
RSU SARILA HUSADA

037/LF/PKRS/RSSH/2022



Memberikan ASI kepada bayi dengan cara atau tehnik menyusui yang baik dan benar