

**L
A
M
P
I
R
A
N**

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Pelaksanaan Penelitian

[illegible]

Lampiran 2 Anggaran Biaya

No	Kegiatan	Biaya (Rp)
1.	Penyusunan proposal, pengetikan, dan penggandaan	150.000,00
	Transportasi	150.000,00
2.	Perbaikan proposal	100.000,00
3.	Pengurusan Etik Penelitian	100.000,00
4.	Pelaksanaan Penelitian	
	<i>Informed Consent</i>	100.000,00
	Pencetakan <i>Booklet</i>	400.000,00
	Souvenir	400.000,00
	Transportasi	150.000,00
5.	Menyusun skripsi, pengetikan dan penggandaan	250.000,00
	Perbaikan skripsi	300.000,00
Jumlah		2.100.000,00

Lampiran 3 Lembar permohonan menjadi responden

SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada yth :

Calon Responden

di

Tempat

Dengan Hormat,

Bersamaan dengan surat ini, peneliti sebagai mahasiswa jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar, bermaksud untuk melkaukan penelitian tentang “Perbedaan Pengetahuan Persiapan Pemberian Air Susu Ibu Pada Ibu Hamil Bekerja Sebelum dan Setelah Pemberian Edukasi dengan Media *Booklet*”. Saya Mohon kesediaan saudara untuk menjadi responden yang merupakan sumber informasi bagi peneliti dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan tidak digunakan untuk maksud lain.

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan, dan atas partisipasinya saya ucapkan terimakasih

Denpasar, 2026
Peneliti

Ni Made Desy Ardiantini
P07124222062

Lampiran 4 Lembar Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*)

PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN

(*INFORMED CONSENT*) SEBAGAI PESERTA PENELITIAN

Yang terhormat Bapak/ Ibu/Saudara/Adik, Kami meminta kesediannya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Keikutsertaan dari penelitian ini bersifat sukarela/tidak memaksa. Mohon untuk dibaca penjelasan di bawah dengan seksama dan disilahkan bertanya bila ada yang belum dimengerti.

Judul	Perbedaan Pengetahuan Persiapan Pemberian Air Susu Ibu Pada Ibu Hamil Bekerja Sebelum Dan Setelah Pemberian Edukasi Dengan Media <i>Booklet</i>
Peneliti Utama	Ni Made Desy Ardiantini
Institusi	Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Kebidanan
Lokasi Penelitian	Wilayah kerja Unit Pelaksana Teknis Daerah Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Utara
Sumber pendanaan	Swadana

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan pengetahuan persiapan pemberian ASI eksklusif pada ibu hamil bekerja sebelum dan setelah pemberian edukasi dengan media *booklet* Jumlah peserta sebanyak 32 orang dengan syaratnya yaitu kriteria inklusi yaitu : ibu hamil usia 20-35 tahun, ibu hamil yang bekerja $\geq 8 \text{ jam}$, ibu hamil yang tidak memiliki pengalaman memerah ASI, ibu hamil yang bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini, ibu hamil yang berkomunikasi dengan baik, ibu hamil yang bisa membaca, dan kriteria eksklusi : ibu hamil yang memiliki gangguan medis yang menghalangi pemberian ASI eksklusif, ibu hamil yang tidak bekerja, ibu hamil yang sudah mendapatkan edukasi memerah ASI, ibu hamil yang tidak bersedia mengikuti seluruh kegiatan penelitian, ibu hamil yang mengalami komplikasi serius selama penelitian. Peserta akan diberikan penjelasan mengenai tujuan dan prosedur penelitian serta mengisi *informed consent*. Peserta yang memenuhi kriteria inklusi diberikan *pretest*, selanjutnya intervensi berupa edukasi teknik memerah ASI, pumping, dan cara

penyimpanan ASI perah (ASIP) menggunakan media *booklet* dengan metode ceramah dan diskusi selama $\pm 5-10$ menit. Selanjutnya *posttest* diberikan 1-3 hari setelah pemberian edukasi melalui WhatsApp. Kepesertaan dalam penelitian ini tidak secara langsung memberikan manfaat kepada peserta penelitian. Tetapi dapat memberi gambaran informasi yang lebih banyak tentang teknik pemerahan ASI, cara pemberian, dan cara penyimpanan ASIP.

Atas kesediaan berpartisipasi dalam penelitian ini maka akan diberikan imbalan **rill berupa *souvenir*** sebagai pengganti waktu yang diluangkan untuk penelitian ini. Peneliti menjamin kerahasiaan semua data peserta penelitian ini dengan menyimpannya dengan baik dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Kepesertaan Ibu pada penelitian ini bersifat sukarela. Ibu dapat menolak untuk menjawab pertanyaan yang diajukan pada penelitian atau menghentikan kepesertaan dari penelitian kapan saja tanpa ada sanksi. Keputusan Ibu untuk berhenti sebagai peserta penelitian tidak akan mempengaruhi mutu dan akses/kelanjutan pengobatan yang akan diberikan. Data yang diperoleh dari penelitian ini hanya digunakan untuk kepentingan penelitian dan akan tetap dijaga kerahasiaannya. Pada penelitian ini dilaksanakan tanpa ada konflik kepentingan antara peneliti dengan pihak lain.

Jika setuju untuk menjadi peserta penelitian ini, Ibu diminta untuk menandatangani formulir 'Persetujuan Setelah Penjelasan (Informed Consent) Sebagai *Peserta Penelitian/ *Wali' setelah Bapak/Ibu/Saudara/Adik benar-benar memahami tentang penelitian ini. Bapak/Ibu/Saudara/Adik akan diberi Salinan persetujuan yang sudah ditanda tangani ini.

Bila selama berlangsungnya penelitian terdapat perkembangan baru yang dapat mempengaruhi keputusan Bapak/Ibu/Saudara/Adik untuk kelanjutan kepesertaan dalam penelitian, peneliti akan menyampaikan hal ini kepada Bapak/Ibu/Saudara/Adik

Bila ada pertanyaan yang perlu disampaikan kepada peneliti, silakan hubungi peneliti :**Ni Made Desy Ardiantini dengan no HP 081558748093** .

Tanda tangan Bapak/Ibu/Saudara/Adik di bawah ini menunjukkan bahwa Bapak/Ibu/Saudara/Adik telah membaca, telah memahami dan telah mendapat

kesempatan untuk bertanya kepada peneliti tentang penelitian ini dan **menyetujui untuk menjadi peserta *penelitian/Wali.**

Peserta/ Subyek Penelitian,

Wali,

Tanda Tangan dan Nama

Tanda Tangan dan Nama

Tanggal (wajib diisi): / /

Tanggal (wajib diisi): / /

Hubungan dengan Peserta/ Subyek Penelitian:

(Wali dibutuhkan bila calon peserta adalah anak < 14 tahun, lansia, tuna grahita, pasien dengan kesadaran kurang – koma)

Peneliti

Ni Made Desy Ardiantini

Tanggal

Tanda tangan saksi diperlukan pada formulir Consent ini hanya bila

- ☐ Peserta Penelitian memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan, tetapi tidak dapat membaca/ tidak dapat bicara atau buta
- ☐ Wali dari peserta penelitian tidak dapat membaca/ tidak dapat bicara atau buta
- ☐ Komisi Etik secara spesifik mengharuskan tanda tangan saksi pada penelitian ini (misalnya untuk penelitian resiko tinggi dan atau prosedur penelitian invasive)

Catatan:

Saksi harus merupakan keluarga peserta penelitian, tidak boleh anggota tim penelitian.

Saksi:

Saya menyatakan bahwa informasi pada formulir penjelasan telah dijelaskan dengan benar dan dimengerti oleh peserta penelitian atau walinya dan persetujuan untuk menjadi peserta penelitian diberikan secara sukarela.

Nama dan Tanda tangan saksi

Tanggal

(Jika tidak diperlukan tanda tangan saksi, bagian tanda tangan saksi ini dibiarkan kosong)

* coret yang tidak perlu

Lampiran 5 Kuesioner Penelitian

KUESIONER

Perbedaan Pengetahuan Persiapan Pemberian Air Susu Ibu Pada Ibu Hamil

Bekerja Sebelum dan Setelah Pemberian Edukasi dengan Media *Booklet*

A. Identitas Diri

1. No. Responden :
2. Usia :
3. Pendidikan :
4. Pekerjaan/lama bekerja :

PETUNJUK :

1. Jawablah pernyataan di bawah ini dengan memberikan tanda (✓) pada jawaban yang benar.
2. Bacalah pernyataan dengan baik dan telitilah sebelum menjawab pernyataan.
3. Untuk kelancaran penelitian ini mohon isilah jawaban sesuai pengetahuananda, tidak perlu bertanya dengan teman, jawablah dengan jujur dan apa adanya.
4. Kerahasiaan jawaban anda akan dijamin.

ISILAH JAWABAN DENGAN PILIHAN YANG TEPAT.

No	Pertanyaan	Benar	Salah
1	Memerah ASI hanya dapat dilakukan dengan pompa ASI.		
2	Pompa ASI harus dibersihkan dan disterilkan sebelum digunakan.		
3	Pada saat memerah ASI dengan pompa ASI pastikan sungkup sesuai dengan kondisi payudara ibu.		
4	Ibu bekerja mulai memerah ASI 3 bulan sebelum mulai bekerja.		
5	Memerah ASI cukup dilakukan 1 kali sehari.		

6	Lama memompa ASI dilakukan sekitar 15-20 menit setiap sesi.		
7	Pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI.		
8	Stress dapat menghambat produksi ASI.		
9	Produksi ASI tidak dipengaruhi oleh frekuensi pengosongan payudara.		
10	ASI perah sebaiknya disimpan dalam botol/plastik khusus.		
11	ASI perah dapat di simpan dalam <i>chiller</i> kulkas dengan suhu (4° C) selama 5 hari.		
12	ASI perah harus disimpan dalam wadah bersih dan tertutup serta tidak boleh dicampur dengan bahan makanan lain.		
13	ASI perah dalam cooler bag dengan menggunakan <i>ice pack</i> tahan hingga 24 jam.		
14	ASI perah di suhu ruangan bertahan hingga lebih dari 4 jam.		
15	ASI perah yang beku boleh di panaskan secara langsung.		
16	ASI perah yang beku dicairkan secara bertahap.		
17	ASI perah boleh diberikan dengan menggunakan dot/botol susu.		
18	Posisikan bayi setengah duduk pada saat pemberian ASI perah dengan menggunakan <i>cup feeder</i> /gelas.		
19	ASI perah yang diberikan dengan <i>cup feeder</i> /gelas boleh langsung dituangkan ke dalam mulut bayi.		
20	Biarkan bayi menjilat secara langsung ASI perah dari <i>cup feeder</i> .		
21	Cara yang tepat untuk pemberian ASI perah adalah dengan menempelkan bibir bawah bayi dengan <i>cupfeeder</i> /cangkir berisi ASI perah.		

22	ASI perah yang sudah diberikan kepada bayi dan masih tersisa boleh disimpan kembali.		
23	Ibu menyusui dianjurkan minum ± 3 liter per hari atau 8-12 gelas.		
24	Ibu menyusui perlu meningkatkan asupan makanan bergizi untuk mendukung produksi ASI		
25	Ibu bekerja sebaiknya membawa <i>cooler bag</i> yang berisi <i>ice pack</i> saat memerah ASI.		

KUNCI JAWABAN PENGETAHUAN IBU HAMIL

1. 0

2. 1

3. 1

4. 0

5. 0

6. 1

7. 1

8. 1

9. 0

10. 1

11. 1

12. 1

13. 1

14. 0

15. 0

16. 0

17. 0

18. 1

19. 0

20. 1

21. 1

22. 0

23. 1

24. 1

25.1

Lampiran 6 Master Tabel

MASTER TABEL PENELITIAN

Pretest

No respon	Usia	Pendidika	Pekerjaan	Status Per	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	Total skor	
1	31	SMA/SMK	Swasta/8	Menikah	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	13
2	27	SMA/SMK	Swasta/8	Menikah	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	13
3	21	SMA/SMK	Swasta/8	Menikah	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	18
4	33	S1	Swasta/8	Menikah	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	19
5	24	D1-D3	Swasta/8	Menikah	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	18
6	25	SMA/SMK	Swasta/8	Menikah	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	13
7	20	SMA/SMK	Swasta/8	Menikah	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	12
8	24	SMP	Swasta/8	Menikah	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	9
9	23	SMA/SMK	Swasta/8	Menikah	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	10
10	29	SMA/SMK	Swasta/8	Menikah	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	14
11	20	SMA/SMK	Swasta/8	Menikah	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	16
12	23	SMP	Swasta/8	Menikah	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	6
13	28	SMP	Swasta/8	Menikah	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	7
14	29	SMA/SMK	Swasta/8	Menikah	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	16
15	27	SMA/SMK	Swasta/8	Menikah	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16
16	29	SMA/SMK	Swasta/8	Menikah	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	15
17	33	D1-D3	Swasta/8	Menikah	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	16
18	28	SMA/SMK	Swasta/8	Menikah	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	13
19	20	SMA/SMK	Swasta/8	Menikah	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	14
20	26	SMA/SMK	Swasta/8	Menikah	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	14
21	21	SMA/SMK	Wiraswas	Menikah	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	15
22	26	SMA/SMK	Swasta/8	Menikah	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	11
23	22	SMA/SMK	Swasta/8	Menikah	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	15
24	27	SMA/SMK	Swasta/8	Menikah	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	13
24	24	SMP	Swasta/8	Menikah	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	7
26	27	SMA/SMK	Wiraswas	Menikah	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	10
27	27	SMA/SMK	Swasta/8	Menikah	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	11
28	25	SMP	Wiraswas	Menikah	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	8
29	23	SMA/SMK	Swasta/8	Menikah	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	10
30	24	SMA/SMK	Swasta/8	Menikah	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	11
31	23	SMA/SMK	Swasta/8	Menikah	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	15
32	25	D1-D3	Swasta/8	Menikah	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	17

Posttest

No respon	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	Total skor
1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	25
2	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	24
3	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	25
4	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	25
5	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	25
6	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	25
7	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	25
8	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	24
9	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	24
10	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	25
11	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	25
12	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	24
13	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	25
14	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	25
15	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	25
16	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	24
17	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	25
18	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	25
19	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	25
20	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	25
21	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	24
22	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	24
23	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	25
24	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	25
24	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	25
26	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	24
27	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	24
28	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	24
29	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	25
30	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	25
31	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	25
32	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	25

Lampiran 7 Hasil Analisis Data Penelitian

1. Uji Validitas dan Reliabilitas

Uji Validitas *Product Moment*

Rekapan Uji Validitas

No	N	r_{xy}	R_{tabel}	Keterangan
1.	30	0,361	0,537	Valid
2.	30	0,361	0,462	Valid
3.	30	0,361	0,621	Valid
4.	30	0,361	0,686	Valid
5.	30	0,361	0,693	Valid
6.	30	0,361	0,603	Valid
7.	30	0,361	0,407	Valid
8.	30	0,361	0,719	Valid
9.	30	0,361	0,589	Valid
10.	30	0,361	0,678	Valid
11.	30	0,361	0,524	Valid
12.	30	0,361	0,808	Valid
13.	30	0,361	0,375	Valid
14.	30	0,361	0,507	Valid
15.	30	0,361	0,704	Valid
16.	30	0,361	0,589	Valid
17.	30	0,361	0,576	Valid
18.	30	0,361	0,589	Valid
19.	30	0,361	0,656	Valid
20.	30	0,361	0,706	Valid
21.	30	0,361	0,668	Valid
22.	30	0,361	0,466	Valid
23.	30	0,361	0,601	Valid
24.	30	0,361	0,709	Valid
25.	30	0,361	0,679	Valid

Cronbach's Alpha	N of Items
.819	25

2. Karakteristik Responden

Karateristik Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	usia 20-28	26	81.3	81.3	81.3
	usia 29-35	6	18.8	18.8	100.0
	Total	32	100.0	100.0	

Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Dasar	5	15.6	15.6	15.6
	Menengah	23	71.9	71.9	87.5
	Tinggi	4	12.5	12.5	100.0
	Total	32	100.0	100.0	

Lama Bekerja

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7-8 Jam	3	9.4	9.4	9.4
	8 Jam	29	90.6	90.6	100.0
	Total	32	100.0	100.0	

3. Hasil Analisis Data

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre-Test Pengetahuan	32	6	19	12.97	3.403
Post-Test Pengetahuan	32	24	25	24.69	.471
Valid N (listwise)	32				

Pre-Test Pengetahuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	6	1	2.3	3.1	3.1
	7	2	4.7	6.3	9.4
	8	1	2.3	3.1	12.5
	9	1	2.3	3.1	15.6
	10	3	7.0	9.4	25.0
	11	3	7.0	9.4	34.4
	12	1	2.3	3.1	37.5
	13	5	11.6	15.6	53.1
	14	3	7.0	9.4	62.5
	15	4	9.3	12.5	75.0
	16	4	9.3	12.5	87.5
	17	1	2.3	3.1	90.6
	18	2	4.7	6.3	96.9
	19	1	2.3	3.1	100.0
	Total	32	74.4	100.0	
Missing	System	11	25.6		
Total		43	100.0		

Post-Test Pengetahuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	24	10	23.3	31.3	31.3
	25	22	51.2	68.8	100.0
	Total	32	74.4	100.0	
Missing	System	11	25.6		
Total		43	100.0		

Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Pre-Test Pengetahuan	32	74.4%	11	25.6%	43	100.0%
Post-Test Pengetahuan	32	74.4%	11	25.6%	43	100.0%

Descriptives

		Statistic	Std. Error
Pre-Test Pengetahuan	Mean	12.97	.602
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	11.74
		Upper Bound	14.20
	5% Trimmed Mean	13.02	
	Median	13.00	
	Variance	11.580	
	Std. Deviation	3.403	
	Minimum	6	
	Maximum	19	
	Range	13	
	Interquartile Range	6	
	Skewness	-.317	.414
	Kurtosis	-.595	.809
Post-Test Pengetahuan	Mean	24.69	.083
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	24.52
		Upper Bound	24.86
	5% Trimmed Mean	24.71	
	Median	25.00	
	Variance	.222	
	Std. Deviation	.471	
	Minimum	24	
	Maximum	25	
	Range	1	
	Interquartile Range	1	
	Skewness	-.849	.414
	Kurtosis	-1.368	.809

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre-Test Pengetahuan	.129	32	.193	.969	32	.473
Post-Test Pengetahuan	.434	32	<.001	.585	32	<.001

a. Lilliefors Significance Correction

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post-test Pengetahuan - Pre-test Pengetahuan	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	32 ^b	16.50	528.00
	Ties	0 ^c		
	Total	32		

a. Post-test Pengetahuan < Pre-test Pengetahuan

b. Post-test Pengetahuan > Pre-test Pengetahuan

c. Post-test Pengetahuan = Pre-test Pengetahuan

Test Statistics^a

Post-Test
Pengetahuan -
Pre-Test
Pengetahuan

Z	-4.944 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	<,001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Lampiran 8 Surat Izin Uji Kuesioner Penelitian



පළාත් පාලන ආයතන
PEMERINTAH KOTA DENPASAR
කිලිමිලානකර
DINAS KESEHATAN
පළාත් පාලන ආයතන ප්‍රධානියා (පළාත්) පළාත් පාලන ආයතන (පළාත්) පළාත් පාලන ආයතන
Jl. Maruti No. 8 Denpasar, Telepon (0361) 424801 Fax (0361) 425369
Laman : www.denpasarkota.go.id, Pos-el : kesehatan@denpasarkota.go.id

Denpasar, Buda Pon Bala 25 Februari 2026

Nomor : B/000.9.2/818/DIKES
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Permohonan Izin Uji Validitas Kuisisioner Penelitian

Yth. Kepala UPTD Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kec. Denpasar Selatan

di –
Denpasar

Menindaklanjuti surat dari Ketua Jurusan Kebidanan Poltekes Kemenkes Denpasar, Nomor PP.06.02/F.XXIV.14/0658/2026, tanggal 20 Februari 2026. Perihal permohonan izin uji validitas kuisisioner penelitian dalam rangka tugas akhir, atas nama :

Nama : Ni Made Desy Ardiantini
NIM : P07124222062
Judul Penelitian : Perbedaan Pengetahuan Persiapan Pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif Pada Ibu Hamil Bekerja Sebelum dan Setelah Pemberian Edukasi Dengan Media *Booklet*.

Dengan ini kami sampaikan agar saudara Kepala Puskesmas dapat membantu dan memfasilitasi penelitian dimaksud sesuai ketentuan berlaku.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian Bapak/Ibu kami ucapkan terimakasih.

Kepala Dinas Kesehatan Kota Denpasar



dr. Anak Agung Ayu Agung Candrawati, M.Kes.
Pembina Tk. I
NIP. 196709151998032003

Tembusan:

1. Ketua Jurusan Kebidanan Poltekes Kemenkes Denpasar
2. Ybs
Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN).

Lampiran 9 Surat Pernyataan Telah Melakukan Kuesioner Penelitian



GOVERNMENT OF DENPASAR
PEMERINTAH KOTA DENPASAR
DINAS KESEHATAN
UPTD PUSKESMAS IV DINAS KESEHATAN
KECAMATAN DENPASAR SELATAN
Jl. Pulo Moya No. 63 A Pedungan, Tempon, (83611) 722475
Pis-El : puskesmasindonesia@gmail.com



SURAT KETERANGAN

Nomer : 800.1.4.1 / 265 / Pusk IV D.S.2026

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : dr. Anik Rosida, M.Kes
NIP : 197010052009032001
Pangkat/Gol. : Pembina Utama Muda / IV/c
Jabatan : Dokter Ahli Madya pada UPTD Puskesmas IV
Dinas Kesehatan Kec. Denpasar Selatan

Menerangkan dengan sebenarnya :

NAMA	INSTITUSI	JUDUL PENELITIAN
Ni Made Desy Ardiantini	Poltekkes Kemenkes Denpasar	Perbedaan Pengetahuan Persiapan Pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif Pada Ibu Hamil Bekerja Sebelum dan Setelah Pemberian Edukasi Dengan Media Booklet.

Kami di UPTD Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan mengizinkan kepada ybs dan telah melakukan kegiatan uji validitas kuisisioner penelitian dalam rangka tugas akhir, di UPTD Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kec.Denpasar Selatan.

Demikian surat keterangan ini di buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Denpasar, 28 Februari 2026
Kepala UPTD Puskesmas IV Dinas Kesehatan
Kecamatan Denpasar Selatan

dr. Anik Rosida, M.Kes
Pembina Utama Muda / IV/c
NIP. 197010052009032001

Lampiran 10 Surat Persetujuan Etik



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Denpasar
Jalan Sanitasi No.1, Sidsakarya
Denpasar Selatan, Bali 80224
(0361) 710447
<https://www.poltekkes-denpasar.ac.id>

PERSETUJUAN ETIK/ ETHICAL APPROVAL Nomor: DP.04.02/F.XXIV.26/ 114 /2026

Yang bertandatangan di bawah ini Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Denpasar, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian, dengan ini memutuskan protokol penelitian yang berjudul :

Perbedaan Pengetahuan Persiapan Pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif pada Ibu Hamil Bekerja Sebelum dan Setelah Pemberian Edukasi dengan Media Booklet

yang mengikutsertakan manusia sebagai subyek penelitian, dengan Ketua Pelaksana/Peneliti Utama :

Ni Made Desy Ardiantini

LAIK ETIK. Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa maksimum selama 1 (satu) tahun

Pada akhir penelitian, peneliti menyerahkan laporan akhir kepada KEPK-Poltekkes Denpasar. Dalam pelaksanaan penelitian, jika ada perubahan dan/atau perpanjangan penelitian, harus mengajukan kembali permohonan kaji etik penelitian (amandemen protokol)

Denpasar, 18 Februari 2026

Ketua Komisi Etik Poltekkes Kemenkes Denpasar



Dr. Ni Komang Yuni Rahyani, S.Si.T., M.Kes

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wha.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tse.keminfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 11 Surat Izin Penelitian

	Kemenkes Poltekkes Denpasar	Kementerian Kesehatan Direktorat Jenderal Sumber Daya Manusia Kesehatan Politeknik Kesehatan Denpasar Jalan Samrat Nri-1, Sidakarya Denpasar Selatan, Bali 80224 ☎ (0361) 710447 🌐 https://www.poltekkes-denpasar.ac.id
		Denpasar, 19 Februari 2026
Nomor	: PP. 06.02/F.XXIV.14/0618 /2026	
Lampiran	: -	
Hal	: Mohon izin melaksanakan penelitian	
Yth	: Dinas Kesehatan Kota Denpasar di – Denpasar	
Dalam rangka menyelesaikan pendidikan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Denpasar Tahun Akademik 2025/2026, mahasiswa diwajibkan melakukan suatu penelitian serta menyusun laporannya dalam bentuk Skripsi. Sehubungan dengan hal tersebut bersama ini kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk berkenan memberikan izin kepada mahasiswa kami untuk melakukan penelitian, yaitu :		
Nama	: Ni Made Desy Ardiantini	
NIM	: P07124222062	
Alamat	: Br. Dinas Yehmalet, Ds. Antiga Kelod, Kec. Manggis, Kab. Karangasem	
Judul Penelitian	: Perbedaan Pengetahuan Persiapan Pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif Pada Ibu Hamil Bekerja Sebelum dan Setelah Pemberian Edukasi Dengan Media <i>Booklet</i>	
Tempat penelitian	: Wilayah Kerja UPTD Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Utara	
Waktu Penelitian	: Maret-April 2026	
Jumlah Peneliti	: 1 (satu) orang	
No. Tlp	: 081558748093	
Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerja sama yang baik diucapkan terimakasih.		
		Ath. Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar Ketua Jurusan Kebidanan,  <u>Bdn. Ni Ketut Somayanti SST.M.Biomed</u> NIP.196904211989032001
Tembusan Kepada Yth. :		
1. Direktur Poltekkes Denpasar (sebagai laporan)		
2. Arsip ADAK		
Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan https://whs.kemkes.go.id. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman https://tts.keminfo.go.id/verifyPDF. 		

Lampiran 12 Surat Izin Penelitian Dinas Kesehatan Kota Denpasar



පරිපාලන දෙපාර්තමේන්තුව
PEMERINTAH KOTA DENPASAR
නිකුත් කිරීමේ දෙපාර්තමේන්තුව
DINAS KESEHATAN
සෞඛ්‍ය සේවා දෙපාර්තමේන්තුව (ප්‍රධාන) සෞඛ්‍ය සේවා දෙපාර්තමේන්තුව (ප්‍රධාන) සෞඛ්‍ය සේවා දෙපාර්තමේන්තුව (ප්‍රධාන)
Jl. Maruti No. 8 Denpasar, Telepon (0361) 424801 Fax (0361) 425369
Laman : www.denpasarkota.go.id, Pos-el : kesehatan@denpasarkota.go.id

Denpasar, Anggara Paing Bala 24 Februari 2026

Nomor : B/000.9.2/796/DIKES
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Mohon Izin Melaksanakan Penelitian

Yth. Kepala UPTD Puskesmas II Dinas Kesehatan Kec. Denpasar Utara

di –
Denpasar

Menindaklanjuti surat dari Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar Nomor : PP.06.02/F.XXIV.14/0618/2026, tanggal 19 Februari 2026. Perihal permohonan izin melaksanakan penelitian dalam rangka tugas akhir, atas nama :

Nama : Ni Made Desy Ardiantini
NIM : P07124222062
Judul Penelitian : Perbedaan Pengetahuan Persiapan Pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif Pada Ibu Hamil Bekerja Sebelum dan Setelah Pemberian Edukasi Dengan Media *Booklet*.

Dengan ini kami sampaikan agar saudara Kepala Puskesmas dapat membantu dan memfasilitasi penelitian dimaksud sesuai ketentuan berlaku.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian Bapak/Ibu kami ucapkan terimakasih.

Kepala Dinas Kesehatan Kota Denpasar



dr. Anak Agung Ayu Agung Candrawati, M.Kes.
Pembina Tk. I
NIP. 196709151998032003

Tembusan:

1. Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemnekes Denpasar
2. Ybs

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN).

Lampiran 13 Surat Pernyataan Telah Melaksanakan Penelitian



PEMERINTAH KOTA DENPASAR
DINAS KESEHATAN KOTA DENPASAR
UPD PUSKESMAS II DINAS KESEHATAN
KECAMATAN DENPASAR UTARA



Jalan Gunung Agung Gang II Nomor 8x Denpasar Kode Pos 80118
Telepon 0361433422, Email : puskesmas.denut2@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : 000.9.2/0420/Pusk.II DU

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala UPD Puskesmas II Dinas Kesehatan
Kecamatan Denpasar Utara :

Nama : dr. Ni Putu Ari Widayani
NIP : 197211112006042007
Pangkat/ Gol. : Pembina Utama Muda, IV/c
Jabatan : Kepala UPD Puskesmas II Dinas Kesehatan
Kecamatan Denpasar Utara.

Dengan ini memberikan keterangan kepada :

Nama : Ni Made Desy Ardiantini
NIM : P07124222062
Judul Penelitian : Perbedaan Pengetahuan Persiapan Pemberian Air Susu Ibu
(ASI) Eksklusif Pada Ibu Hamil Bekerja Sebelum dan
Setelah Pemberian Edukasi Dengan Media Booklet.

Mahasiswa Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes, memang benar sudah melaksanakan
Praktik Kerja Lapangan di UPD Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar
Utara.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Denpasar
Pada Tanggal : 20 April 2026
Kepala UPD Puskesmas II Dinas Kesehatan
Kecamatan Denpasar Utara



Lampiran 14 Hasil Turnitin

PERBEDAAN PENGETAHUAN PERSIAPAN PEMBERIAN AIR
SUSU IBU (ASI) EKSklusif PADA IBU HAMIL BEKERJA SEBELUM
DAN SETELAH PEMBERIAN EDUKASI DENGAN MEDIA
BOOKLET

ORIGINALITY REPORT

21 %
SIMILARITY INDEX

12 %
INTERNET SOURCES

12 %
PUBLICATIONS

8 %
STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1 Submitted to Badan PPSPDM Kesehatan
Kementerian Kesehatan 1 %
Student Paper

2 Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan
Tinggi Indonesia Jawa Timur III <1 %
Student Paper

3 Submitted to Universitas Warmadewa <1 %
Student Paper

4 pdfcookie.com <1 %
Internet Source

5 Cik Angkut. "PENDIDIKAN IBU
BERHUBUNGAN DENGAN PEMBERIAN ASI
EKSklusif", Jurnal Kebidanan Malahayati,
2020 <1 %
Publication

6 creasoft.wordpress.com <1 %
Internet Source

7	Submitted to Universitas Indonesia Student Paper	<1 %
8	ijurnal.com Internet Source	<1 %
9	Submitted to Poltekkes Kemenkes Malang Student Paper	<1 %
10	dewifitriana2.blogspot.com Internet Source	<1 %
11	ejurnalmalahayati.ac.id Internet Source	<1 %
12	Submitted to Universitas Multimedia Nusantara Student Paper	<1 %
13	idrusputranara689.blogspot.com Internet Source	<1 %
14	Submitted to Konsorsium Turnitin Relawan Jurnal Indonesia Student Paper	<1 %
15	jurnal.healthsains.co.id Internet Source	<1 %
16	spada.htp.ac.id Internet Source	<1 %
17	healthnews.id Internet Source	<1 %



- | | | |
|----|--|------|
| 18 | journal.pubmedia.id
Internet Source | <1 % |
| 19 | repository.unmas.ac.id
Internet Source | <1 % |
| 20 | de.scribd.com
Internet Source | <1 % |
| 21 | Submitted to Institut Agama Islam Negeri
Manado
Student Paper | <1 % |
| 22 | Submitted to Konsorsium Perguruan Tinggi
Swasta I 2023
Student Paper | <1 % |
| 23 | eprints.umpo.ac.id
Internet Source | <1 % |
| 24 | repositorio.uncp.edu.pe
Internet Source | <1 % |
| 25 | tesis.ucsm.edu.pe
Internet Source | <1 % |
| 26 | En Purmafitriah, Menap Menap, Sabar
Setiawan. "Analisis Faktor-Faktor yang
Mempengaruhi Perilaku Masyarakat dalam
Mengelola Obat Sisa dan Obat Kedaluwarsa di
Rumah Tangga di Kecamatan Sekarbela Kota
Mataram", MAHESA : Malahayati Health
Student Journal, 2026
Publication | <1 % |



190

Internet Source

<1%

ACC. Admin/ta. Unit Perpustakaan



Abdur Rahman, SKM., S>IPI., MA
NIP. 196809171989031005

Exclude quotes

On

Exclude matches

Off

Exclude bibliography

On

Lampiran 15 Booklet



Daftar Isi	
Pendahuluan	01
Apa itu ASI Eksklusif?	02
Apa itu ASI Perah?	03
Teknik pemerahan ASI dengan tangan	04
Teknik pemerahan dengan Pompa ASI	05
Waktu pemerahan ASI	06
Upaya meningkatkan produksi ASI	07
Cara Merangsang Refleks Oksitosin	08
Cara menyimpan ASI Perah	09
Tabel ketahanan ASI Perah	10
Cara mencairkan ASI Perah	11
Cara menghangatkan ASI Perah	12
Cara pemberian ASI Perah dengan Cuffeeder atau gelas	13
Penutup	14
Daftar Pustaka	15



Apa itu ASI Perah?

ASI perah adalah ASI yang dikeluarkan dari payudara melalui proses pemerahan, baik secara manual menggunakan tangan maupun dengan bantuan alat pompa ASI secara mekanis.

ASIP memiliki komposisi nutrisi yang sama dengan ASI yang diberikan langsung dari payudara ibu kepada bayi. Namun, ASIP dapat disimpan dan digunakan untuk memberi makan bayi saat ibu tidak dapat menyusui langsung, misalnya saat ibu bekerja atau sedang berada jauh dari bayi.

Sumber:
Dudman, E., & Pridemore, R. (2021). *Manajemen Penyakit dan Masalah Medikal: Aspek Perawatan*. 102. Pustaka Ragunan.

03

Cara Memerah ASI dengan Tangan



1. Cuci tangan sebelum memerah.
2. Santai dan cari posisi nyaman.
3. Pegang wadah (gelas bermulut lebar/mangkuk yang bersih dan kering) dibawah areola dan puting.
4. Letakkan ibu jari di atas areola, jari telunjuk di bawah areola, 3 jari lainnya menyangga seperti mangkuk. (seperti gambar di atas)
5. Mengeluarkan ASI dimulai dengan gerakan ibu jari dan telunjuk menuju dinding dada. Gerakan ini diikuti dengan memerah payudara ke arah puting.
6. Lakukan gerakan yang sama mengelilingi areola.
7. Hindari memerah pada puting, karena dapat menghambat aliran ASI.
8. Perah satu ASI hanya perlahan dan menetes. Memakan waktu sekitar 2-5 menit dan perah lagi payudara satunya.
9. Bergantian antara payudara setelah 5-6 kali minimal dengan waktu 20-30 menit.
10. Hentikan memerah ketika ASI sudah mengalir lambat.

Sumber:
WHO (2016). *Memerah ASI*. Dari: *Perilaku Kesehatan Masyarakat* 40 jam. Kementerian Kesehatan RI.

04

Cara Memerah ASI dengan Pompa

1. Gunakan pompa ASI sesuai dengan petunjuk dari produsen.
2. Cuci tangan setiap kali sebelum mulai memompa.
3. Siapkan seluruh perlengkapan memerah dan pastikan tetap bersih. Semua bagian yang bersentuhan harus dicuci menggunakan air panas setiap selesai dipakai.
4. Pompa tersedia dalam berbagai ukuran sungkup untuk menyesuaikan ukuran puting. Pilih lingkaran dasar sungkup yang pas. Saat digunakan, puting dan areola harus masuk dengan nyaman, dan puting bergerak maju mundur tanpa harus dicubit, ditekan, ditukai, atau digesek. Ukuran lingkaran dasar corong umumnya berkisar 21-40 cm.
5. Pada pompa yang dapat diatur kekuatannya isapan dan kecepatannya, mulai dengan terendah. Setelah ASI mulai mengalir, tingkatkan isapan dan turunkan kecepatan hingga menyerupai pola hisapan alami bayi.
6. Untuk menjaga produksi ASI, lakukan pemompaan hingga ASI benar-benar kosong, biasanya sekitar 15-20 menit.
7. Hentikan pemompaan ketika aliran ASI sudah berhenti agar tidak menimbulkan cedera pada payudara.



Sumber:
WHO (2016). *Memerah ASI*. Dari: *Perilaku Kesehatan Masyarakat* 40 jam. Kementerian Kesehatan RI.

05

Kapan Waktu Memerah ASI?

1. Waktu untuk mulai memerah ASI bagi ibu bekerja yaitu 2- 4 minggu setelah masa cuti berakhir.
2. Memerah diantara jam menyusui (sekitar 30-60 menit setelah menyusui)
3. Buatlah jadwal minimal setiap 3 jam untuk memompa ASI. Misalnya bekerja mulai pukul 07.00 maka sekitar pukul 10.00 lakukan pumping ASI. Kemudian sekitar jam 13.00, pompalah ASI lagi.

Sumber:
Kementerian Kesehatan, D. J. E. L. (2021). *ASI Eksklusif pada Ibu Bekerja*. https://kesmas.kemkes.go.id/docs/assets/default_pada_ibu_bekerja

06

Upaya Meningkatkan ASI

Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan dalam pembentukan dan pengeluaran ASI.

a. Pijat Oksitosin

Rangsangan menyusui dan pijat oksitosin membantu merangsang refleks oksitosin sehingga produksi dan pengeluaran ASI lebih lancar. Selain memberi rasa nyaman, pijat oksitosin juga membantu mengurangi pembengkakan payudara, mencegah sumbatan ASI, dan menjaga produksi ASI tetap optimal.

b. Nutrisi

1. Ibu menyusui membutuhkan tambahan energi sekitar 300–400 kkal per hari dan 35 gram protein per hari.
2. Penuhi juga kebutuhan cairan dengan minum lebih dari 3 liter air (8–12 gelas) setiap hari untuk mendukung produksi ASI yang optimal.

Sumber :
1. Sari, N. S., S. B., Apriani, R. N., Agustin, N. N. N., & Kusumawati, S. A. N. (2019). Efektifitas Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI. 1–36-41. <https://doi.org/10.30605/ajhs.v1i1.101>.
Kusumawati Kusumawati, R. A. & S. (2021). *ASI Eksklusif pada Ibu Menyusui: Bagaimana Cara Mengoptimalkannya?* (1st ed.). Jakarta: Pustaka Alfabeta.

07

Cara Merangsang Refleks Oksitosin

1. Ibu duduk bersandar kedepan.
2. Lipat lengan di atas meja, lalu letakkan kepala di atas lengan.
3. Biarkan payudara tergantung lepas tanpa tertutup pakaian.
4. Minta bantuan suami atau keluarga untuk memijat.
5. Pijat sepanjang sisi tulang belakang menggunakan kedua kepalan tangan dengan ibu jari mengarah ke depan.
6. Lakukan gerakan melingkar kecil dengan tekanan kuat.
7. Pijat dari leher turun ke arah tulang belakang.
8. Lakukan selama 2–3 menit.



Sumber :
Wibisono (2016). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.

08

Cara Menyimpan ASI Perah

ASI perah dapat disimpan menggunakan beberapa jenis wadah, seperti botol kaca, botol plastik yang telah dinyatakan aman dan bebas bahan berbahaya, serta kantong plastik khusus untuk penyimpanan ASI.

Wadah yang digunakan tidak kemasan botol atau plastik serbaguna, untuk tetap menjaga kualitas ASI, botol/Plastik ASI diberi label berupa jam, tanggal pemerahan, dan nama untuk membedakan ASIP. ASIP harus disimpan didalam lemari pendingin, pisahkan ASIP dengan bahan makanan lain yang tersimpan dalam lemari pendingin.



Jika ASI diperah di tempat kerja, ASI sebaiknya disimpan di Instabilitas cooler bag dengan ice pack sebelum dibekukan.



Sumber :
Amalia, N. M., Mariani, S. T., & Niswandi, N. S. R. (2020). Manajemen Laktasi Pada Medis.

09

Tabel Ketahanan ASIP

Simpan ASIP sesuai panduan suhu berikut untuk menjaga kualitas nutrisi:

Pemrosesan	ASI segar	ASI beku	ASI yang sudah dibekukan
Suhu Ruang (<20°C)	8–16 jam (tergantung sangat bersih)	4 jam	Sebelum dibekukan
Suhu Ruang (20°C)	2–4 jam (optimal)	4 jam	Sebelum dibekukan
Cooler bag dengan ice pack	24 jam	Tidak disarankan	
Freezer (-18°C)	6 hari	24 jam	6 jam
Freezer 1 pintu – Freezer (-18°C)	2 minggu	Tidak boleh dibekukan kembali	
Freezer 2 pintu Freezer (-18°C)	3–6 bulan	Tidak boleh dibekukan kembali	

Sumber :
Barnes, R. M., Barnard, S. T., & Smith, R. S. R. (2020). *Manajemen Laktasi Pada Medis*.

10

Cara Mencairkan ASI Perah

Pemberian ASI sehari sebelumnya ASI perah yang disimpan di dalam freezer diturunkan ke dalam lemari pendingin, tujuannya agar pelelehan ASI perah beku mencair secara bertahap.

ASI dikeluarkan dari lemari es secara berurutan dari jam perah paling awal atau FIFO (First in First Out). Mengambil ASI sesuai kebutuhan yang kita kira bisa langsung diberikan.



Sumber: R. 2020, Buku Saku Dukungan Menyusui, Laski Hafidha

Cara Menghangatkan ASI Perah

ASI cukup dididihkan beberapa saat atau direndam dalam wadah yang berisi air panas.

ASI yang dingin tidak boleh dihangatkan dengan cara direbus karena akan menurunkan unsur kesehatannya.

Jangan menggunakan microwave atau penghangat sejenis yang bersuhu stabil untuk menghangatkan ASI agar zat-zat penting dalam ASI tidak rusak atau hilang.

ASI perah yang hangat jangan dimasukkan ke dalam ASI yang sudah dibekukan, simpan ASI yang dipanaskan pada hari yang berbeda di dalam wadah yang berbeda juga. Sebelum diberikan kepada bayi, kocok dengan lembut, wadah yang berisi ASI sampai tercampur rata. Jangan mengocok dengan kuat karena akan merusak kandungannya. Saat proses penyimpanan karena tidak homogen, lapisan atas yang mengandung lemak akan berpisah dari bagian bawah.



Sumber: R. 2020, Buku Saku Dukungan Menyusui, Laski Hafidha

Cara Pemberian ASI dengan Cup feeder atau Gelas

1. Posisikan bayi duduk atau setengah duduk dan di pangkuan.
2. Letakkan cangkir di bibir bawah bayi dengan sebagian masuk ke mulut bayi.
3. Miringkan cup feeder atau cangkir agar ASI perah bisa menyentuh lidah bayi. Seperti gambar di bawah. (jangan tuangkan ASI).
4. Sisa ASI perah yang tidak habis diminum bayi harus dibuang setelah 1-2 jam.



Cara memberikan ASI dengan cup feeder atau gelas adalah dengan memasukkan ASI ke dalam cangkir atau gelas, kemudian memasukkan cangkir atau gelas ke mulut bayi. Jangan tuangkan ASI ke dalam cangkir atau gelas.



13

Tips Sukses Bagi Ibu

Mempersiapkan diri untuk menyusui selama kehamilan sangat penting karena dengan persiapan yang matang, seorang ibu akan lebih siap secara fisik dan mental. Untuk memberikan ASI kepada bayinya. Persiapan ini mencakup peningkatan pengetahuan dan dukungan psikologis guna mempersiapkan mental, serta pemyataan kesehatan untuk memastikan kondisi fisik ibu optimal.

Setiap tetes ASI Ibu adalah investasi kesehatan masa depan buah hati.



14

Daftar Pustaka

- Amiri, N. W., Marhaeni, G. Y., & Sriasthi, N. G. K. (2020). Manajemen laktasi. Nuta Media.
- Destanti, E., & Pambudi, W. (2022). Hubungan Pengetahuan Ibu Menyusui Mengenai ASI Perah Dengan Ketaatan Manajemen ASI Perah. Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran Tarumanagara, 1(1), (November-April), 54-62.
- Kementerian Kesehatan, D. J. K. I. (2022). ASI Eksklusif pada Ibu Bekerja. https://keskin.kemkes.go.id/view_artikel/1064/asi-eksklusif-pada-ibu-bekerja
- Riyanti, E. (2020). Buku Saku Dukungan Menyusui. JeutikaPria.
- Utami, N. K. A. D., Agustina, K. S., Agutini, N. R. S., & Kesumawati, K. A. S. (2020). Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI. 3, 35-43. <https://doi.org/10.55687/JSKly31.30>.
- WHO. (2023). Global Breastfeeding Scorecard 2023 Rates Of Breastfeeding Increase Around The World Through Highlights For The 2023 Scorecard. Who, 1-9.
- WHO. (2024). Memerah ASI Dari Pelatihan Konseling Menyusui modul 40 jam. Kementerian Kesehatan RI.



15

Lampiran 16 Surat Pencatatan Hak Ciptaan

 REPUBLIK INDONESIA KEMENTERIAN HUKUM	
SURAT PENCATATAN CIPTAAN	
Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:	
Nomor dan tanggal permohonan	EC002026034397, 3 Maret 2026
Pencipta	
Nama	Ni Made Dedy Ardiantini, Ni Komang Enny Astiti, SKM., SST, M.Keb dkk
Alamat	Bd. Yehmalet, Ds. Antiga Kelod, Kec. Manggis, Kab. Karangasem, Manggis, Kab. Karangasem, Bali, 80813
Kewarganegaraan	Indonesia
Pemegang Hak Cipta	
Nama	Poltekkes Kemenkes Denpasar
Alamat	Jl. Sanitasi No. 1, Sidakarya, Denpasar Selatan, Kota Denpasar, Denpasar Selatan, Kota Denpasar, Bali, 80224
Kewarganegaraan	Indonesia
Jenis Ciptaan	Booklet
Judul Ciptaan	Tips Memberikan ASI Bagi Ibu Bekerja
Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia	3 Maret 2026, di Kota Denpasar
Jangka waktu perlindungan	Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali dilakukan Pengumuman.
Nomor Pencatatan	001160589
adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon. Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.	
	di. MENTERI HUKUM DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL u.b Direktur Hak Cipta dan Desain Industri Agung Damarsasongko, SH, MH. NIP. 196912261994031001
	
	
	

Dislaimer:

1. Surat ini diberikan berdasarkan keterangan tidak benar dengan cara penyajian, Menter Hukum untuk menerima surat pencatatan permohonan.
2. Surat Pencatatan ini tidak dapat secara otomatis mengakibatkan hak eksklusif yang diberikan oleh Badan Pendaftaran Kekayaan, Badan Sisa dan Bank Negara.
3. Surat Pencatatan ini dapat dibatalkan keabsahannya dengan tindakan oleh UU pada dasarnya ini dan informasi akan dipaparkan dalam waktu.



LAMPIRAN PENCIPTA

No	Nama	Alamat
1	Ni Made Desy Ardiantini	Br. Yehmalet, Ds. Antiga Kelod, Kec. Manggis, Kab. Karangasem Manggis, Kab. Karangasem
2	Ni Komang Erny Astiti, SKM., SST.M.Keb	Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Kebidanan Denpasar Selatan, Kota Denpasar
3	Ni Komang Yuni Rahyuni, S.St., M.Kes	Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Kebidanan Denpasar Selatan, Kota Denpasar
4	Dr. Bdn. Ni Wayan Ariyuni, SST, M.Keb	Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Kebidanan Denpasar Selatan, Kota Denpasar
5	Bdn. Gusti Ayu Eka Utarini, SST, M.Kes	Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Kebidanan Denpasar Selatan, Kota Denpasar



Diketahui:

1. Daftar hal pertama mencantumkan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, Materi tersebut untuk keperluan surat pernyataan permohonan.
2. Surat Pernyataan ini tidak dapat secara otomatis menggunakan surat pernyataan yang diterbitkan oleh Balai Desa Serdikani Uluwatu, Badar Alor dan Sadeh Negeri.
3. Surat Pernyataan ini dapat dibuktikan kebenarannya dengan mendaftar ke DA pada dokumen ini dan informasi akan dipaparkan dalam bentuk.

Lampiran 17 Dokumentasi Penelitian



Lampiran 18 Lembar Bimbingan

7/1/26, 11:22 PM

Data Skripsi Mahasiswa



Portal

Perkuliahan

Perkuliahan (mhs)

Laporan (Mhs)

Yudisium (Mhs)

Kuesioner

Sistem
Informasi Akademik



Pengubahan data skripsi berhasil



Data Skripsi Mahasiswa

N I M P07124222062

Nama Mahasiswa Ni Made Desy Ardiantini

Info Akademik
Fakultas : Jurusan Kebidanan - Program Studi Program Studi Sarjana Terapan
Kebidanan + Profesi Kebidanan
Semester : 8

Skripsi

Bimbingan

Jurnal Ilmiah

Syarat Sidang

Sidang Skripsi

Bimbingan

No	Dosen	Topik	Masukan Dosen	Tanggal Bimbingan	Validasi Dosen	Aksi
1	198305082005012002 - NI KOMANG ERNY ASTITI, SKM,SST,M.Keb	Bimbingan Bab V-VI	perbaiki sesuai catatan yang diberikan	9 April 2026	✓	
2	198305082005012002 - NI KOMANG ERNY ASTITI, SKM,SST,M.Keb	Revisi Bab V-VI	tambahkan referensi yang sesuai	13 April 2026	✓	
3	198305082005012002 - NI KOMANG ERNY ASTITI, SKM,SST,M.Keb	Revisi Abstrak dan Ringkasan penelitian	cek tumitin	16 April 2026	✓	
4	198305082005012002 - NI KOMANG ERNY ASTITI, SKM,SST,M.Keb	Bimbingan revisi dan penyerahan persetujuan Skripsi	acc	22 April 2026	✓	
5	197306261992032001 - Dr. Bdn. NI KOMANG YUNI RAHYANI, S.SiT, M.Kes	Bimbingan Bab V-VI	Perhatikan tata tulis dan pedoman, tambah referensi up date	17 April 2026	✓	
6	197306261992032001 - Dr. Bdn. NI KOMANG YUNI RAHYANI, S.SiT, M.Kes	Bimbingan Abstrak dan revisi Bab V	Pertajam pembahasan	21 April 2026	✓	
7	197306261992032001 - Dr. Bdn. NI KOMANG YUNI RAHYANI, S.SiT, M.Kes	Revisi Abstrak dan tata tulisan	Perbaiki tata tulis	27 April 2026	✓	
8	197306261992032001 - Dr. Bdn. NI KOMANG YUNI RAHYANI, S.SiT, M.Kes	Revisi dan penyerahan persetujuan Skripsi	ACC masalah	29 April 2026	✓	

Lampiran 19 Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI REPOSITORY

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Made Desy Ardiantini
NIM : P07124222062
Program Studi : Sarjana Terapan
Jurusan : Kebidanan
Tahun Akademik : 2026
Alamat : Br. Yeh malet, Ds. Antiga Kelod, Kec. Manggis, Kab.
Karangasem
No HP/Email : 081558748093/desyardiantinii@gmail.com

Dengan ini menyerahkan berkas skripsi dengan judul:

Perbedaan Pengetahuan Persiapan Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif Pada Ibu Hamil Bekerja Sebelum Dan Setelah Pemberian Edukasi Dengan Media *Booklet*

1. Dan menyetujuinya menjadi hak milik Poltekkes Kemenkes Denpasar serta memberikan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif untuk disimpan, dialihkan, mediakan, dikelola dalam pangkalan data dipublikasikannya di internet atau media lain untuk kepentingan akademis selama tetap mencantumkan nama penulis sebagai Hak Cipta.
2. Pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh. Apabila dikemudian hari terbukti ada pelanggaran Hak Cipta/Plagiarisme dalam karya ilmiah ini, maka segala tuntutan hukum yang timbul akan saya tanggung pribadi tanpa pihak Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Denpasar, 01 Juli 2026

Yang membuat pernyataan



Ni Made Desy Ardiantini
NIM. P07124222062