



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
STATE POLYTECHNIC OF HEALTH MALANG

KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"
Reg.No.:608 / KEPK-POLKESMA/ 2020

Protokol penelitian yang diusulkan oleh
The research protocol proposed by

Lovy Fiara Zuninda Rahmawati

Peneliti Utama
Principal In Investigator

Lovy Fiara Zuninda Rahmawati

Nama Institusi
Name of the Institution

Poltekkes Malang

Dengan Judul

Pengaruh Pelatihan Manajemen ASI Perah (ASIP) Terhadap Pemahaman Tentang ASI Eksklusif Pada Ibu Hamil Trimester III Di PUSKESMAS Pandanwangi Kota Malang

The Effect Of Training Of Dairy Management Towards Understanding Of Exclusive Breast Milk In Third Trimester Pregnant Mother At Primary Health Care Pandanwangi District Of Malang

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 03 Februari 2020 sampai dengan 03 Februari 2021

This declaration of ethics applies during the period February 3, 2020 until February 3, 2021

Malang, 03 Februari 2020
Head of Committee



Dr. SUSI MILWATI, S.Kp, M.Pd
NIP. 196312011987032002

Lampiran 2

PERNYATAAN KESEDIAAN MEMBIMBING

Saya, yang bertanda tangan di bawah ini:

1. Nama dan Gelar : Naimah, SKM., M.Kes
2. NIP : 196612311986032005
3. Pangkat dan Golongan : Penata Tk I / III d
4. Jabatan : Dosen Kebidanan
5. Asal Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
6. Pendidikan Terakhir : Magister Kesehatan Masyarakat
7. Alamat dan Nomor yang bisa dihubungi
 - a. Rumah : Jln Jembawan XII / 3K – 01 Sawojajar II
Malang
 - b. Telepon/HP : 081333575790
 - c. Alamat Kantor : Jalan Besar Ijen No. 77C Malang
 - d. Telepon Kantor : (0341) 5660075

Dengan ini menyatakan (bersedia/ tidak bersedia*) menjadi pembimbing (Utama/
Pendamping*) Proposal Skripsi mahasiswa:

- Nama : Lovy Fiara Zuninda Rahmawati
NIM : 1602450022
Judul Proposal Skripsi : Pengaruh Pelatihan Manajemen ASI Perah
(Asip) Terhadap Pemahaman Tentang ASI
Eksklusif pada Ibu Hamil Trimester III di
Puskesmas Pandanwangi Kota Malang

*) coret yang tidak dipilih

Malang, 1 September 2019
Pembimbing Utama

**Naimah, SKM., M.Kes
NIP.196612311986032005**

**PERNYATAAN
KESEDIAAN MEMBIMBING**

Saya, yang bertanda tangan di bawah ini:

1. Nama dan Gelar : Tarsikah, S.SiT., M.Keb
2. NIP : 197501262005012002
3. Pangkat dan Golongan : Penata Muda Tingkat I/IIIc
4. Jabatan : Lektor
5. Asal Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
6. Pendidikan Terakhir : Magister Kebidanan
7. Alamat dan Nomor yang bisa dihubungi
 - a. Rumah : JL. Simpang Teluk Pacitan Kav.10, Arjosari
 - b. Telepon/HP : 081334443299
 - c. Alamat kantor : Jalan Besar Ijen No. 77C Malang
 - d. Telepon kantor : (0341) 5660075

Dengan ini menyatakan (bersedia/ tidak bersedia*) menjadi pembimbing (Utama/ Pendamping*) Proposal Skripsi mahasiswa:

- Nama : Lovy Fiara Zuninda Rahmawati
NIM : 1602450022
Judul Proposal Skripsi : Pengaruh Pelatihan Manajemen ASI Perah (Asip) Terhadap Pemahaman Tentang ASI Eksklusif Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Pandanwangi Kota Malang

*) coret yang tidak dipilih

Malang, 1 September 2019
Pembimbing Pendamping

**Tarsikah, S.SiT., M.Keb
NIP.19750126200501202**

Lampiran 3



KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SDM KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG

- Kampus Pusat : Jl. Besar Ijen No. 77 C Malang 65112 Telp (0341) 566075, 571388 Fax (0341) 556746
- Kampus I : Jl. Srikoyo No. 106 Jember, Telp (0331) 486613
- Kampus II : Jl. A Yani Sumberporong Lawang, Telp (0341) 427847
- Kampus III : Jl. Dr. Soetomo No. 46 Blitar, Telp (0342) 801043
- Kampus IV : Jl. KH Wakhid Hasyim No. 64 B Kediri, Telp (0354) 773095
- Kampus V : Jl. Dr. Soetomo No. 5 Trenggalek, Telp (0355) 791293
- Kampus VI : Jl. Dr. Cipto Mangunkusumo No. 82 A Ponorogo, Telp (0352) 461792
Website : <http://www.poltekkes-malang.ac.id> Email : direktwa@poltekkes-malang.ac.id

Nomor : PP.04.03/4.0/ 899 /2020

Malang, 31 Januari 2020

Lampiran : -

Perihal : **Permohonan Pelaksanaan Penelitian**

Kepada Yth :
Kepala Dinas Kesehatan Kota Malang
di

Tempat

Dengan ini kami sampaikan bahwa sebagai salah satu prasyarat kelulusan mahasiswa pada Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, setiap mahasiswa diwajibkan untuk menyusun skripsi. Sehubungan dengan hal tersebut, maka bersama ini kami mohon dengan hormat agar dapatnya diijinkan untuk melaksanakan **Penelitian** mahasiswa kami :

Nama : Lovy Fiara Zuninda Rahmawati
NIM : 1602450022
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan Malang
Semester : VIII (Delapan)
Periode : 03 Februari s/d 30 April 2020
Judul Penelitian : Pengaruh Pelatihan Manajemen ASI Perah (ASIP) terhadap Pemahaman tentang ASI Eksklusif pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Pandanwangi Kota Malang

Demikian, atas perhatian dan kerjasamanya, disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan Kebidanan,

Herawati Mansur, SST, M.Pd, M.Psi
NIP. 19650101985032002

Tembusan disampaikan Kepada Yth :

1. Kepala Puskesmas Pandanwangi
2. Mahasiswa yang bersangkutan



PEMERINTAH KOTA MALANG
DINAS KESEHATAN

Jl.Simpang LA. Sucipto No.45 Telp. (0341) 406878,Fax(0341) 406879

Website:www.dinkes.malangkota.go.id / e-mail:dinkes@malangkota.go.id

MALANG

Kode Pos: 65124

Malang, Februari 2020

Nomor : 072/77 /35.73.402/2020
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Penelitian

Kepada
Yth. Sdr. Kepala Puskesmas Pandanwangi
di
Malang

Dengan ini diberitahukan bahwa Mahasiswa Poltekes Kemenkes Malang tersebut di bawah ini :

Nama : Lovy Fiara Zuninda Rahmawati
N I M : 1602450022

Akan melaksanakan Penelitian mulai Tanggal 3 Februari s/d 30 April 2020, dengan judul : Pengaruh Pelatihan Manajemen ASI Perah (ASIP) Terhadap Pemahaman tentang ASI Eksklusif pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Pandanwangi Kota Malang.

Sehubungan dengan hal tersebut, dimohon Saudara untuk membantu memberikan data atau informasi yang diperlukan. Mahasiswa yang telah selesai melaksanakan Penelitian wajib melaporkan hasilnya kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Malang.

Demikian untuk mendapatkan perhatian.



KEPALA DINAS KESEHATAN
Sekretaris,

Drs. SUMARJONO, Apt, MM

Pembina Tingkat I

NIP. 19640807 199502 1 001



PEMERINTAH KOTA MALANG
DINAS KESEHATAN
PUSKESMAS PANDANWANGI
Jalan Laksda Adi Sucipto No. 315(0341) 484472.Malang
e-mail : pandanwangipuskesmas @malangkota.go.id
Malang Kode pos : 65124

SURAT KETERANGAN
Nomor : 870 / It3 /35.73.402.012/2020

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Puskesmas Pandanwangi Kota Malang
Menerangkan bahwa :

N a m a : Lovy Fiara Zuninda Rahmawati
Universitas : Poltekes Kemenkes Malang
Jurusan : Kebidanan
NIM : 1602450022

Yang bersangkutan telah selesai melakukan Pengambilan Data di Puskesmas Pandanwangi dengan
judul Pengaruh Pelatihan Manajemen ASI Perah (ASIP) terhadap Pemahaman tentang ASI Eksklusif
pada Ibu Hamil Trimester III diPuskesmas Pandanwangi mulai 03 Pebruari s/d 30 April 2020,
Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 6 Juli 2020

a.n. Kepala Puskesmas Pandanwangi
K.a. Sub Bag. Tata Usaha



Endang Suhartatik
NIP. 19680609 198712 2 012

Lampiran 4

PERMOHONAN IJIN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lovy Fiara Zuninda Rahmawati

NIM : 1602450022

Program Studi : Sarjana Terapan dan Profesi Kebidanan Malang

Jurusan : Kebidanan Poltekkes Kemenkes Malang

Sehubungan dengan adanya penyusunan tugas akhir berupa skripsi sebagai persyaratan bagi mahasiswa untuk menyelesaikan program pendidikan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Jurusan Kebidanan Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Malang, maka dengan ini saya memohon bantuan kepada saudara untuk bersedia menjadi responden pada penelitian yang akan saya lakukan. Saya bermaksud untuk mengadakan penelitian berjudul "*Pengaruh Pelatihan Manajemen ASI Perah (Asip) Terhadap Pemahaman Tentang ASI Eksklusif Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Pandanwangi Kota Malang.*" Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pelatihan manajemen ASI perah terhadap pemahaman tentang ASI eksklusif

Untuk kelancaran penelitian ini, saya mengharapkan partisipasi saudara untuk menjadi responden dan saya sangat berterimakasih atas kesediaan saudara dalam mengisi formulir yang saya sediakan dengan sejujurnya dan apa adanya.

Adapun segala sesuatu yang berkaitan dengan penelitian ini, kerahasiaan merupakan hal yang saya utamakan.

Malang,..... 2019

Peneliti

(Lovy Fiara Zuninda Rahmawati)

Lampiran 5

PENJELASAN SEBELUM PERSETUJUAN UNTUK MENGIKUTI PENELITIAN (PSP)

1. Saya adalah Lovy Fiara Zuninda Rahmawati mahasiswa Progam Studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi secara sukarela dalam penelitian yang berjudul “Pengaruh Pelatihan Manajemen ASI Perah (Asip) Terhadap Pemahaman Tentang ASI Eksklusif Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Pandanwangi Kota Malang”.
2. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidak ada pengaruh pelatihan manajemen asi perah terhadap pemahaman tentang ASI Eksklusif.
3. Prosedur dalam pengambilan data adalah dengan cara mengisi kuesioner pre test yang sudah disediakan langsung oleh peneliti dengan waktu pengisian 30 menit sebelum dilakukan pelatihan. Kemudian setelah pengisian kuesioner selesai maka akan dilakukan pelatihan. Setelah pelatihan diberikan maka akan ada pengisian kuesioner post test dengan waktu pengisian selama 30 menit.
4. Keuntungan yang anda peroleh dalam keikutsertaan pada penelitian ini adalah dapat meningkatkan pemahaman anda mengenai manajemen ASI perah. Selain itu, pada akhir penelitian peneliti akan memberikan souvenir sebagai tanda terima kasih.
5. Seandainya anda tidak menyetujui cara ini anda boleh tidak mengikuti penelitian ini sama sekali, untuk itu anda tidak dikenakan sanksi apapun.
6. Nama dan jati diri ataupun segala informasi yang diberikan oleh responden akan dirahasiakan.
7. Jika anda memerlukan informasi atau bantuan yang terkait dengan penelitian ini, silahkan menghubungi saya Lovy Fiara Zuninda Rahmawati, No Hp 085746786344 sebagai peneliti.

Peneliti

(Lovy Fiara Zuninda Rahmawati)

Lampiran 6

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

(INFORMED CONCENT)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa saya telah mendapatkan penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Lovy Fiara Zuninda Rahmawati mahasiswa Progam Studi Sarjana Terapan Kebidanan Malang Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang yang berjudul “Pengaruh Pelatihan Manajemen ASI Perah (ASIP) Terhadap Pemahaman Tentang ASI Eksklusif pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Pandanwangi Kota Malang.”

Saya yakin bahwa penelitian ini tidak menimbulkan kerugian apapun pada saya. Dan saya telah mempertimbangkan serta memutuskan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

Saksi

Malang,.....
Yang Membuat persetujuan

Mengetahui,

Peneliti

Lampiran 7

KISI KISI KUESIONER PEMAHAMAN TENTANG ASI EKSKLUSIF

Variabel	Indikator	No Item Baru	Jumlah
Pemahaman tentang ASI Eksklusif	Keuntungan ASI eksklusif bagi ibu	1,2,3,4,5,6, 7,8,9,10,11,12	12
	Memerah ASI	13,14,15,16, 17,18,19,20	8
	Menyimpan ASI	21, 22, 23,24, 25, 26,27,28,29	9
	Menyajikan ASI yang telah dibekukan	30, 31, 32, 33, 34, 35	6
Jumlah			35

Lampiran 8

A. IDENTITAS PRIBADI RESPONDEN

No Responden : _____

Umur Responden : _____ tahun

Pendidikan Terakhir* : 1. Tidak tamat SD

2. SD

3. SLTP

4. SMA

5. Perguruan tinggi

Pekerjaan * : 1. Karyawan Swasta

2. Pegawai Negeri Sipil

3. Wiraswasta

4. dll (sebutkan) _____

Hamil Ke* : 1. Kehamilan Pertama

2. Kehamilan Kedua

3. Kehamilan Ke _____

*) lingkari salah satu

B. PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan yang harus anda kejakan setelah anda baca dan pahami. Terdapat lima alternatif jawaban yang tersedia di sebelah kanan pada tiap-tiap pernyataan. Anda diminta memberikan jawaban sesuai dengan yang anda alami atau yang paling sesuai dengan keadaan anda, dengan cara memilih salah satu alternatif jawaban dengan memberi tanda (✓) atau tanda (X):

Adapun arti pilihan jawaban yang tersedia adalah :

B : jika anda merasa **Benar** dengan pernyataan tersebut

S : jika anda merasa **Salah** dengan pernyataan tersebut

KUESIONER

No	Item Pernyataan	Benar	Salah
1	Bayi yang diberi ASI berisiko lebih kecil untuk terserang penyakit, seperti diare, asma, alergi, infeksi telinga, infeksi saluran pernapasan, konstipasi, sindrom kematian bayi mendadak, dan meningitis		
2	Bayi yang diberi ASI berisiko lebih tinggi untuk mengalami obesitas dan diabetes tipe 2		
3	Bayi yang mendapat ASI, memiliki tingkat kecerdasan yang lebih tinggi		
4	Bayi yang diberi ASI merasa kenyang serta baik bagi metabolisme lemak		
5	Kolesterol sangat dibutuhkan bayi guna menunjang tumbuh kembangnya dan zat ini banyak ditemukan pada ASI		
6	ASI eksklusif bisa digunakan sebagai metode kontrasepsi alami		
7	Menyusui akan merangsang produksi hormon oksitosin yang bisa memuat ibu merasa rileks		
8	Hormon oksitoksin yang keluar saat menyusui juga dapat membantu rahim berkontraksi		
9	Selama memberikan ASI eksklusif, menghemat pengeluaran bulanan Ibu		
10	ASI eksklusif selama 6 bulan penuh juga terbukti mampu menurunkan risiko penyakit pada bayi		
11	Memberikan ASI dapat mengurangi resiko depresi setelah melahirkan		
12	Pemberian ASI Eksklusif lebih praktis karena bisa diberikan sewaktu waktu		
13	Pada saat memerah ASI, ibu harus dalam keadaan nyaman.		
14	Untuk meningkatkan produksi ASI, payudara dikompres dengan air hangat dan dipijat dengan lembut sebelum memerah ASI.		

No	Item Pernyataan	Benar	Salah
15	Memerah yang dilakukan secara rutin dapat meningkatkan produksi ASI		
16	Pada ibu yang bekerja lebih baik mengeluarkan ASI terlebih dahulu untuk ditinggalkan bagi bayinya agar ASI eksklusif tetap berjalan		
17	Perawatan payudara dilakukan untuk menghindari terjadinya pembengkakan dan memperlancar produksi ASI		
18	Menyusui harus dengan kedua payudara dan diusahakan sampai terasa kosong, agar produksi ASI lebih baik		
19	Pada saat menyusui, perut bayi menempel pada badan ibu, dan kepala bayi menghadap payudara (bukan hanya membelokkan kepala bayi)		
20	Cara melepas isapan bayi dengan memasukkan jari kelingking ke mulut bayi atau dagu ditekan ke bawah		
21	ASI yang baru diperah dan disimpan dilemari es dapat bertahan 1-2 hari dengan penutupan botol yang kedap.		
22	Sebaiknya ASI disimpan didalam freezer.		
23	ASI tidak baik apabila disimpan diwadah yang terbuat dari plastic poliestilen.		
24	ASI sebaiknya disimpan digelas kaca.		
25	ASI yang sebelumnya disimpan dilemari es, harus dihangatkan terlebih dahulu dengan air hangat.		
26	ASI perah disimpan dalam lemari pendingin atau menggunakan portable cooler bag		
27	ASI beku dapat dicairkan di luar lemari pendingin pada udara terbuka yang cukup hangat atau di dalam wadah berisi air hangat, selanjutnya ASI dapat bertahan 4 jam atau sampai waktu minum berikutnya tetapi tidak dapat dibekukan lagi.		
28	Jangan menggunakan microwave dan memasak ASI untuk mencairkan atau menghangatkan ASI.		

No	Item Pernyataan	Benar	Salah
29	Sebelum ASI diberikan kepada bayi, kocoklah ASI dengan perlahan untuk mencampur lemak yang telah mengapung.		
30	Memanaskan ASI dilakukan dengan cara membiarkan botol dialiri air panas (bukan mendidih) didalam baskom.		
31	ASI yang disimpan di freezer,12 jam sebelum diberikan kepada bayi, sebaiknya dicairkan dulu dengan menurunkan dari freezer ke suhu ruangan		
32	ASI yang telah dihangatkan, sebelum diberikan kepada bayi sebaiknya dicek terlebih dahulu dengan meneteskan ditangan, agar suhunya sesuai.		
33	ASI dapat disimpan tanpa berubah kualitasnya di udara bebas atau dalam suhu ruangan selama 6 jam, dan dalam lemari es 24 jam		
34	Hangatkan ASI perah dengan cara merendam dalam wadah yang berisi air hangat dan siapkan cangkir dan sendok untuk meminumkan ASI perah kepada bayi		
35	Setelah ASI cair, rendam botol atau tempat penyimpanan di dalam mangkok atau wadah yang diisi air panas		

Lampiran 9

KUNCI JAWABAN KUESIONER

No	Jawaban	No	Jawaban	No	Jawaban
1.	Benar	13.	Benar	25.	Benar
2.	Salah	14.	Benar	26.	Benar
3.	Benar	15.	Benar	27.	Benar
4.	Benar	16.	Benar	28.	Benar
5.	Benar	17.	Benar	29.	Benar
6.	Benar	18.	Benar	30.	Benar
7.	Benar	19.	Benar	31.	Salah
8.	Benar	20.	Benar	32.	Benar
9.	Benar	21.	Benar	33.	Benar
10.	Benar	22.	Benar	34.	Benar
11.	Benar	23.	Benar	35.	Benar
12.	Benar	24.	Benar		

Lampiran 11

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) PELATIHAN MANAJEMEN ASI

PENGERTIAN	Manajemen ASI atau yang disebut manajemen ASI adalah pengelolaan ASI yang diambil dengan cara diperah dari payudara untuk kemudian disimpan dan nantinya diberikan kepada bayinya. (Maryunani, 2017)
TUJUAN	<ul style="list-style-type: none">- Mengurangi bengkak atau sumbatan ASI pada payudara- Memberi makan bayi yang mengalami kesulitan menghisap payudara- Memberi makan bayi yang menolak menyusu- Memberi makan bayi berat lahir rendah/bayi premature yang tidak bisa menyusu- Memberi makan bayi sakit yang tidak dapat menghisap ASI dengan cukup
REFERENSI	
<p>Maryunani, Anik. 2017. <i>Asuhan Ibu Nifas dan Asuhan Ibu Menyusui</i>. Bogor: IN Media.</p> <p>_____. 2009. <i>Asuhan pada Ibu dalam Masa Nifas (Postpartum)</i>. Jakarta: Trans Info Media.</p> <p>Ma'rifatullah, Fajri. 2013. <i>Mengapa Harus Memberi ASI</i>. https://image.slidesharecdn.com/laktasi2-memberi-asi-20-638.jpg?cb=1401237215. Diakses pada 25 September 2019.</p> <p>Paul, Beverly. 2016. <i>How to Hand Express Breast Milk</i>. https://www.wikihow.com. Diakses pada 25 September 2019</p> <p>Pengurus Pusat Ikatan Dokter Anak Indonesia. 2014. <i>Memerah dan Menyimpan Air Susu Ibu (ASI)</i>. Jakarta: Satgas ASI IDAI</p> <p>Dewi, Vivian Nanny Lia & Sunarsih, Tri. 2012. <i>Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas</i>. Jakarta: Salemba Medika</p>	

**SOP PELATIHAN MANAJEMEN ASI
(TEHNIK MEMERAH ASI)**

PERSIAPAN ALAT DAN BAHAN	<ol style="list-style-type: none">1) Waslap bersih2) Air hangat dalam baskom3) Wadah bersih (botol kaca atau kontainer plastik dengan tutup yang rapat)
PELAKSANAAN	<ol style="list-style-type: none">1) Pastikan ibu mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir hingga bersih terlebih dahulu.2) Jika mungkin perah ASI ditempat yang tenang dan santai dengan posisi duduk sedikit mencondongkan badan ke depan. Hal ini akan membantu refleks pengeluaran ASI yang lebih baik.3) Untuk meningkatkan produksi ASI, payudara dikompres dengan air hangat selama 3-5 menit.4) Pijat payudara dengan gerakan melingkar, ikuti dengan pijatan lembut pada payudara dari sisi luar kearah putting.5) Stimulasi putting dengan lembut dan Tarik sedikit kearah luar atau memutarnya dengan jari.6) Perah ASI ke dalam wadah yang bersih.7) Tempatkan ibu jari di bagian atas payudara pada tepi areola (pada jam 12) dan empat jari dibawah pada tepi areola (pada jam 6).8) Tekan kearah tulang iga kemudian dekatkan ibu jari dan jari-jari lain dengan lembut tepat di belakang areola.9) Ulang dengan pola beri pola berirama, putar posisi jari-jari di sekeliling payudara untuk mengosongkan semua daerah payudara.10) Lakukan bergantian pada kedua payudara setiap 5 menit atau ketika ASI mengalir dengan lambat.11) Ketika sudah selesai, oleskan beberapa tetes beberapa tetes ASI pada setiap putting dan biarkan kering oleh udara.12) Penampilan ASI akan berubah selama pemerahan. Beberapa sendok pertama akan terlihat bening dan setelahnya ASI akan berwarna putih susu. Lemak susu akan berada di bagian atas ASI ketika disipan.13) Jika berencana menyimpan ASI, segera setelah diperah, tutup dan beri label nama dan tanggal pada wadah.

**SOP PELATIHAN MANAJEMEN ASI
(TEHNIK MENYIMPAN ASI)**

PERSIAPAN ALAT DAN BAHAN	<ol style="list-style-type: none">1) Wadah bersih (botol kaca atau container plastic dengan tutup yang rapat)2) Kulkas3) Label
PELAKSANAAN	<ol style="list-style-type: none">1) Pastikan ibu mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir hingga bersih terlebih dahulu.2) Wadah penyimpanan harus dipastikan bersih. Ibu dapat menggunakan botol kaca atau container plastik dengan tutup yang rapat dengan bahan bebas bisphenol A (BPA). Hindari pemakaian kantong plastik biasa maupun botol susu disposable karena wadah-wadah ini mudah bocor dan terkontaminasi.3) Wadah harus diduci dengan air panas dan sabun serta dianginkan hingga kering sebelum dipakai.4) Simpanlah ASI sesuai dengan kebutuhan bayi.5) Pastikan bahwa pada wadah ASI telah diberi label berisi nama anak dan tanggal ASI diperah. Tanggal kapan ASI diperah perlu dicantumkan untuk memastikan bahwa ASI yang dipakai adalah ASI yang lebih lama.6) Jangan mencampurkan ASI yang telah dibekukan dengan ASI yang masih baru pada wadah penyimpanan.7) Jangan menyimpan sisa ASI yang sudah dikonsumsi untuk pemberian berikutnya.8) Putarlah wadah ASI agar bagian yang mengandung krim pada bagian atas tercampur merata. Jangan menocok ASI karena dapat merusak komponen penting dalam susu

SOP PELATIHAN MANAJEMEN ASI
(TEHNIK MEMBERIKAN ASI PERAH KEPADA BAYI)

PERSIAPAN ALAT DAN BAHAN	<ol style="list-style-type: none">1) Air hangat dalam mangkuk2) Wadah bersih berisi ASI yang telah disimpan dalam kulkas3) Kulkas4) Sendok bersih
PELAKSANAAN	<ol style="list-style-type: none">1) Cek tanggal pada label wadah ASI. Gunakan ASI yang paling dulu disimpan.2) Cairkan ASI beku selama satu malam dalam lemari pendingin, agar tidak terlalu dingin maka dapat direndam dengan cara merendam gelas atau cangkir tempat penyimpanan ASI dalam mangkuk yang telah diisi air hangat.3) Setelah dicairkan, ASI harus digunakan dalam waktu 24 jam. Jangan membekukan ulang ASI yang sudah dihangatkan.4) Jangan pernah menggunakan oven atau microwave untuk mencairkan atau menghangatkan ASI. Tidak boleh direbus atau dipanaskan di atas api karena zat-zat yang terkandung didalamnya akan mati.5) Goyangkan wadah ASI dan teteskan pada punggung tangan terlebih dahulu untuk mengecek suhu sudah hangat.6) Berikan ASI menggunakan sendok agar bayi tidak terbiasa menghisap dengan dot sehingga sulit menyusu pada payudara atau biasa disebut “bingung puting”.

Lampiran 12

PROSEDUR PELAKSANAAN PELATIHAN MANAJEMEN LAKTASI

Pelatihan Hari Pertama		
Pukul	Kegiatan	Estimasi Waktu
07.45-08.00	Pendaftaran Kehadiran & pemberian Snack	15 menit
08.00-08.15	Pembukaan, Perkenalan, Foto Bersama	15 menit
	<ol style="list-style-type: none">1. Memberi salam2. Perkenalan diri dari pelatih3. Menjelaskan tujuan dari pelatihan dan menyebutkan materi pelatihan yang akan diberikan4. Dokumentasi untuk kepentingan arsip penelitian	
08.15-08.45	Pre Test	30 menit
08.45-09.30	Penyampaian Materi	45 menit
	<ol style="list-style-type: none">1. Pelatih menyampaikan materi dengan menggunakan metode ceramah2. Materi yang akan diberikan mengenai ASI, manajemen ASI Perah3. Memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya apabila ada ketidakjelasan informasi (diskusi dan tanya jawab)	
09.30-09.45	Penutup	15 menit
	<ol style="list-style-type: none">1. Mengucapkan terimakasih kepada peserta atas partisipasinya.2. Memastikan untuk kehadiran ulang peserta pelatihan di pertemuan 23. Memberi salam	

Pertemuan Hari Kedua		
Pukul	Kegiatan	Estimasi Waktu
07.45-08.00	Pendaftaran ulang kehadiran & pemberian Snack	15 menit
08.00-08.05	Pembukaan	5 menit
	Memberi salam	
08.05-08.15	Mereview ulang Materi	10 menit
	Mereview materi yang telah disampaikan pada pertemuan I dan memberikan kesempatan bertanya untuk peserta mengenai materi yang telah diberikan.	
08.15-09.00	Demonstrasi dan <i>feed back</i> peserta	45 menit
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mendemonstrasikan langkah-langkah manajemen ASI Perah. 2. Meminta Peserta untuk mendemonstrasikan langkah-langkah yang telah diberikan selama pelatihan 3. Memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya apabila masih ada ketidakjelasan (diskusi dan tanya jawab) 	
09.00-09.15	Penutup dan foto bersama	15 menit
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengucapkan terimakasih kepada peserta atas partisipasinya. 2. Memberi salam 	

Pertemuan Hari Ketiga		
Pukul	Kegiatan	Estimasi Waktu
Sesuai Kesepakatan	Posttest (melalui media WhatsApp)	30 menit

Lampiran 13

Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Item	r Hitung	r Tabel	Ket	Item	r Hitung	r Tabel	Ket	Item	r Hitung	r Tabel	Ket
1	0.606	0.444	Valid	25	0.332	0.444	Tidak Valid	49	0.446	0.444	Valid
2	0.711	0.444	Valid	26	0.629	0.444	Valid	50	0.654	0.444	Valid
3	0.468	0.444	Valid	27	0.711	0.444	Valid	51	0.125	0.444	Tidak Valid
4	0.744	0.444	Valid	28	0.389	0.444	Tidak Valid	52	-0.409	0.444	Tidak Valid
5	0.164	0.444	Tidak Valid	29	0.738	0.444	Valid	53	0.482	0.444	Valid
6	0.655	0.444	Valid	30	0.911	0.444	Valid	54	0.711	0.444	Valid
7	-0.022	0.444	Tidak Valid	31	0.388	0.444	Tidak Valid	55	-0.031	0.444	Tidak Valid
8	0.253	0.444	Tidak Valid	32	-0.035	0.444	Tidak Valid	56	-0.053	0.444	Tidak Valid
9	0.212	0.444	Tidak Valid	33	0.197	0.444	Tidak Valid	57	0.017	0.444	Tidak Valid
10	0.789	0.444	Valid	34	0.594	0.444	Valid	58	0.793	0.444	Valid
11	0.738	0.444	Valid	35	-0.077	0.444	Tidak Valid	59	0.489	0.444	Valid
12	0.557	0.444	Valid	36	0.878	0.444	Valid	60	0.57	0.444	Valid
13	0.548	0.444	Valid	37	-0.371	0.444	Tidak Valid	61	-0.158	0.444	Tidak Valid
14	0.154	0.444	Tidak Valid	38	0.143	0.444	Tidak Valid	62	0.722	0.444	Valid
15	0.411	0.444	Tidak Valid	39	0.096	0.444	Tidak Valid	63	0.189	0.444	Tidak Valid
16	0.294	0.444	Tidak Valid	40	0.647	0.444	Valid	64	0.340	0.444	Tidak Valid
17	0.344	0.444	Tidak Valid	41	-0.253	0.444	Tidak Valid	65	-0.565	0.444	Valid
18	0.911	0.444	Valid	42	0.184	0.444	Tidak Valid	66	0.516	0.444	Valid
19	0.823	0.444	Valid	43	0.482	0.444	Valid	67	0.388	0.444	Tidak Valid
20	0.516	0.444	Valid	44	0.226	0.444	Tidak Valid	68	-0.00	0.444	Tidak Valid

Item	r Hitung	r Tabel	Ket	Item	r Hitung	r Tabel	Ket	Item	r Hitung	r Tabel	Ket
									8		
21	0.548	0.444	Valid	45	0.008	0.444	Tidak Valid	69	0.288	0.444	Tidak Valid
22	0.289	0.444	Tidak Valid	46	0.091	0.444	Tidak Valid	70	0.509	0.444	Valid
23	0.255	0.444	Tidak Valid	47	0.238	0.444	Tidak Valid	71	0.534	0.444	Valid
24	0.352	0.444	Tidak Valid	48	0.762	0.444	Valid	72	0.669	0.444	Valid

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.959	35

Tabel Nomenklatur Baru

No Lama	No Baru	No Lama	No Baru	No Lama	No Baru	No Lama	No Baru	No Lama	No Baru
1	1	12	8	27	15	48	22	60	29
2	2	13	9	29	16	49	23	62	30
3	3	18	10	30	17	50	24	65	31
4	4	19	11	34	18	53	25	66	32
6	5	20	12	36	19	54	26	70	33
10	6	21	13	40	20	58	27	71	34
11	7	26	14	43	21	59	28	72	35

Lampiran 14

Uji Normalitas

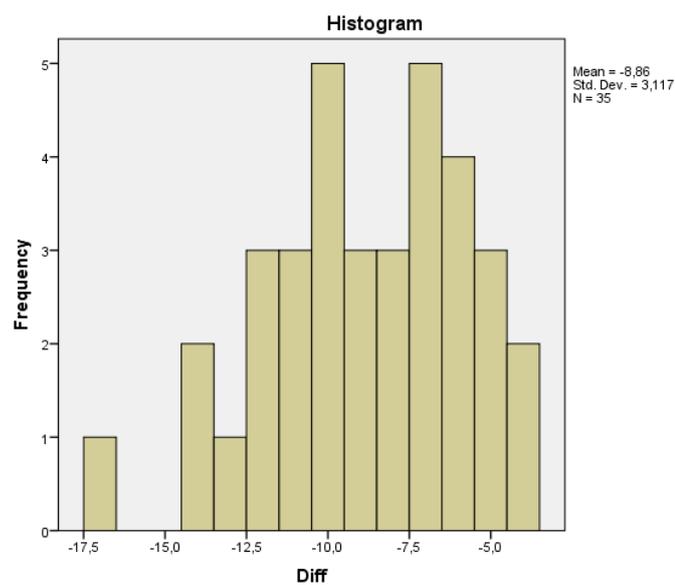
Descriptives

		Statistic	Std. Error	
Diff	Mean	-8,86	,527	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	-9,93	
		Upper Bound	-7,79	
	5% Trimmed Mean	-8,75		
	Median	-9,00		
	Variance	9,714		
	Std. Deviation	3,117		
	Minimum	-17		
	Maximum	-4		
	Range	13		
	Interquartile Range	5		
	Skewness	-,499	,398	
	Kurtosis	-,101	,778	

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Diff	,124	35	,189	,964	35	,309

a. Lilliefors Significance Correction



Lampiran 15

Uji Hipotesis

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest	35	24,66	3,811	11	31
Posttest	35	33,51	2,133	23	35

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest	35	24,66	3,811	11	31
Posttest	35	33,51	2,133	23	35

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Pretest Negative Ranks	0 ^a	,00	,00
Posttest - Pretest Positive Ranks	35 ^b	18,00	630,00
Posttest - Pretest Ties	0 ^c		
Posttest - Pretest Total	35		

a. Posttest < Pretest

b. Posttest > Pretest

c. Posttest = Pretest

Test Statistics^a

	Posttest - Pretest
Z	-5,166 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Lampiran 16

MASTER SHEET PRETEST

PENGARUH PELATIHAN MANAJEMEN ASI PERAH (ASIP) TERHADAP PEMAHAMAN TENTANG ASI EKSKLUSIF PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PUSKESMAS PANDANWANGI KOTA MALANG

RESPONDEN	USIA	PENDIDIKAN	PEKERJAAN	GRAVIDA	ITEM PERNYATAAN																																	TOTAL	%	KRITERIA				
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33				34	35		
R1	24	4	2	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	27	77	B
R2	25	3	1	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	11	31	K
R3	27	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	26	74	C	
R4	25	5	2	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21	60	C
R5	31	5	1	2	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	26	74	C	
R6	28	2	1	3	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24	69	C
R7	32	3	4	2	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	24	69	C
R8	29	5	2	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	21	60	C	
R9	21	4	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22	63	C	
R10	23	4	4	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	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	24	69	C	

R 2 7	3 0	4	1	2	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	2	6	C		
R 2 8	3 0	3	1	2	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	2	6	C	
R 2 9	1 9	5	2	2	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	7	B	
R 3 0	2 7	4	3	3	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	2	7	B	
R 3 1	2 3	4	1	2	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	2	5	C	
R 3 2	2 8	4	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	2	8	B
R 3 3	2 1	5	2	3	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	7	C	
R 3 4	3 6	5	2	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	2	7	C	
R 3 5	2 3	5	4	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	2	6	C

