

**IMPLEMENTASI POSISI MENYUSUI *FOOTBALL HOLD*
TERHADAP NYERI PADA IBU POST SC
DI RSUD dr. SOEKARDJO KOTA TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH



Disusun oleh:

AILLA TIARA PUTRI SITA NURPADILLA

NIM. P2.06.20.1.23.054

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
TASIKMALAYA**

2026



**IMPLEMENTASI POSISI MENYUSUI *FOOTBALL HOLD*
TERHADAP NYERI PADA IBU POST SC
DI RSUD dr. SOEKARDJO KOTA TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan
Program Studi Keperawatan
Tasikmalaya



Disusun oleh:

AILLA TIARA PUTRI SITA NURPADILA

NIM. P2.06.20.1.23.054

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia, serta ridho-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Implementasi Posisi Menyusui *Football Hold* terhadap Nyeri pada Ibu Post *Sectio Caesarea* di RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya” dengan baik. Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan Program Studi D III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya. Dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis menyadari bahwa terdapat berbagai hambatan dan tantangan. Namun, berkat doa, dukungan, serta bimbingan dari berbagai pihak, Karya Tulis Ilmiah ini akhirnya dapat terselesaikan. Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners., M.Kep., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Bapak H. Ridwan Kustiawan, Ns., M.Kep., Sp.Kep.J., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Ibu Sofia Februanti, S.Kep., Ners., M.Kep., selaku Ketua Program Studi D III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Ibu Dr. Tetet Kartilah, S.Kp., M.Kes., selaku dosen pembimbing utama yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta motivasi dengan penuh kesabaran dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ibu Tetik Nurhayati, S.Kep., Ners., M.Kep., selaku dosen pembimbing pendamping yang telah memberikan masukan dan saran yang membangun sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat tersusun dengan baik.
6. Seluruh dosen dan staf kependidikan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya yang telah memberikan ilmu dan pengalaman selama masa perkuliahan.

7. Kedua orang tua tercinta, Ibu dan Ayah saya, yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, dan dukungan tanpa henti.
8. Kakak dan adik tercinta, yang selalu memberikan semangat dan motivasi dalam setiap proses yang penulis jalani.
9. Sahabat “*The Party Eight Girls*” yang selalu menemani, memberikan dukungan, serta menghadirkan kesan dan kenangan berharga selama masa perkuliahan.
10. Rekan-rekan jurusan keperawatan khususnya kelas 3B D III Keperawatan yang telah berjuang bersama dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
11. Diri penulis sendiri, yang telah berusaha, bertahan, dan tetap semangat dalam menghadapi setiap proses dan tantangan selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
12. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan yang lebih baik. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat memberikan manfaat bagi penulis dan pembaca.

Wassalamu’alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Tasikmalaya, Juni 2026



AILLA TIARA PUTRI SITA NURPADILLA

ABSTRAK

“Implementasi Posisi Menyusui *Football Hold* Terhadap Nyeri Pada Ibu Post SC di RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya”

Ailla tiara putri Sita nurpadilla¹

Tetet kartilah²

Tetik Nurhayati³

Sectio caesarea merupakan proses persalinan melalui tindakan pembedahan pada dinding perut dan rahim yang menimbulkan nyeri pada luka operasi. Nyeri dapat mengganggu kenyamanan ibu saat menyusui, terutama pada posisi menyusui konvensional yang memberikan tekanan pada area luka operasi. Salah satu posisi menyusui yang membantu meminimalkan nyeri pada ibu *post sectio caesarea* adalah teknik *football hold* karena mengurangi tekanan pada area luka operasi. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan penerapan teknik *football hold* dalam membantu meminimalkan nyeri pada ibu *post sectio caesarea* saat menyusui. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus deskriptif kualitatif dengan pendekatan observasi partisipatif pada 1 responden ibu *post sectio caesarea* hari ke-2 di RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya. Penelitian dilakukan selama 3 hari, 2 hari perawatan di rumah sakit dan 1 hari *home visit*. Instrumen penelitian meliputi format pengkajian asuhan keperawatan, Standar Operasional Prosedur (SOP) teknik menyusui *football hold*, lembar observasi nyeri, dan pengukuran skala nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Intervensi dilakukan 1x sehari selama ± 10 menit dengan memposisikan bayi di samping tubuh ibu di bawah lengan seperti memegang bola. Hasil penerapan menunjukkan responden tampak lebih nyaman saat menyusui, mampu melakukan teknik *football hold* dengan benar, serta nyeri berangsur membaik. Skala nyeri pada hari pertama berada di kategori nyeri sedang dengan skala 5 dan menurun pada hari ketiga menjadi nyeri ringan dengan skala 2. Teknik *football hold* membantu mengurangi tekanan pada area luka operasi sehingga mendukung kenyamanan ibu saat menyusui. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan teknik *football hold* dapat membantu meminimalkan nyeri dan meningkatkan kenyamanan ibu *post sectio caesarea* saat menyusui. Disarankan teknik *football hold* dapat diterapkan sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis untuk membantu meminimalkan nyeri ibu selama proses menyusui.

Kata Kunci: *Football Hold*, Menyusui, Nyeri, *Post Sectio Caesarea*.

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

ABSTRACT

“Implementation of the Football Hold Breastfeeding Position for Pain in Post-CS Mothers at Dr. Soekardjo Regional Hospital, Tasikmalaya City”

Ailla tiara putri Sita nurpadilla¹

Tetet kartilah²

Tetik Nurhayati³

Cesarean section is a delivery method involving surgery on the abdominal wall and uterus, resulting in pain at the incision site. Pain can compromise the mother's comfort during breastfeeding, particularly with conventional positions that exert pressure on the surgical wound. The "football hold" breastfeeding technique helps minimize pain for mothers recovering from a cesarean section by reducing pressure on the incision site. This study aimed to describe the application of the football hold technique in minimizing pain for postpartum cesarean mothers during breastfeeding. A qualitative descriptive case study method with a participant-observation approach was employed, involving one respondent—a mother on her second day postpartum following a cesarean section at Dr. Soekardjo Regional General Hospital (RSUD) in Tasikmalaya City. The study was conducted over three days: two days of hospital care and one day involving a home visit. Research instruments included a nursing assessment form, a Standard Operating Procedure (SOP) for the football hold technique, an observation sheet, and the Numeric Rating Scale (NRS) to measure pain levels. The intervention was performed once daily for approximately 10 minutes, positioning the baby beside the mother's body under her arm, similar to holding a football. Results indicated that the respondent appeared more comfortable while breastfeeding, was able to perform the football hold technique correctly, and experienced a gradual reduction in pain. The pain level dropped from moderate (score of 5) on the first day to mild (score of 2) by the third day. The football hold technique helps alleviate pressure on the incision site, thereby enhancing the mother's comfort during breastfeeding. The study concludes that applying the football hold technique can help minimize pain and improve comfort for mothers recovering from a cesarean section during breastfeeding. It is recommended that the football hold technique be implemented as a non-pharmacological nursing intervention to help minimize maternal pain during breastfeeding.

Keywords: *Football Hold, Breastfeeding, Pain, Post-Cesarean Section.*

Ministry of Health of the Republic of Indonesia
Tasikmalaya Ministry of Health Polytechnic of Health

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR BAGAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan masalah	5
C. Tujuan penulisan	5
D. Manfaat KTI.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep post partum <i>sectio caesarea</i> (SC)	8
B. Konsep asuhan keperawatan	33
C. Konsep posisi menyusui <i>football hold</i>	47
D. Kerangka teori.....	50
E. Kerangka konsep	51
BAB III METODE PENELITIAN	52
A. Desain KTI	52
B. Subjek KTI.....	52
C. Definisi Operasional/Batasan Istilah.....	54
E. Keabsahan Data.....	55
D. Lokasi dan Waktu	57
F. Prosedur Penyusunan KTI	57
G. Teknik Pengumpulan Data.....	58

H. Instrumen Pengumpulan Data	60
I. Analisis Data	61
J. Etika Penelitian	61
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	63
A. Hasil Karya Tulis Ilmiah	63
B. Pembahasan.....	76
C. Keterbatasan KTI	88
D. Implikasi Keperawatan.....	89
BAB V PENUTUP.....	91
A. Kesimpulan	91
B. Saran.....	92
DAFTAR PUSTAKA.....	93

DAFTAR TABEL

Tabel 2 1 Diagnosa Dan Intervensi Keperawatan	39
Tabel 2 2 SOAPIER	46
Tabel 4 1 Karakteristik Responden	64
Tabel 4 2 Hasil Pengkajian.....	65
Tabel 4 3 Hasil Analisa Data.....	66
Tabel 4 4 Intervensi Keperawatan.....	68
Tabel 4 5 Implementasi Keperawatan	69
Tabel 4 6 Evaluasi Keperawatan	70
Tabel 4 7 Gambaran Pelaksanaan Tindakan.....	72
Tabel 4 8 Respon Pasien.....	75

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2 1 <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS).....	22
Gambar 2 2 <i>Visual Analogue Scale</i> (VAS)	22
Gambar 2 3 <i>Wong Baker Face</i>	23
Gambar 2 4 Komposisi ASI	24
Gambar 2 5 Anatomi Payudara	26
Gambar 2 6 Bentuk Bentuk Puting.....	27
Gambar 2 7 Posisi Menyusui.....	32
Gambar 2 8 Posisi <i>football Hold</i>	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Informed Consent</i>	99
Lampiran 2 Standar Operasional Prosedur (SOP) Teknik Menyusui <i>Football Hold</i>	100
Lampiran 3 Pengukuran Tingkat Nyeri	102
Lampiran 4 Lembar Observasi Pengukuran Tingkat Nyeri Responden.....	103
Lampiran 5 Dokumentasi Pelaksanaan posisi <i>Football Hold</i>	104
Lampiran 6 Lembar bimbingan	105
Lampiran 7 Laporan Dokumentasi Asuhan Keperawatan	111
Lampiran 8 Turnitin	133
Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup	134

DAFTAR BAGAN

Bagan 2 1 Pathway Post Sectio Caesarea.....	17
Bagan 2 2 Kerangka Teori.....	50
Bagan 2 3 Kerangka Konsep.....	51