



گینڈھون گھینڈھون

KEMENTERIAN KESIHATAN



BUKU PANDUAN  
PENYUSUAN SUSU IBU

## PENYUSUAN SUSU IBU DARI SUDUT PANDANGAN ISLAM DAN PERUBATAN

Dari Sudut Pandangan Islam:

*“Para ibu hendaklah menyusukan anak damit mereka selama 2 tahun penuh, iaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan itu ...”*

(Surah Al – Baqarah: Ayat 233 )

Dari Sudut Perubatan:

*Penyusuan susu ibu secara eksklusif bermaksud anak damit hanya diberi susu ibu sahaja sejak lahir sehingga berumur 6 bulan dengan tidak diberikan makanan atau minuman tambahan kecuali ubat-ubatan atau vitamin.*

## KEBAIKAN PEMBERIAN SUSU IBU KEPADA ANAK DAMIT



- \* **Sempurna:** Ia mengandungi semua zat makanan yang berkualiti istimewa dalam nisbah yang tepat bagi perkembangan dan kesihatan anak damit.
- \* **Selamat:** Sebagai immunisasi pertama anak damit kerana ia kaya dengan antibodi, Vitamin A & E yang dapat mencegah dari infeksi serta alahan terutama ampus.
- \* **Pencahar:** Air susu kolostrum bertindak sebagai pencahar yang mengalakkan pembuangan mekonium (iaitu najis pertama) lalu mengelakkan masalah kekuningan yang biasanya terjadi di awal minggu pertama selepas kelahiran.
- \* **Unik:** Ia mengandungi 'biofactors' yang khusus untuk perkembangan otak dan mata anak damit. Penyusuan susu ibu juga membantu merangsang daya intelek yang lebih baik.
- \* **Melindungi:** Mengandungi kadar lemak yang berseesuaian yang membantu melindungi anak damit dari mengalami kegemukkan dan mengurangkan risiko mendapat penyakit diabetes dan jantung koronari apabila dewasa.

## KEMBAIKAN PEMBERIAN SUSU IBU KEPADA IBU

Bagi Ibu



- \* *Mengeratkan kasih sayang ibu terhadap anak damitnya.*
- \* *Mengurangkan risiko mendapat barah payudara dan ovari.*
- \* *Membantu proses pengecutan rahim dan mengurangkan pendarahan selepas bersalin melalui pengeluaran hormon oksitosin .*
- \* *Membantu ibu merancang keluarga dengan kaedah semulajadi kerana penyusuan susu ibu melambatkan kedatangan haid.*
- \* *Membantu ibu untuk menurunkan berat badan kepada berat sebelum mengandung disamping mengamalkan senaman dan permakanan yang sihat.*

## FAEDAH KEPADA KELUARGA & MASYARAKAT

Bagi Masyarakat

- \* *Menjimatkan perbelanjaan keluarga.*
- \* *Lebih masa terluang bersama keluarga tanpa membazirkan masa menyediakan gantian susu ibu.*
- \* *Mengurangkan kos rawatan perubatan kerana anak damit tidak mudah sakit dan dimasukkan ke hospital.*
- \* *Mengelakkan pencemaran alam sekitar kerana tidak ada proses pengilangan, pembungkusan dan pembuangan.*

## PERANAN PENTING SOKONGAN DARI SUAMI

*Galakkan dan sokongan moral daripada suami dan ahli keluarga yang lain, serta kesefahaman terhadap keputusan untuk menyusukan susu ibu kepada anak damit adalah amat penting untuk kejayaan seorang ibu dalam memberikan penyusuan susu ibu secara berterusan.*

- \* Galakkan suami untuk belajar mengenali penyusuan susu ibu dengan menghadiri sesi ceramah yang telah diaturkan oleh kakitangan Klinik Kesihatan serta membaca buku atau risalah yang berkaitan dengan penyusuan susu ibu.*
- \* Banyakkan bergaul dan berbincang dengan kawan, keluarga atau ibu-bapa yang berpengalaman dan berjaya dalam penyusuan susu ibu.*
- \* Lindungi ibu daripada orang yang tidak menyokong penyusuan susu ibu, yang sebaliknya menggalakkan pemberian susu formula.*
- \* Bantulah ibu dalam kerja seharian di rumah seperti menjaga anak-anak yang lain.*
- \* Galakkan ibu untuk mendapat rehat yang cukup, mengamalkan pemakanan yang seimbang dan bersenam.*
- \* Fahami perubahan emosi yang dialami oleh isteri / ibu selepas bersalin.*

## MEMULAKAN PENYUSUAN SUSU IBU KEPADA ANAK DAMIT



- \* Mulakan penyusuan susu ibu seawal mungkin seboleh-bolehnya 1/2 jam selepas bersalin . Ini dapat membantu ibu dan anak damit memperolehi khasiat dari hasil penyusuan susu ibu dan dapat membantu untuk memastikan kejayaan pemberian penyusuan susu ibu secara eksklusif.
- \* Penyusuan seawal mungkin juga membantu dalam mempercepatkan penghasilan air susu ibu dengan lebih berkesan.
- \* Anak damit yang baru lahir perlu diberi penyusuan susu ibu sekerap mana ia mahu iaitu sekurang-kurangnya setiap 1 hingga 3 jam. Penghasilan air susu yang lebat selalunya memakan masa 30-40 jam selepas kelahiran.
- \* Anak damit yang baru lahir tidak perlu diberi gantian susu ibu seperti susu formula atau air tambahan kerana:
  - \* Susu formula mengandungi kadar lemak yang tinggi yang memakan masa yang lama untuk dihadam.
  - \* Amalan ini juga boleh mengurangkan pengeluaran air susu ibu.
  - \* Air susu sudah mengandungi 80-90% air.

# KANDUNGAN SUSU IBU DAN KOLOSTRUM

## KANDUNGAN SUSU IBU

- \* *Susu awal*: Kaya dengan protein, laktos, vitamin, mineral dan air. Ia membantu untuk menghilangkan rasa dahaga anak damit.
- \* *Susu akhir*: Lebih kaya dengan lemak bagi membekalkan tenaga dan lebih mengenyangkan bagi anak damit.

Susu Awal

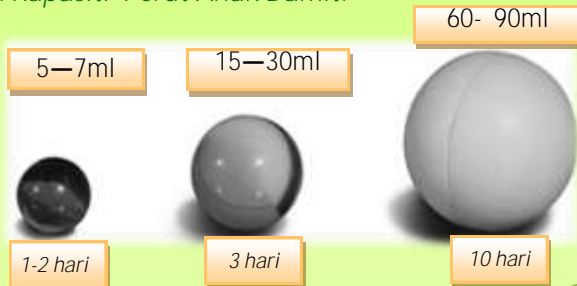


Susu Akhir

## CUKUPKAH KOLOSTRUM BAGI ANAK DAMIT?

Kolostrum ialah air susu yang mula-mula sekali dihasilkan selepas melahirkan anak damit. Kolostrum yang dihasilkan hanya sedikit iaitu sekitar 20-30 ml tetapi ianya sesuai dengan saiz atau kapasiti perut anak damit yang baru lahir. Kolostrum juga mengandungi kadar antibodi yang tinggi.

Saiz atau Kapasiti Perut Anak Damit:



## POSISI PENYUSUAN SUSU IBU

Kunci kejayaan penyusuan susu ibu adalah dengan memastikan posisi dan teknik dakapan anak damit ketika menyusu adalah betul

### POSISI DUDUK



Sesuai untuk anak pramatang yang sukar untuk menangkap

- ✦ Letakkan bantal dibelakang badan dan atas peha (untuk ampu anak damit supaya tidak membongkok ke arah anak damit).
- ✦ Kemudian, letak kaki atas satu kerusi kecil /bangku.

### POSISI BERBARING



Sesuai bagi ibu yang melahirkan secara

- ✦ Berbaring secara menyiring dengan selesa dengan meletakkan bantal di belakang semasa menyusukan.
- ✦ Ibu menghadap ke arah anak damit dan anak damit juga sebaliknya (iaitu menggunakan "tummy-to-tummy position") supaya mulut anak damit dapat menangkap puting susu ibu.



## TANDA-TANDA DAKAPAN YANG BETUL SEMASA

Adalah penting untuk mendapatkan cara dakapan yang betul sebelum meneruskan penyusuan susu ibu dengan:



### MEMBANGKITKAN TINDAKAN REFLEX:

• Dekatkan puting buah dada ke bibir anak damit bagi mengalakkan mulut anak damit terbuka luas seakan-akan menguap.

MENYU-



SUKAN

Apabila mulut anak damit terbuka luas dengan pantas rapatkan badan anak damit ke arah buah dada

## PENDAKAPAN ANAK DAMIT YANG BETUL KETIKA PENYUSUAN

- \* Mulut anak damit hendaklah terbuka luas.
- \* Mulut anak damit menghisap pada bahagian lingkaran hitam.
- \* Bibir bawah anak damit melengkup keluar dan ke bawah seakan-akan mulut ikan.
- \* Pipi anak damit kelihatan penuh dan kedengaran bunyi apabila menelan air susu.



## MASALAH-MASALAH YANG MUNGKIN DIHADAPI OLEH IBU-IBU YANG MENYUSUKAN

1



### BENGGAK BUAH DADA

Disebabkan oleh:

- \* Anak damit tidak menyusu seberapa kerap selepas bersalin
- \* Anak damit tidak menghisap dengan betul menyebabkan air susu tidak dikeluarkan dengan berkesan

### CARA MENGATASI DAN MENGELAKKAN BENGGAK BUAH DADA

- ◆ Susukan anak damit seawal 1/2 jam selepas bersalin dan teruskan penyusuan dengan kerap
- ◆ Sokong buah dada bagi memudahkan pendakapan yang betul dengan dalam keadaan pegangan "C" (C-hold)
- ◆ Simpan tuala suam ke atas buah dada untuk melembutkan buah dada
- ◆ Cuba lakukan urutan lembut pada buah dada yang bengkak ke arah puting susu untuk meningkatkan aliran susu dan mengurangkan kesakitan serta kebengkakan.
- ◆ Perah air susu dengan tangan atau pam susu khas
- ◆ Pakai coli yang sesuai bagi mengurangkan rasa sakit.



2

### PUTING SUSU LUKA / MEREKAH

Disebabkan oleh:

- \* Anak damit hanya menghisap pada puting susu sahaja iaitu tidak pada lingkaran hitam

### CARA MENGATASI DAN MENGELAKKAN PUTING LUKA / MEREKAH

- ◆ Pastikan anak damit menghisap sebahagian besar lingkaran hitam bukan hanya pada puting susu
- ◆ Lepaskan hisapan anak damit menggunakan jari kelingking



## MASALAH-MASALAH YANG MUNGKIN DIHADAPI OLEH IBU-IBU YANG MENYUSUKAN

- ✦ Sapukan sedikit air susu pada puting yang merekah dan udarakan seketika setiap kali selesai menyusukan.
- ✦ Perah air susu untuk mengekalkan penghasilan air susu.

### KEKURANGAN AIR SUSU

3

Benarkah air susu ibu tidak cukup untuk anak damit ?

Bagi mendapatkan air susu yang mencukupi , Dayang perlulah:

- ✦ Bersikap yakin
- ✦ Mendapatkan rehat yang cukup dan menghindari dari stres yang mana boleh menjejaskan kehendak ibu untuk meneruskan penyusuan susu ibu
- ✦ Dapatkan sokongan terutama dari suami dan ahli keluarga yang lain
- ✦ Mendapatkan urutan relaksasi pada bahagian belakang untuk membantu mengurangkan ketegangan dan mengalakkan pengaliran air susu.
- ✦ Meningkatkan pengambilan air iaitu sebelum, semasa dan selepas menyusukan
- ✦ Menyusukan anak damit secara kerap dan eksklusif
- ✦ Memastikan posisi dakapan dan teknik hisapan adalah betul.
- ✦ Biarkan anak damit selesai menyusu pada sebelah buah dada sebelum berpindah ke sebelah lagi.
- ✦ Memerah air susu dari buah dada yang tidak dihisap oleh anak damit (iaitu setelah penyusuan selesai)

Anak damit mendapat air susu yang mencukupi jika ia mempunyai 6 hingga 8 lampin basah dalam masa 24 jam; kelihatan ceria dan tidak resah dalam masa 1 ke 2 jam antara waktu penyusuan, dan kenaikan berat badan anak damit konsisiten sekitar 120 ke 200 gram seminggu.



## PANDUAN CARA-CARA MEMERAH AIR SUSU

1

### PERAHAN MENGGUNAKAN PAM SUSU

*Pastikan buah dada dalam keadaan penuh apabila menggunakan pam susu dan pastikan perkakas yang digunakan dalam keadaan bersih.*



2

### PERAHAN MENGGUNAKAN TANGAN:

*Urutlah buah dada beberapa kali dengan tuala suam atau dengan tangan yang bersih ke arah puting susu untuk meningkatkan aliran susu sebelum memulakan perahan dengan tangan*



Langkah 1:



Langkah 2:



Langkah 3:



Langkah 4:



## PANDUAN MEMERAH AIR SUSU UNTUK IBU-IBU YANG BEKERJA

- \* *Cari tempat yang bersesuaian, tenang dan bersih seperti bilik tertutup atau bilik rehat*
- \* *Cuci atau bersihkan tangan terlebih dahulu*
- \* *Bayangkan wajah anak damit Dayang bagi membantu penghasilan air susu*
- \* *Mulakan memerah air susu dan teruskan sehingga air susu yang keluar mula berkurangan*
- \* *Simpan susu perahan ke dalam bekas yang bersih dan masukkan ke dalam peti sejuk (jika ada) atau di dalam kotak piknik yang berisi pek ais (cooler box),*
- \* *Setiap bekas susu perahan hendaklah ditandakan dengan tarikh bila pemerahan dibuat.*
- \* *Setelah tiba di rumah simpan air susu perahan ke dalam peti sejuk dan setiap pek air susu perahan tersebut hendaklah mencukupi untuk sekali penyusuan bagi mengelakkan pembaziran.*



AIR SUSU PERAHAN



## TEMPOH PENYIMPANAN AIR SUSU PERAHAN

TEMPAT PENYIMPANAN	ANAK LAHIR MATANG	ANAK LAHIR PRA-MATANG
<i>AIR SUSU IBU YANG BARU DIPERAH</i>		
<p><i>SUHU BILIK:</i> 15°C-25°C (Berhawa dingin)</p> <p>25-37°C (Tanpa penghawa dingin)</p>	8 Jam	4 Jam
	4 Jam	
<p><i>PETI SEJUK:</i> &lt;15°C 2°C-4°C</p>	24 Jam 8 Hari	2 Hari (48 Jam)
<p><i>PETI BEKU 1 PINTU:</i></p> <p><i>PETI BEKU 2 PINTU:</i></p> <p><i>PETI PEMBEKUAN (DEEP FREEZER) ATAU BERLACI</i></p>	2 Minggu	2 Minggu
	3 Bulan	3 Bulan
	6 Bulan	6 Bulan
<i>AIR SUSU PERAHAN YANG TELAH DIBEKUKAN</i>		
<i>Dicairkan dan disimpan dalam peti sejuk</i>	24 jam (Jangan dibekukan semula)	12 jam (Jangan dibekukan semula)
<i>Dicairkan dan disimpan di luar peti sejuk</i>	Terus diberikan kepada anak damit	

# PANDUAN CARA PENYIMPANAN AIR SUSU IBU YANG BETUL

PETI SEJUK 2 PINTU



PETI SEJUK 1 PINTU



PETI PEMBEKUAN



PETI SEJUK BERLACI



*JIKA TERDAPAT SEBARANG KEKELIRUAN, SILA HUBUNGI  
JURURAWAT- JURURAWAT DI KLINIK KESIHATAN YANG  
BERHAMPIRAN*

## GARIS PANDU PEMBERIAN AIR SUSU PERAHAN BAGI IBU-IBU YANG BEKERJA

Dinasihatkan agar 2 minggu selepas bersalin, ibu memulakan pemerahan dan menyimpan air susu perahan. Ini adalah penting terutamanya bagi ibu-ibu yang bekerja.

*Persediaan 2 minggu sebelum mulai bekerja, anak damit sudah seharusnya dibiasakan dengan pemberian air susu perahan dan diselang-selikan dengan menyusu secara langsung*

<i>Awal Pagi</i>	<i>Susu Badan</i>
<i>Tengah Pagi</i>	<i>Air Susu Perahan</i>
<i>Tengah Hari</i>	<i>Susu Badan</i>
<i>Petang</i>	<i>Air Susu Perahan</i>

### CARA PENYEDIAAN AIR SUSU PERAHAN YANG BETUL SEBELUM BEKERJA

- ✦ *Keluarkan air susu perahan yang telah dibekukan lebih awal ke bahagian bawah peti sejuk supaya ia cair.*
- ✦ *Susu yang dibekukan biasanya akan berpisah menjadi dua bahagian; untuk menyatukan goncang perlahan-lahan.*
- ✦ *Rendam dalam mangkuk berisi air suam.*
- ✦ *Sebaik-baiknya berikan air susu perahan dengan menggunakan cawan kecil untuk mengelakkan kekeliruan puting.*



## GARIS PANDU PEMBERIAN AIR SUSU PERAHAN

### PERLU DIINGAT

- \* *Elakkan menyimpan semula air susu perahan yang telah dipanaskan ke dalam peti sejuk.*
- \* *Elakkan mencairkan air susu perahan di atas dapur api atau alat gelombang mikro kerana ianya boleh memusnahkan kandungan enzim dan protin di dalam air susu .*

UNTUK RENUNGAN BERSAMA IBU-IBU YANG MENGAMALKAN PENYUSUAN SUSU IBU.

*“Jangan berputus asa jika Dayang gagal pada setiap percubaan untuk memberikan penyusuan susu ibu kepada anak damit Dayang. Ini adalah salah satu masalah yang biasa dihadapi oleh setiap ibu.*

*Dapatkan khidmat nasihat daripada jururawat-jururawat di klinik kesihatan yang berdekatan bagi mencapai kejayaan dalam penyusuan susu ibu ”*

## AHLI-AHLI KUMPULAN PENDORONG PENYUSUAN SUSU IBU (PSI) DI NEGARA BRUNEI DARUSALAM



*Alhamdulillah Perkhidmatan Kesihatan Masyarakat telah pun berjaya menubuhkan kumpulan Pendorong Penyusuan Susu Ibu (PSI) untuk membantu ibu-ibu yang mempunyai masalah dengan penyusuan susu ibu dan untuk memastikan ibu-ibu berjaya meneruskan penyusuan susu ibu sepenuhnya. Ahli-ahli kumpulan pendorong PSI ini terdiri daripada jururawat-ururawat kesihatan masyarakat dan bidan kesihatan. Kumpulan pendorong PSI ini terdapat di kesemua Klinik-klinik Kesihatan Ibu-Ibu dan Kanak-Kanak di seluruh Negara Brunei Darussalam.*

*Bagi ibu-ibu yang mengalami masalah atau mempunyai sebarang pertanyaan bolehlah menghubungi ahli pendorong penyusuan susu ibu yang telah dilantik di klinik masing-masing pada waktu bekerja.*

*Kementerian Kesihatan juga telah pun menyediakan talian HOTLINE PSI yang di tempatkan di Hospital Raja Isteri Pengiran Anak Saleha. Ibu-ibu bolehlah terus menghubungi talian tersebut jika timbul sebarang masalah mengenai dengan penyusuan susu ibu diluar waktu bekerja.*

**HOTLINE PSI: 2223878**



## SENARAI NAMA-NAMA AHLI KUMPULAN PENDORONG PENYUSUAN SUSU IBU (PSI) DI KLINIK-KLINIK KESIHATAN

DAERAH BRUNEI / MUARA

PUSAT KESIHATAN JUBLI PERAK SENGKURONG,  
No. Tel: 2661415

- 1 FAIZAH BINTI HJ MANAN
- 2 NOR HASLINAH BINTI HJ JAMIL
- 3 PG SALMAH BINTI PG HJ ISMAIL
- 4 SERINAH BINTI HJ JUBLEE
- 5 NOR SURYANI BINTI HASSAN @ METASSAN
- 6 DK SITI NUR KHADIZAH BINTI PG HJ JUBILEE
- 7 DK HJH NORHASLINA BINTI PG HJ DAMIT

PUSAT KESIHATAN PENGIRAN ANAK PUTERI RASHIDAH  
SAADATUL BOLKIAH, SG ASSAM  
NO.TEL: 2201593

- 1 ASHMAWATI@ SUZANA BINTI AWG. BESAR
- 2 AZAMAYANTE BINTI MOHD AZAMIN
- 3 HJH NOOR HASLINDA BINTI HJ JUMAT

SENARAI NAMA-NAMA AHLI KUMPULAN PENDORONG  
PENYUSUAN SUSU IBU (PSI) DI KLINIK-KLINIK KESIHATAN

PUSAT KESIHATAN GADONG

NO.TEL: 2455726

- 1 ANITA BINTI HJ TENGAH
- 2 HJH MASLAWATI BINTI MOHD SALLEH
- 3 NOURFAIDZOUL AIDZOUL BINTI HJ ZULKIFLI @ BESAR
- 4 MASSIBAH@MAJIDAH HJ MASRI
- 5 NORAINI KIRAN
- 6 NOORMILA HAMIDON

PUSAT KESIHATAN JUBLI EMAS BUNUT

NO.TEL: 2650450

- 1 HJH MARDINAH BINTI HJ JALI
- 2 HJH SITI RUBIAH BINTI HJ MOHAMAD
- 3 HJH MASNAH BINTI HJ BUNGSU
- 4 HJH KAMALIAH ENG BINTI ABDULLAH
- 5 RAEDAH BINTI HJ AWG MASRI
- 6 DK SALAWATI BINTI PG HJ AJI

SENARAI NAMA-NAMA AHLI KUMPULAN PENDORONG  
PENYUSUAN SUSU IBU (PSI) DI DI KLINIK-KLINIK KESI-  
HATAN

PUSAT KESIHATAN BERAKAS 'A'

NO.TEL: 2330731 / 2330326

- 1 DK HJH NORALIFPAHWATI BINTI PG HJ JALUDDIN
- 2 HJH MASTURA BINTI HJ WAHAB
- 3 NOORILYANA BINTI HJ MD YUNUS
- 4 NUR NATASYA BINTI ABDULLAH

PUSAT KESIHATAN MUARA

NO.TEL: 2770738

- 1 SITI NOOR DZUHARDAH BINTI HJ AWG. DAMIT
- 2 NORSHAMSIAH BINTI ABDULLAH
- 3 RESNI BTE HJ MOKTI

**KLINIK KESIHATAN BERAKAS 'B', SG HANCHING**

NO.TEL: 2334579

- 1 NOOR KARMILA BINTI AWG HJ METASSAN
- 2 HJH ZALIHA BINTI HJ MOHAMMAD

SENARAI NAMA-NAMA AHLI KUMPULAN PENDORONG  
PENYUSUAN SUSU IBU (PSI) DI KLINIK-KLINIK KESIHATAN

KLINIK KESIHATAN LAMBAK

NO.TEL: 2343037 /2343024

- 1 HJH SITI AISAH BINTI HJ AWG. DAMIT
- 2 ROSMINAH BINTI RAMLI
- 3 SUZANA BINTI IBRAHIM
- 4 NAROL HASIKEN BINTI ROSLEE
- 5 HJH SITI AZELAH BINTI HJ ABD KARIM
- 6 DK BUNGSU @ DK NUR SABRINA BINTI PG HJ ABU BAKAR

KLINIK KESIHATAN MATA-MATA

NO.TEL: 2443782

- 1 YURA RAHAYU BINTI AWG HJ ABDULLAH
- 2 SITI INUN BINTI KAHAR
- 3 SITI FODIAH BINTI HJ OSAMAN
- 4 HJH FAUZIMAH BINTI HJ MOHAMAD

SENARAI NAMA-NAMA AHLI KUMPULAN PENDORONG  
PENYUSUAN SUSU IBU (PSI) DI KLINIK-KLINIK KESI-  
HATAN

KLINIK KESIHATAN BANDAR SERI BEGAWAN, KIARONG  
NO.TEL: 2430407

- 1 NOORBIAH BINTI HJ LAMAN
- 2 HJH DAYANG @ ROSNI BINTI HJ LALIM
- 3 SURINAH BINTI HJ BADAR
- 4 HJH SARIMAWATI BINTI HJ MD SALLEH
- 5 NOORDINAWATI BINTI HJ SERUDIN
- 6 NORHALIZA BINTI HJ MUDIN
- 7 DK NORUL ROZAIMAH BINTI PG HJ SERUJI
- 8 SALMIAH BINTI HJ AHMAD
- 9 MARINAH BINTI MOHAMED

KLINIK KESIHATAN SUBOK, KG BELIMBING  
NO.TEL: 2260727 / 2260728

- 1 ROSLINA BINTI KAMIS
- 2 EISAH BINTI HJ OMAR
- 3 AINI BINTI BANGAU

SENARAI NAMA-NAMA AHLI KUMPULAN PENDORONG  
PENYUSUAN SUSU IBU (PSI) DI KLINIK-KLINIK KESIHATAN

KLINIK KESIHATAN SULTAN OMAR ALI SAIFUDDIN,  
PERAIRAN  
NO.TEL: 2202522

- 1 HJH ROSNINAH BINTI HJ TARANG
- 2 SAFIAHWATI BINTI HJ ISMAIL
- 3 AINI BINTI HJ ABD.RAHMAN

KLINIK KESIHATAN SG.BESAR  
NO.TEL: 27786621

- 1 HJH FARIDAH BINTI HJ MD DAUD
- 2 MARTINI BINTI HJ MARALI
- 3 HJH SITI ROZIANA BINTI HJ AWG IRING
- 4 HJH ZAINAB BINTI HJ PAKA



SENARAI NAMA-NAMA AHLI KUMPULAN PENDORONG  
PENYUSUAN SUSU IBU (PSI) DI KLINIK-KLINIK KESIHATAN

DAERAH TUTONG

KLINIK KESIHATAN PEKAN TUTONG  
NO.TEL: 4261640

- 1 DK HJH NOORAKILLAH BINTI PG HJ IDRUS
- 2 HJH SURYATI @ BIBAH BINTI ABDULLAH
- 3 HADIBAH BINTI HJ AHMAD
- 4 NORBANUN BINTI HJ JAINEH
- 5 NUR' AI' HONG BINTI
- 6 HJH MASLENAWATI BINTI HJ AWG METUSIN

KLINIK KESIHATAN LAMUNIN  
NO.TEL: 4237397

- 1 HJH MASRINAWATI BINTI HJ BAKAR
- 2 SAYANG MELAYONG
- 3 NORLELAWATI BINTI HJ RABAHA @ BAHA
- 4 TUTI SUSANTI BINTI ROSLI

SENARAI NAMA-NAMA AHLI KUMPULAN PENDORONG  
PENYUSUAN SUSU IBU (PSI) DI KLINIK-KLINIK KESIHATAN

KLINIK KESIHATAN TELISAI TUTONG

NO.TEL: 4244391

- 1 KOLINMO YUMNI BINTI ABDUL ALIY YUIN
- 2 NOORFIZAHWATI BINTI HJ BUJANG ISMAIL
- 3 NORHANITA BINTI ABDULLAH
- 4 MAIMUN BINTI MOHD SAID
- 5 HAMIDAH BINTI HJ IBRAHIM
- 6 HJH SARIFAH BINTI JALI
- 7 FATIMAH BINTI HJ IBRAHIM

KLINIK KESIHATAN SG KELUGOS

NO.TEL: 4240646

- 1 SALRINIWATI BINTI HJ BURUT
- 2 MASLIZAWATI BINTI HJ MD ALI
- 3 IDAHAYUWATI TAJI
- 4 HJH AISAH BINTI SAMAT

SENARAI NAMA-NAMA AHLI KUMPULAN PENDORONG  
PENYUSUAN SUSU IBU (PSI) DI KLINIK-KLINIK KESIHATAN

DAERAH KUALA BELAIT

KLINIK KESIHATAN KUALA BELAIT

NO.TEL: 3335331

EXT KLINIK KESIHATAN KUALA BELAIT

- 1 SITI ROHAYA BINTI HJ MOHD YAHYA
- 2 HJH ZURINA BINTI HJ ABAS

KLINIK KESIHATAN SERIA

NO.TEL: 3222651

- 1 ISAH BINTI HJ MULI
- 2 SITI NOR WIDYANA @ VIVIAN BINTI MAHDELI

KLINIK KESIHATAN SG. LIANG

NO.TEL: 3230113

- 1 HJH SITI NOORHANI BINTI HJ ABU BAKAR
- 2 HJH SIRA BINTI HJ MOHIDDIN

## SENARAI NAMA-NAMA AHLI KUMPULAN PENDORONG PENYUSUAN SUSU IBU (PSI) DI KLINIK-KLINIK KESIHATAN

### DAERAH TEMBURONG

KLINIK KESIHATAN TEMBURONG

NO.TEL: 5221304

- 1 NORSIAH BINTI ISMAIL
- 2 RUBIAH BINTI HJ RAHIM
- 3 NORASHIKIN BINTI HJ MD JAAFAR
- 4 FARAH HAZIQAH @ SUVIANTY BINTI HJ KAHAR
- 5 NORAZIZAH BINTI ABDULLAH

*DAYANG BOLEHLAH MENGHUBUNGI  
JURURAWAT - JURURAWAT DI KLINIK KLINIK KESI-  
HATAN YANG BERHAMPIRAN JIKA TERDAPAT SE-  
BARANG MASALAH ATAU PERSOALAN MENGENAI  
PENYUSUAN SUSU IBU*

**“ IBU CEMERLANG  
ANAK TERBILANG ”**

***“ YAKIN DAN PERCAYA PADA  
DIRI SENDIRI ”***

*KAMI PERCAYA DAYANG MAMPU  
MELAKUKANNYA !*



*Perkhidmatan Kejururawatan Kesihatan Masyarakat*

2011