

FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI

Mila Syari⁽¹⁾, Nuriah Arma⁽²⁾, Ainun Mardhiah⁽³⁾

⁽¹⁾Dosen Profesi Bidan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

^{(2), (3)}Dosen D4 Kebidanan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

Abstrak

Pendahuluan; Menyusui adalah salah satu modal terbaik untuk kelangsungan hidup dan meningkatkan kesehatan, perkembangan sosial, serta ekonomi setiap individu. **Tujuan;** penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor yang memengaruhi produksi ASI pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi Tahun 2020. **Metode;** penelitian ini bersifat survei analitik dengan menggunakan desain cross sectional. Populasi penelitian sebanyak 211 responden, sampel dalam penelitian ini sebanyak 68 responden yang diambil dengan teknik *simple random sampling*. Analisa data yang digunakan yaitu menggunakan analisis univariat, bivariat dan multivariat dengan uji regresi logistik. **Hasil;** penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh perawatan payudara ($p=0,018$), IMD ($p=0,015$) dan isapan bayi ($p=0,001$) dan tidak ada pengaruh makanan ibu ($p=0,674$) terhadap produksi ASI pada ibu menyusui. Variabel yang paling berpengaruh terhadap produksi ASI pada ibu menyusui adalah hisapan bayi ($p=0,001$) dengan $\text{Exp (B)} = 29,245$. **Kesimpulan;** dalam penelitian ini menunjukkan ada pengaruh perawatan payudara, IMD, dan isapan bayi terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil KotaJambi, sedangkan makanan ibu tidak ada pengaruh terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi. Diharapkan tenaga kesehatan di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi dapat meningkatkan mutu pelayanan kesehatan dan meningkatkan cakupan pemberian ASI Eksklusif dengan cara memberikan konseling kepada ibu menyusui dan keluarga tentang pentingnya pemberian ASI pada bayi, serta upaya yang dapat meningkatkan produksi ASI.

Kata Kunci : Makanan Ibu, Perawatan Payudara, IMD, Isapan Bayi dan Produksi ASI

Abstract

Background; Breastfeeding is one of the best assets for survival and improving the health, social development and economy of each individual. **Objectives;** This study aimed to determine the factors that influence breast milk production in nursing mothers at Kebun Handil Health Centre, Jambi in 2020. **Method;** This research was an analytical survey with a cross-sectional design. The population was 211 respondents. The sample was 68 respondents who were taken by simple random sampling technique. The data analysis used univariate, bivariate and multivariate analyses with logistic regression tests. **Results;** The results showed that there was an effect of breast care ($p=.018$), IMD ($p=.015$) and baby suction ($p=.001$) and there was no effect of maternal food ($p=.674$) on milk production in nursing mothers. The variable that most influences the milk production in breastfeeding mothers was baby suction ($p=.001$) with $\text{Exp (B)} = 29.245$. **Conclusion;** The conclusion showed an effect of breast care, IMD, and baby suction on milk production in breastfeeding mothers found in the work area of Kebun Handil Health Center, Jambi. while maternal food had no effect on milk production in nursing mothers in Kebun Handil Health Centre, Jambi. It is hoped that health workers in the work area of Kebun Handil Health Centre in Jambi can improve the quality of health services and increase the scope of exclusive breastfeeding by providing counseling to nursing mothers and their families about the importance of breastfeeding babies, as well as efforts to increase breast milk production.

Keywords : Mother's Food, Breast Care, IMD, Baby Suck, and Breastmilk Production

PENDAHULUAN

Menyusui adalah salah satu modal terbaik untuk kelangsungan hidup dan meningkatkan kesehatan, perkembangan sosial, serta ekonomi setiap individu. Sampai saat ini angka kematian bayi masih menjadi salah satu ukuran penting untuk mengetahui derajat kesehatan disuatu negara, bahkan untuk mengukur tingkat kemajuan suatu bangsa. Dengan memberikan makanan terbaik yaitu air susu ibu (ASI), kita dapat menekan angka kematian bayi¹.

Sumber nutrisi terbaik yang bisa meningkatkan kesehatan ibu serta bayi ialah ASI. Pemberian ASI pada bayi sangat berarti dalam periode awal kehidupan, oleh sebab itu bayi cukup diberi ASI selama 6 bulan awal tanpa menambahkan ataupun mengubah dengan makanan atau minuman lain².

Tidak hanya memberikan nutrisi terbaik yang diperlukan bayi, ASI juga sangat baik untuk meningkatkan kesehatan bayi. Menurut laporan UNICEF, ASI menyelamatkan jiwa bayi terutama di negara-negara berkembang. Berdasarkan dari laporan World Health Organization menyebutkan bahwa hampir 90% kematian balita terjadi di negara berkembang dan lebih dari 40% kematian tersebut disebabkan karena diare dan infeksi saluran pernafasan akut, yang dapat dicegah dengan pemberian ASI eksklusif³.

Berdasarkan data dari WHO (World Health Organization) selama periode 2007-2014, cakupan ASI eksklusif di dunia hanya sekitar 36%⁴. Berdasarkan Profil kesehatan Indonesia, persentase bayi yang mendapat ASI eksklusif tahun 2018 adalah sebesar 68,74%. persentase tersebut sudah melampaui target Renstra tahun 2018 yaitu 47%. Provinsi Jawa Barat merupakan provinsi dengan persentase tertinggi pemberian ASI eksklusif yaitu 90,79%, sedangkan Provinsi Gorontalo merupakan Provinsi dengan persentase terendah pemberian ASI eksklusif yaitu sebesar 30,71%⁵.

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Jambi Tahun 2018, persentase pemberian ASI eksklusif di Provinsi Jambi sebesar 59,36%. persentase ini masih dibawah target pencapaian pemberian ASI eksklusif Provinsi yaitu sebesar 61%. Kabupaten Merangin merupakan kabupaten dengan persentase tertinggi pemberian ASI eksklusif yaitu 88,75%, sedangkan Kabupaten Tanjung Jabung Barat merupakan kabupaten dengan persentase terendah pemberian ASI eksklusif yaitu sebesar 30,91%⁶.

Di Indonesia sebagian besar ibu pernah menyusui, namun sangat sedikit diantara mereka yang berhasil menyusui bayinya tanpa makanan atau minuman tambahan apapun sampai usia 6 bulan. Ibu-ibu dapat dengan mudah menganggap ASI-nya tidak cukup, padahal awalnya mereka menyusui dengan baik. Kebanyakan para ibu menganggap bahwa produksi ASI-nya kurang padahal tidak sama sekali⁷.

Pada Ibu pasca persalinan yang tidak memiliki masalah umumnya dapat menghasilkan ASI sekitar 550-1000 ml setiap hari, produksi ASI tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya sebagai berikut; makanan ibu, ketenangan jiwa dan pikiran, penggunaan alat kontrasepsi, dan perawatan payudara⁸.

Jumlah Produksi ASI sangat dipengaruhi oleh asupan makanan ibu, semakin baik makanan yang dikonsumsi ibu menyusui maka produksi ASI juga akan mencukupi untuk bayinya. makanan yang baik haruslah mengandung unsur gizi yang diperlukan baik jumlah kalori, protein, lemak dan vitamin serta mineral maka, selain itu ibu dianjurkan minum lebih banyak kira-kira 8-12 gelas sehari⁸.

Pada saat menyusui, gizi seimbang merupakan suatu hal yang sangat penting karena sangat berhubungan dengan produksi ASI. Pertumbuhan bayi akan berhasil dan tubuh ibu bisa menjadi sehat dan kuat serta kualitas dan kuantitas produksi ASI menjadi baik, jika

ibu berhasil memenuhi gizi seimbang saat menyusui⁹.

Dari hasil penelitian Ni Kadek, Rina dan Linnie (2017) mengenai pemenuhan kebutuhan gizi ibu dengan kelancaran air susu ibu (ASI) pada ibu menyusui metode observasional analitik di Puskesmas Bahu Kota Manado, didapatkan hubungan antara pemenuhan kebutuhan gizi ibu dengan kelancaran air susu ibu (ASI).

Agar dapat memberikan ASI secara optimal Payudara juga harus dipersiapkan, yaitu dengan cara perawatan payudara sebelum melahirkan (prenatal breast care) yang bertujuan untuk memelihara kebersihan payudara, melenturkan puting susu dan mengeluarkan puting susu yang datar atau tenggelam (retracted nipple), dan mempersiapkan produksi ASI¹⁰.

Dari hasil penelitian Ayu devita (2019) mengenai perawatan payudara dengan kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui metode observasional analitik di RB Mitra Ananda Palembang, didapatkan hubungan antara perawatan payudara dengan kelancaran produksi ASI¹¹.

Pemberian ASI 1 jam pertama setelah bayi lahir dapat membentuk ikatan yang kuat antara ibu dan bayi, serta yang terpenting adalah dapat meningkatkan produksi ASI. Agar bayi dapat menyusui dalam 1 jam pertama dan susu formula dapat dihindari, bayi yang baru lahir sangat dianjurkan untuk segera diletakkan didada ibu².

Dari hasil penelitian Ratih dan Dwi (2019) mengenai Inisiasi Menyusui Dini dengan kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui metode analitik korelasional di Puskesmas PONEB Kabupaten Banjarnegara, didapatkan hubungan antara Inisiasi Menyusui Dini dengan kelancaran produksi ASI (13).

Selain ke tiga faktor diatas, faktor lainnya yang memengaruhi produksi ASI adalah isapan bayi. Isapan bayi sangat

berpengaruh pada rangsangan produksi ASI selanjutnya, oleh sebab itu menyusui yang dijadwalkan berakibat kurang baik. Jika bayi mendapatkan makanan lain termasuk air dapat mengakibatkan bayi sakit dan produksi ASI menurun karena ibu memproduksi ASI tergantung pada seberapa banyak ASInya dihisap oleh bayi (14).

Dari hasil penelitian Ayu devita (2019) mengenai isapan bayi dengan kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui metode observasional analitik di RB Mitra Ananda Palembang, didapatkan hubungan antara isapan bayi dengan kelancaran produksi ASI¹¹.

Puskesmas Kebun Handil adalah salah satu puskesmas inti, yang terletak di jalan Yunus Sanis No.9 Handil Jaya, Kecamatan Jelutung, Kota Jambi. Puskesmas ini memiliki 6 program pokok dan 11 program pengembangan. Data yang didapat dari Dinas Kesehatan Kota Jambi pada tahun 2018 dari 20 puskesmas yang ada di Kota Jambi, persentase pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Kebun Handil paling terendah yaitu 14,1 % atau hanya 45 dari jumlah 319 bayi.

Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Kebun Handil diperoleh data ibu yang memiliki bayi 0-6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi periode Januari-Juni 2020 sebanyak 211 orang di 3 Kelurahan. Ada sepuluh orang ibu yang menjadi responden survei awal, ada empat ibu yang memberikan ASI dan ada enam orang ibu yang tidak memberikan ASI. 6 orang ibu yang tidak memberikan ASI mengatakan mereka tidak melakukan perawatan payudara selama kehamilan dan tidak dilakukan IMD pada saat 1 jam setelah bayi lahir. 6 orang ibu tersebut juga mengatakan bahwa ASInya tidak keluar, ASInya sedikit, dan bayi juga sering rewel walaupun sudah diberikan ASI. Hal ini menyebabkan ibu tidak menyusui dan lebih memilih memberikan susu formula kepada

bayinya. Dari kejadian seperti ini tidak tercapainya target untuk melaksanakan keberhasilan ASI eksklusif dari program yang diberikan oleh pelayanan kesehatan di wilayah kerja puskesmas tersebut.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk meneliti faktor yang memengaruhi produksi ASI pada ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi Tahun 2020.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian survei analitik yaitu penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena itu terjadi. Kemudian melakukan analisis dinamika korelasi antara fenomena, baik antara faktor risiko (independen) dan faktor efek (dependen). Dengan jenis penelitian yang digunakan adalah cross sectional merupakan penelitian dimana penghitungan faktor penyebab dan faktor akibat dilakukan bersamaan yang bertujuan untuk mengetahui Faktor yang Memengaruhi Produksi ASI Pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi Tahun 2020. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Kecamatan Jelutung, Kota Jambi, Provinsi Jambi. Penelitian ini dilaksanakan mulai bulan Maret-November 2020. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu yang menyusui bayi usia 0-6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi periode Januari-Juni 2020 sebanyak 211 orang di 3 Kelurahan. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu yang menyusui bayi usia 0-6 bulan di wilayah puskesmas kebun handil sebanyak 211 orang. Sampel ditentukan dengan menggunakan rumus pengukuran besar sampel menggunakan rumus Slovin maka sampel yang digunakan adalah 68 orang. Teknik pengambilan sampel ini menggunakan metode *simple random sampling*.

Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah variabel bebas (makanan ibu, perawatan payudara, isapan bayi dan isapan

bayi) dan variabel terikat (produksi ASI). Cara pengumpulan data dalam penelitian ini metode pengumpulan data yang digunakan adalah angket kuesioner adalah teknik pengumpulan data melalui formulir-formulir yang berisi pertanyaan yang diajukan secara tertulis pada seseorang atau sekumpulan orang untuk mendapatkan jawaban atau tanggapan dan informasi yang diperlukan oleh peneliti. Analisa data dalam penelitian ini analisa univariat merupakan analisis yang melibatkan satu variabel bebas, dilakukan untuk memperoleh gambaran masing-masing variabelnya, analisa bivariat merupakan analisis yang melibatkan yakni satu variabel bebas dan satu variabel terikat yang digunakan untuk mengetahui ada tidaknya suatu hubungan antara variabel, analisa multivariat. Dalam penelitian ini menggunakan uji chisquare dengan derajat kemaknaan $p < 0,05$.

HASIL

Analisa Bivariat:

Tabel 1. Tabulasi Silang antara Makanan Ibu, Perawatan Payudara, IMD, dan Isapan Bayi terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi

Variabel	Produksi ASI					Jumlah
	Cukup		Kurang			
	f	%	f	%	f	
Makanan Ibu						
Cukup	16	51,6	15	48,4	31	0,004
Tidak cukup	6	16,2	31	83,8	37	
Perawatan Payudara						
Dilakukan	19	57,6	14	42,4	33	0,000
Tidak dilakukan	3	8,6	32	91,4	35	
IMD						
Dilaksanakan	20	62,5	12	37,5	32	0,000
Tidak dilaksanakan	2	5,6	34	94,4	36	
Isapan Bayi						
Benar	20	60,6	13	39,4	33	0,000
Tidak benar	2	5,7	33	94,3	35	

Berdasarkan tabel 1. diatas dapat diketahui bahwa dari 68 responden yang diteliti, dari tabulasi silang antara makanan ibu dengan produksi ASI, diketahui bahwa makanan ibu cukup berjumlah 31 orang (100,0%) dengan produksi ASI cukup 16 orang (51,6%) dan produksi ASI kurang 15 orang (48,4%). Sedangkan makanan ibu tidak cukup berjumlah 37 orang (100,0%) dengan produksi ASI cukup 6 orang (16,2%) dan produksi ASI kurang 31 orang (83,8%). Hasil uji *chi-square* memperlihatkan bahwa nilai signifikan probabilitas makanan ibu adalah $p\text{-value} = 0,004$ atau $< \text{nilai} = 0,05$. Hal ini membuktikan bahwa makanan ibu memiliki pengaruh terhadap produksi ASI pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi Tahun 2020.

Tabulasi silang antara perawatan payudara dengan produksi ASI, diketahui bahwa yang melakukan perawatan payudara berjumlah 33 orang (100,0%) dengan produksi ASI cukup 19 orang (57,6%) dan produksi ASI kurang 14 orang (42,4%). Sedangkan ibu yang tidak melakukan perawatan payudara berjumlah 35 orang (100,0%) dengan produksi ASI cukup 3 orang (8,6%) dan produksi ASI kurang 32 orang (91,4%). Hasil uji *chi-square* memperlihatkan bahwa nilai signifikan probabilitas makanan ibu adalah $p\text{-value} = 0,000$ atau $< \text{nilai} = 0,05$. Hal ini membuktikan bahwa perawatan payudara memiliki pengaruh terhadap produksi ASI pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi Tahun 2020.

Tabulasi silang antara perawatan payudara dengan produksi ASI, diketahui bahwa ibu yang dilaksanakan IMD berjumlah 32 orang (100,0%) dengan produksi ASI cukup 20 orang (62,5%) dan produksi ASI kurang 12 orang (37,5%). Sedangkan ibu yang tidak dilaksanakan IMD berjumlah 36 orang (100,0%) dengan produksi ASI cukup 2 orang (5,6%) dan produksi ASI kurang 34 orang (94,4%). Hasil uji *chi-square* memperlihatkan bahwa nilai signifikan probabilitas makanan ibu adalah $p\text{-value} = 0,000$ atau $< \text{nilai} = 0,05$. Hal ini membuktikan bahwa IMD memiliki pengaruh terhadap produksi ASI pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi Tahun 2020.

Tabulasi silang antara perawatan payudara dengan produksi ASI, diketahui bahwa Isapan bayi yang benar berjumlah 33 orang (100,0%) dengan produksi ASI cukup 20 orang (60,6%) dan produksi ASI kurang 13 orang (39,4%). Sedangkan isapan bayi tidak benar berjumlah 35 orang (100,0%) dengan produksi ASI cukup 2 orang (5,7%) dan produksi ASI kurang 33 orang (94,3%). Hasil uji *chi-square* memperlihatkan bahwa nilai

signifikan probabilitas Isapan bayi adalah p -value = 0,000 atau $<$ nilai- = 0,05. Hal ini membuktikan bahwa isapan bayi memiliki pengaruh terhadap produksi ASI pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi Tahun 2020.

Analisa Multivariat:

Tabel 3. Uji Regresi Logistik variabel independen (makanan ibu, perawatan payudara, IMD, isapan bayi) terhadap variabel dependen (produksi ASI)

		B	S.E	Sig.	Exp (B)
Step 1^a	Makanan Ibu	0,403	,958	,674	1,496
	Perawatan Payudara	2,391	1,026	,020	10,930
	IMD	2,419	1,013	,017	11,232
	Isapan Bayi	3,271	1,064	,002	26,343
	Constant				
Step 2^a	Perawatan Payudara	2,434	1,027	,018	11,402
	IMD	2,470	1,016	,015	11,820
	Isapan Bayi	3,376	1,043	,001	29,245
	Constant				

Berdasarkan tabel 3. hasil uji regresi logistik tahap kedua diperoleh bahwa perawatan payudara dengan nilai $p = 0,018$ dan nilai Exp (B) = 11,402, IMD dengan nilai $p = 0,015$ dan nilai Exp (B) = 11,820, isapan bayi dengan nilai $p = 0,001$ dan nilai Exp (B) = 29,245. Berdasarkan hasil penelitian di atas, variabel yang paling besar memiliki pengaruhnya terhadap produksi ASI pada ibu menyusui yaitu isapan bayi dengan nilai sig. 0,001 dan nilai Exp (B) = 29,245 yang artinya isapan bayi sangat berpengaruh atau berpeluang 29,245 kali dapat memengaruhi produksi ASI.

PEMBAHASAN

Pengaruh Makanan Ibu terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui: Hasil uji *chi square* menunjukkan bahwa ada pengaruh makanan ibu terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil

Kota Jambi Tahun 2020 dengan nilai $p = 0,004 < 0,05$. Hasil analisis multivariat dengan regresi logistik diketahui nilai sig. 0,674 $>$ 0,05, dapat dikatakan tidak ada pengaruh yang signifikan makanan ibu terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi Tahun 2020.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ni Kadek dkk dengan judul Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Gizi Ibu dengan Kelancaran Air Susu Ibu (ASI) pada Ibu Menyusui di Puskesmas Bahu Kota Manado Tahun 2016 dengan p value = 0,003¹⁰.

Asupan makanan ibu sangat mempengaruhi produksi ASI, bila jumlah makanan ibu cukup mengandung zat gizi yang diperlukan baik jumlah kalori, protein, lemak dan vitamin serta mineral maka produksi ASI juga akan cukup, selain itu ibu dianjurkan minum air putih lebih banyak kira-kira 8-12 gelas sehari⁸.

Pada saat menyusui, gizi seimbang merupakan suatu hal yang sangat penting karena sangat berhubungan dengan produksi ASI. Pertumbuhan bayi akan berhasil dan tubuh ibu bisa menjadi sehat dan kuat serta kualitas dan kuantitas produksi ASI menjadi baik, jika ibu berhasil memenuhi gizi seimbang saat menyusui (9).

Menurut asumsi peneliti, makanan ibu mempunyai peranan penting meskipun sangat sedikit pengaruhnya terhadap produksi ASI. Ibu menyusui pada umumnya tidaklah terlalu ketat dalam mengatur nutrisinya, yang terpenting adalah makanan harus memenuhi unsur kualitas dan kuantitas sehingga produksi ASI akan tercukupi. Dalam menyusun menu, penting bagi ibu untuk memenuhi syarat-syarat dalam pantangan makanan. Syarat-syarat bagi ibu menyusui, antara lain susunan menu harus seimbang, dianjurkan minum 8-12 gelas/hari,

menghindari makanan yang banyak bumbu,

terlalu panas atau dingin, tidak menggunakan alkohol, serta dianjurkan banyak makan sayuran yang berwarna hijau dan kuning seperti bayam, daun singkong, katuk, lamtoro, labukuning, dll.

Pengaruh Perawatan Payudara terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui: Hasil uji *chi square* menunjukkan bahwa ada pengaruh perawatan payudara terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi Tahun 2020 dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$. Hasil analisis multivariat dengan regresi logistik diketahui nilai sig. $0,018 < 0,05$, dapat dikatakan ada pengaruh yang signifikan perawatan payudara terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi Tahun 2020.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Istiadhatul dkk dengan judul Faktor- Faktor yang Memengaruhi Produksi ASI pada Ibu Menyusui 0- 6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Bangetayu dengan $p = 0,032$ ¹².

Hal ini sejalan juga dengan Hasil penelitian Siti dkk yang berjudul Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Produksi ASI Ibu Nifas di Puskesmas Bojong tahun 2019 dengan $p = 0,002$ ¹³.

Payudara sebaiknya dipersiapkan agar proses menyusui dapat menyenangkan, terbebas dari rasa sakit. Yaitu dengan cara perawatan payudara sebelum melahirkan (prenatal breast care) yang bertujuan untuk memelihara kebersihan payudara, melenturkan puting susu dan mengeluarkan puting susu yang datar atau tenggelam (retracted nipple), dan mempersiapkan produksi ASI¹⁴.

Pada masa kehamilan dan pada masa menyusui sebaiknya perawatan payudara telah dimulai. Bagi ibu yang mempunyai

masalah kelainan puting susu seperti puting susu masuk kedalam atau datar, perawatan dilakukan pada trimester awal kehamilan, sedangkan apabila tidak ada masalah perawatan dilakukan mulai trimester akhir kehamilan sampai menyusui (8).

Menurut asumsi peneliti, perawatan payudara memiliki pengaruh terhadap produksi ASI. Dengan melakukan perawatan payudara sebelum melahirkan, kita dapat mendeteksi kelainan-kelainan yang dapat menghambat produksi ASI. Perawatan payudara sejak hamil dan selama menyusui sangat bermanfaat untuk meningkatkan produksi ASI dan mempertahankan bentuk payudara setelah menyusui. Persiapan yang harus dilakukan diantaranya yaitu puting susu perlu diperhatikan agar tetap bersih, puting susu perlu ditarik-tarik sehingga menonjol dan memudahkan untuk memberikan ASI, serta menggunakan pakaian dalam (BH) yang longgar sehingga perkembangan payudara tidak terhalang dan proses menyusui menjadi lancar. Berdasarkan penelitian didapatkan bahwa banyak ibu tidak melakukan perawatan payudara, kemungkinan hal ini disebabkan kurangnya informasi dan pemahaman tentang perawatan payudara baik selama hamil dan setelah masa melahirkan.

Pengaruh IMD terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui: Hasil uji *chi square* menunjukkan bahwa ada pengaruh IMD terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi Tahun 2020 dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$. Hasil analisis multivariat dengan regresi logistik diketahui nilai sig. $0,015 < 0,05$, dapat dikatakan ada pengaruh yang signifikan IMD terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi Tahun 2020.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Istiadhatul dkk

dengan judul Faktor- Faktor yang Memengaruhi Produksi ASI pada Ibu Menyusui 0- 6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Bangetayu dengan $p= 0,032$ ¹¹.

Hal ini sejalan juga dengan Hasil penelitian Ratih dan Dwi yang berjudul analisis faktor yang berhubungan dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum normal di Puskesmas Poned Kabupaten Banjarnegara tahun 2019 dengan $p=0,004$ ¹⁵. Inisiasi menyusui dini merupakan tindakan menyusui bayi yang dilakukan 1 jam pertama setelah bayi lahir. Caranya yaitu dengan meletakkan bayi di dada ibu tepatnya diantara dua payudara dan membiarkan bayi mencari putting susu ibu sampai bayi dapat menyusui dengan sendirinya. Bayi dalam keadaan telanjang dan ibu telanjang dada sehingga terjadi kontak kulit antar ibu dan bayi. Bayi dibiarkan dalam posisi tersebut sekurang-kurangnya selama satu jam tanpa jeda ¹.

Bila bayi tidak disusui dalam 1 jam pertama setelah lahir, maka hormon prolaktin akan turun dan sulit merangsang hormon prolaktin dan ini akan menyebabkan ASI akan keluar setelah tiga hari atau lebih pasca persalinan. Inilah yang menyebabkan bayi akan menjadi rewel karna tidak mendapatkan ASI dan akhirnya para ibu akan memberikan makanan pengganti ASI ³.

Menurut asumsi peneliti, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa IMD sangat berpengaruh terhadap produksi ASI, hal ini disebabkan karena pada saat bayi menyusui awal 1 jam setelah persalinan terdapat rangsangan yang dirasakan ibu, kemudian rangsangan tersebut dikirim ke otak sehingga hormon oksitosin dikeluarkan dan mengalir ke dalam darah, dan masuk ke payudara menyebabkan otot-otot di sekitar alveoli berkontraksi dan membuat ASI mengalir di saluran ASI sehingga produksi ASI untuk bayi dapat tercukupi. Namun ada juga ibu post partum yang dilakukan IMD namun produksi ASI nya kurang, menurut

peneliti hal ini kemungkinan disebabkan karena faktor asupan makanan ibu tidak tercukupi, ibu tidak melakukan perawatan payudara selama kehamilan ataupun isapan bayi yang tidak benar sehingga produksi ASI selanjutnya berkurang bahkan tidak ada sama sekali.

Pengaruh Isapan bayi terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui: Hasil uji *chi square* menunjukkan bahwa ada pengaruh isapan bayi terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi Tahun 2020 dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$. Hasil analisis multivariat dengan regresi logistik diketahui nilai sig. 0,001

$< 0,05$, dapat dikatakan tidak ada pengaruh yang signifikan isapan bayi terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi Tahun 2020.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ayu devita dengan judul Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kelancaran Produksi ASI di Mitra Ananda Palembang Tahun 2018 dengan $p= 0,000$ ¹¹.

Isapan bayi sangat berpengaruh pada rangsangan produksi ASI selanjutnya, oleh sebab itu menyusui yang dijadwalkan berakibat kurang baik. Jika bayi mendapatkan makanan lain termasuk air dapat mengakibatkan bayi sakit dan produksi ASI menurun karena ibu memproduksi ASI tergantung pada seberapa banyak ASInya dihisap oleh bayi ¹².

Memberi kesempatan pada bayi untuk menyusui sesering mungkin merupakan cara terbaik untuk memperbanyak produksi ASI. Karena kerja payudara dalam membuat dan mengeluarkan susu dipengaruhi oleh hormon oksitosin dan prolaktin yang keduanya akan muncul ketika bayi mengisap payudara. Produksi ASI mengikuti hukum *supply meets demand* (suplai tergantung permintaan).

Dimana ASI akan diproduksi sebanyak yang diisap atau dikeluarkan. Jika bayi jarang menyusu, akan menyebabkan ASI yang diproduksi sedikit⁷.

Menurut asumsi peneliti, isapan bayi sangat berpengaruh terhadap produksi ASI, hal ini dikarenakan payudara ibu memproduksi ASI tergantung pada seberapa banyak ASInya dihisap oleh bayi. Daya hisap bayi akan merangsang kelenjar hipotalamus untuk memproduksi hormon oksitosin dan hormon prolaktin. Jika bayi menghisap dengan benar maka produksi ASI selanjutnya akan tercukupi, namun sebaliknya jika bayi tidak menghisap dengan benar dan bayi jarang menyusu maka produksi ASI akan berkurang. Tanda bayi menghisap dengan benar yaitu tidak menimbulkan rasa sakit pada puting susu ibu, bayi menghisap dengan hisapan yang dalam dan lambat, serta bayi terlihat menghentikan sejenak hisapannya dan kita dapat mendengar suara ASI yang ditelan.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa hasil uji ada pengaruh perawatan payudara, IMD, dan isapan bayi terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi, sedangkan makanan ibu tidak ada pengaruh terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi. Produksi ASI dapat ditingkatkan dengan melakukan penyuluhan kesehatan tentang makanan yang mengandung zat gizi yang baik, melakukan perawatan payudara pada masa kehamilan dan menyusui, IMD, serta isapan bayi yang baik dan benar agar ibu menyusui mengerti dan produksi ASI menjadi lancar sehingga dapat meningkatkan cakupan pemberian ASI eksklusif.

DAFTAR PUSTAKA

1. RI KK. Berikan ASI Untuk Tumbuh

Kembang Optimal. In: *Kemenkes RI.* ; 2020.

2. BKKBN. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017. *BPS 2017*. Published online 2017.
3. Monika F. *Buku Pintar ASI Dan Menyusui*. Noura Book; 2008.
4. WHO. Infant and young child. Published online April . <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding%0A>
5. Dinas Kesehatan Provinsi Jambi. Profil Kesehatan Provinsi Jambi 2018. Published online 2018:207.
6. Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia 2018.
7. Irsal FS, Gita TP SW. *ASI Dan Menyusui*. Pustaka Bunda; 2017.
8. Jitowiyono S, W. K. *Asuhan Keperawatan Neonatus Dan Anak*. Nuha Medika; 2017.
9. Winarsih. *Pengantar Ilmu Gizi Dalam Kebidanan*. Pustaka Baru Press; 2018.
10. Radharisnawati N, R K, Pondaag, L. Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Gizi Ibu Dengan Kelancaran Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Bahu Kota Manado. *ejournal.unsrat.ac.id*. 2017;5(1).
11. Dewi A. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kelancaran Produksi ASI di Rumah Bersalin Mitra Ananda Palembang Tahun 2018. Published online 2019.
12. T R, I A, AY. W. Faktor- Faktor Yang Memengaruhi Produksi ASI Pada Ibu Menyusui 0-6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangetayu. Published online 2020.
13. Nur S, E S, N. I. Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Produksi ASI Ibu Nifas di Puskesmas Bojong Kabupaten Tegal Tahun 2019. 2019;6(2):98-106.
14. Widatiningsih S DC. *Praktik Terbaik Asuhan Kehamilan*. Trans Medika; 2017.
15. Subekti R F. Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum Normal. Published online 2019.