

HUBUNGAN FREKUENSI MENYUSUI DENGAN KELANCARAN PRODUKSI ASI IBU *POST PARTUM* DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PEUSANGAN SELATAN KABUPATEN BIREUEN PROVINSI ACEH TAHUN 2017

Riana Angriani¹, Ety Sudaryati² dan Zulhaida Lubis²

¹Pascasarjana Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara
rianaangriani89@gmail.com

²Staf Pengajar Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara

ABSTRAK

Rendahnya pemberian ASI merupakan ancaman bagi tumbuh kembang bayi, jika ASI eksklusif tidak diberikan, bayi akan rentan mengalami kekurangan gizi dan berpengaruh besar terhadap tumbuh kembang dan daya tahan tubuh anak dimana prevalensi ibu post partum yang produksi ASI nya tidak lancar yaitu sebesar 60%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan frekuensi menyusui dengan kelancaran produksi ASI ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Peusangan Selatan Kabupaten Bireuen Provinsi Aceh. Jenis penelitian ini adalah studi analitik observasional dengan menggunakan desain cross sectional. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu post partum, tercatat pada laporan Puskesmas Peusangan Selatan dilakukan pada bulan Februari-Oktober 2017. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 69 orang. Analisis data dilakukan secara univariat untuk melihat gambaran variabel dan bivariat dengan uji chi-square untuk melihat hubungan antar variabel. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa frekuensi menyusui berhubungan dengan kelancaran produksi ASI ibu dengan nilai $p=0,019$ $PR= 2,438$ (95% CI 1,261-4,711). Disimpulkan bahwa ibu yang memiliki frekuensi menyusui yang baik memiliki peluang 2,438 kali untuk memiliki produksi ASI yang lancar dibandingkan dengan ibu yang memiliki frekuensi menyusui yang kurang baik.

Kata Kunci: frekuensi menyusui, produksi ASI

1. PENDAHULUAN

Latar Belakang

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan yang paling baik untuk bayi yang langsung diproduksi dari payudara ibu kepada bayi yang baru dilahirkannya, karena komposisinya sesuai pada setiap tumbuh kembang bayi, ASI juga mengandung zat pelindung yang dapat menghindarkan bayi dari berbagai penyakit infeksi. Pemberian ASI mempunyai pengaruh besar dalam perkembangan emosional yang dapat mempengaruhi hubungan batin antara ibu dan bayi (Lowdermilk, *et.al*, 2013). *World Health Organization* (WHO), *United Nation Internasional Children's Emergency Fund* (UNICEF) dan Kementerian Kesehatan merekomendasikan inisiasi menyusui dalam satu jam pertama kehidupan bayi, ASI eksklusif selama 6 bulan, hingga 2 tahun, ASI harus tetap diberikan bersama dengan makanan pendamping ASI yang aman dan bergizi (UNICEF, 2016). WHO juga menambahkan bahwa selama pemberian ASI eksklusif ada beberapa cairan yang dapat dikonsumsi oleh bayi pada keadaan tertentu, cairan tersebut ialah beberapa tetes sirup yang terdiri dari vitamin, suplemen mineral atau obat-obatan.

Bayi yang mendapatkan ASI eksklusif 14 kali lebih mungkin untuk bertahan hidup dalam enam bulan pertama kehidupan dibandingkan dengan bayi yang tidak mendapatkan ASI. Mulai menyusui pada hari pertama setelah lahir dapat mengurangi risiko kematian bayi baru lahir hingga 45%. ASI juga mendukung kemampuan seorang anak dan membantu mencegah obesitas dan penyakit kronis dikemudian hari. Penelitian terbaru di Amerika Serikat dan Inggris menunjukkan penghematan besar dalam layanan kesehatan karena anak yang mendapatkan ASI

jarang sakit dari pada anak yang tidak mendapatkan ASI (UNICEF, 2013). Walaupun manfaat dari ASI telah banyak diketahui di seluruh dunia, tetapi hanya 39% anak dibawah enam bulan yang mendapatkan ASI eksklusif pada tahun 2012 di seluruh dunia. Cina merupakan salah satu Negara dengan jumlah populasi penduduk yang cukup besar di dunia hanya memiliki angka keberhasilan ASI eksklusif sebesar 28%. Tunisia dalam pemberian ASI eksklusif mengalami penurunan yang sangat drastis dalam satu dekade terakhir dari 45,6% menjadi 6,2%, sementara tiga negara lain yang menduduki posisi terendah dalam pemberian ASI eksklusif yaitu Somalia, Chad, dan Afrika Selatan (UNICEF, 2013). Pemberian ASI eksklusif yang selama ini dianjurkan diberikan selama 6 bulan nyatanya masih belum terlaksana dengan baik. Berdasarkan hasil penelitian *World Breastfeeding Trends Initiative* (WBTI) tahun 2012, hanya 27,5% ibu di Indonesia yang berhasil memberikan ASI eksklusif (WBTI, 2012).

Produksi ASI yang tidak lancar menjadi salah satu faktor yang menyebabkan kegagalan dalam pemberian ASI secara eksklusif, Hal tersebut sesuai dengan penelitian Chan (2006), dari 44 ibu post partum, sebanyak 44% berhenti menyusui sebelum bayi berusia 3 bulan karena ASI yang kurang, 31% karena masalah payudara, 25% merasa kelelahan. Salah satu usaha untuk memperbanyak ASI adalah dengan menyusui anak secara teratur. Semakin sering anak menghisap puting susu ibu, maka akan terjadi peningkatan produksi ASI dan sebaliknya jika anak berhenti menyusu maka terjadi penurunan ASI. Saat bayi mulai menghisap ASI, akan terjadi dua reflek yang akan menyebabkan ASI keluar pada saat yang tepat pula, yaitu reflek pembentukan/produksi ASI atau reflek prolaktin yang dirangsang oleh hormon prolaktin dan reflek pengaliran/pelepasan ASI (*let down reflex*). Bila bayi mengisap puting payudara, maka akan diproduksi suatu hormon yang disebut prolaktin, yang mengatur sel dalam alveoli agar memproduksi air susu. Air susu tersebut dikumpulkan ke dalam saluran air susu. Kedua, reflek mengeluarkan (*let down reflex*). Isapan bayi juga akan merangsang produksi hormon lain yaitu oksitosin, yang membuat sel otot disekitar alveoli berkontraksi, sehingga air susu didorong menuju puting payudara. Jadi semakin bayi mengisap, maka semakin banyak air susu yang dihasilkan (Perinasia, 2006).

Kelancaran proses laktogenesis menentukan onset laktasi. Kegagalan bayi untuk menyusu merupakan salah satu faktor yang menyebabkan onset laktasi lebih dari 3 hari, frekuensi menyusui berhubungan dengan rangsangan isapan pada payudara dengan produksi oksitosin dan prolaktin untuk memproduksi air susu. Menyusui dengan frekuensi lebih dari 6 kali dalam 24 jam pertama setelah bayi lahir dapat menjamin kecukupan ASI pada hari-hari berikutnya (Rivers, *et.al*, 2010).

Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang ada masih banyak ibu post partum yang produksi ASInya tidak lancar yaitu sebesar 60% ibu *post partum* yang tidak memberikan ASI pada bayinya dari wawancara yang didapat ibu mengalami kesulitan untuk menyusui bayinya salah satunya produksi ASI yang tidak lancar yang dapat menyebabkan kesulitan untuk menyusi bayinya, karena daya menghisap bayi yang kurang sehingga ibu terpaksa memberi bayi susu formula. Hal ini membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan frekuensi menyusui dengan kelancaran produksi ASI ibu *post partum* di wilayah kerja Puskesmas Peusangan Selatan Kabupaten Bireuen.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian adalah seluruh ibu post partum yang tercatat pada laporan Puskesmas Peusangan Selatan Provinsi Aceh pada Bulan April 2017 yaitu sebanyak 246 orang. Sampel berjumlah 69 orang ibu post partum. Sampel penelitian menggunakan teknik *simple random sampling*. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kelancaran produksi ASI dan variabel independennya adalah frekuensi menyusui.

3. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Tabel 1. Karakteristik Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Peusangan Selatan Kabupaten Bireuen Tahun 2017

Karakteristik Responden	Jumlah	
	n=69	%
Usia		
≤35 tahun	53	76,8
> 35 tahun	16	23,2
Pendidikan		
Tamat SD	10	14,5
Tamat SMP	18	26,1
Tamat SMA	20	29,0
Tamat PT	21	30,4
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	10	14,5
Bekerja	59	85,5

Berdasarkan tabel diatas karakteristik sosiodemografi responden penelitian ini meliputi umur, pendidikan dan pekerjaan. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 69 orang responden mayoritas berusia ≤ 35 tahun yaitu sebanyak 53 orang (76,8%), mayoritas responden memiliki latar belakang pendidikan tamat PT yaitu sebanyak 21 orang (30,4%) dan mayoritas responden bekerja yaitu sebanyak 59 orang (85,5%).

Tabel 2. Hubungan Frekuensi Menyusui dengan Kelancaran Produksi ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Peusangan Selatan Kabupaten Bireuen Tahun 2017

Frekuensi Menyusui	Kelancaran Produksi ASI						<i>p value</i>	PR 95% CI
	Tidak lancar		Lancar		Total			
	n	%	n	%	n	%		
Kurang baik	13	54,2	11	45,8	24	100	0,016	2,438 (1,261-4,711)
Baik	10	22,2	35	77,8	45	100		

Berdasarkan tabel diatas didapatkan hasil analisis bivariat dengan menggunakan *chi-square* menunjukkan bahwa diantara responden dengan produksi ASI yang lancar ada sebanyak 35 orang (77,8%) yang memiliki frekuensi menyusui yang baik sedangkan diantara responden

dengan produksi ASI yang tidak lancar ada sebanyak 13 orang (54,2%) yang memiliki frekuensi menyusui yang kurang baik. Hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan frekuensi menyusui dengan kelancaran produksi ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Peusangan Selatan Kabupaten Bireuen. Responden yang memiliki frekuensi menyusui yang baik memiliki peluang 2,438 kali untuk memiliki produksi ASI yang lancar dibandingkan dengan responden yang memiliki frekuensi menyusui yang kurang baik

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Amahorseja (2012) mengenai faktor determinan kelangsungan produksi ASI yang menunjukkan bahwa frekuensi menyusui merupakan faktor determinan kelangsungan produksi ASI dengan *p value* sebesar 0,001, diketahui pula bahwa $B=32,474$ sehingga semakin sering ibu menyusui bayinya maka kelangsungan produksi ASInya juga semakin lancar. Berdasarkan penelitian ini diketahui pula bahwa frekuensi penyusuan merupakan faktor yang dominan mempengaruhi kelangsungan produksi ASI.

Diketahui bahwa 58% ibu mengalami masalah menyusui dalam 2 minggu pertama membuat kurangnya kepercayaan diri ibu untuk menyusui bayinya. Jika suplai ASI benar-benar tidak memadai maka suplemen tambahan diperlukan. Jika pemberian makanan tambahan diberikan sebagai pengganti ASI maka akan berdampak negatif pada persediaan ASI itu sendiri. Sehingga semakin sering ASI diberikan kepada bayi maka produksi ASI pun akan semakin lancar dan kebutuhan bayi akan nutrisi yang berasal dari ASI pun juga terpenuhi (Jacqueline, *et. al* 2016).

Disamping itu pula penelitian ini didukung oleh penelitian Pranajaya (2013) tentang determinan produksi ASI pada ibu menyusui dimana hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan frekuensi menyusui dengan produksi ASI ((*p value* 0,001). Setiap bayi mempunyai pola menyusui yang unik, tidak sama satu diantara yang lain, beberapa bayi biasanya mengisap sedikit atau hanya sebentar akan tetapi dengan frekuensi yang sering. Beberapa bayi juga menyusui lebih lama namun dengan frekuensi yang jarang. Pengisapan anak mempunyai peranan penting dalam produksi air susu ibu, karena memiliki pengaruh dalam pengeluaran hormon pituitrin. Isapan anak akan merangsang otot polos yang terdapat dalam buah dada. Untuk berkontraksi yang kemudian merangsang susunan syaraf di sekitarnya dan meneruskan rangsangan ini ke otak. Otak akan memerintahkan kelenjar hypophyse bagian belakang untuk mengeluarkan pituitrin lebih banyak, akan mempengaruhi kuatnya kontraksi otot-otot polos buah dada dan uterus. Kontraksi otot-otot polos pada buah dada berguna untuk pembentukan air susu ibu, sedangkan kontraksi otot-otot polos pada uterus berguna untuk mempercepat involusi.

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Sulistiyah (2016) tentang hubungan antara frekuensi ibu menyusui pada bayi 0-6 bulan dengan kelancaran ASI diketahui bahwa adahubungan antara frekuensi ibu menyusui pada bayi 0-6 bulan dengan kelancaran ASI dengan *p value* sebesar 0,001. Faktor-faktor yang mempengaruhi kelancaran ASI saat menyusui, antara lain frekuensi ibu menyusui, menghindari pemberian susu formula dan pengaruh psikologi ibu saat menyusui juga. Kriteria kelancaran ASI sendiri dilihat dari ciri-ciri bayi yang cukup ASI antara lain bayi akan terlihat puas setelah menyusui, bayi akan tertidur pulas dan tidak menangis, bayi tampak sehat dan terdapat kenaikan berat badan rata-rata 500 gram setiap bulannya sedangkan frekuensi bayi menyusui idealnya adalah 8-12x dalam 24 jam dan 10 sampai 20 menit untuk masing-masing payudara, dengan jarak menyusui dengan menyusui berikutnya yaitu antara satu setengah sampai 2 jam sekali. Tetapi sering ada yang lama, mungkin sampai setengah jam. Kondisi seperti ini tergantung pada kekuatan bayi menghisap, kecepatan menelan serta kenyamanan bayi saat disusui. Saat kenyang bayi akan melepaskan puting ibu. Frekuensi menyusui juga tergantung pada jumlah ASI serta nafsu makan bayi. Penelitian mutakhir memperlihatkan bahwa bayi yang menyusui dengan lambat mendapatkan ASI sama banyaknya dengan bayi yang menyusui dengan cepat. Bila ibu yang bayinya menyusui dengan lambat dan berhenti menyusui sebelum bayi selesai, bayi mungkin tidak mendapat susu akhir yang kaya energi yang diperlukan untuk tumbuh dengan baik.

Disamping itu pula penelitian lain yang mendukung hasil penelitian ini adalah penelitian Nursanti (2012) mengenai peningkatan frekuensi menyusui mempercepat onset laktasi dimana diketahui bahwa frekuensi menyusui memiliki hubungan bermakna dengan onset laktasi dengan *p value* sebesar 0,003 dan RR sebesar 2,3 yang artinya ibu postpartum yang menyusui dengan frekuensi sering berpeluang lebih tinggi 2,3 kali untuk tidak terjadi keterlambatan onset laktasi dibandingkan ibu yang menyusui dengan frekuensi kurang. Pada penelitian ini didapatkan data frekuensi menyusui sering terjadi keterlambatan onset laktasi dan data frekuensi menyusui kurang tidak terjadi keterlambatan onset laktasi.

Penelitian lain dengan hasil yang sama dilakukan Yamauchi and Yamanouchi mengenai frekuensi menyusui selama 24 jam pertama setelah bayi lahir yang menunjukkan bahwa frekuensi menyusui pada bayi berhubungan dengan meningkatkan produksi ASI pada hari ke 3 setelah melahirkan. Kondisi seperti ini ditemukan karena berdasarkan hasil observasi selama penelitian diketahui bayi yang menyusu dalam 24 jam pertama setelah lahir mempunyai durasi dan efektifitas menyusu yang beragam. Responden adalah ibu postpartum primipara yang belum mempunyai pengalaman menyusui bayi secara efektif.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Dapat disimpulkan bahwa frekuensi menyusui merupakan variabel yang terbukti berhubungan dengan kelancaran produksi ASI ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Peusangan Selatan Kabupaten Bireuen dengan PR=2,438, hal ini berarti responden yang memiliki frekuensi menyusui yang baik memiliki peluang 2,438 kali untuk memiliki produksi ASI lancar dibandingkan dengan responden yang memiliki frekuensi menyusui yang kurang baik. Saran peneliti untuk kedepannya bagi puskesmas untuk memberikan pemahaman pada ibu-ibu menyusui mengenai pentingnya meningkatkan frekuensi menyusui dan penggunaan kontrasepsi setelah melahirkan melalui semua jenis media, termasuk penyuluhan intensif bagi ibu menyusui waktu hamil, agar ibu produksi ASI ibu lancar sehingga bayi dapat memperoleh ASI eksklusif sebagai salah satu bentuk dukungan terhadap program laktasi.

Ucapan terimakasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Kepala Puskesmas Peusangan Selatan Kabupaten Bireuen dan seluruh staf Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara yang memberikan dukungan terhadap penelitian ini.

REFERENSI

- Amahorseja, M.L., Masni., Bahar, B. 2012. Determinant Factors of Sustainability Breastfeeding In General Hospital District Dr. M. Haulussy Ambon. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Hasanuddin.
- Chan, S.M. 2006. Breastfeeding Failure in a Longitudinal Post-Partum Maternal Nutrition Study in Hong Kong. China: Department of Paediatrics.
- .Dewey KG, Nommsen-Rivers LA, Heinig MJ, Cohen RJ. Risk factors for suboptimal infant breastfeeding behavior: Delayed onset of lactation, and excess neonatal weight loss. *Pediatrics*. 2003;112:607-19.
- Jacqueline, C.K., Gardner, H., Geddes., 2016. Breastmilk Production in the First 4 Weeks after Birth of Term Infants. *Nutrients Journal*. Vol. 8 No. 756. School of Chemistry and Biochemistry. The University of Western Australia, Crawley.

- Kent, J.C., Mitoulas, L.R., Cregan, M.D., Ramsay, D.T., Doherty, D.A., Hartmann, P.E., 2017. Volume and Frequency of Breastfeedings and Fat Content of Breast Milk Throught the Day. *Pediatrics*. Vol. 117, No. 3:387-395 from <http://pediatrics.aappublications.org>
- Nursanti, I., 2012. Meningkatkan Frekuensi Menyusui Mempercepat Onset Laktasi RSUD Kota Yogyakarta.
- Perinasia, 2006. Melindungi, Meningkatkan, dan Mendukung Menyusui: Peran Khusus pada Pelayanan Kesehatan Ibu Hamil dan Menyusui, Pernyataan bersama WHO/UNICEF, Perkumpulan Perinatologi Indonesia, Jakarta.
- Pranajaya, R., Rudiyaniti, N., 2013. Determinan Produksi ASI pada Ibu Menyusui. *Jurnal Keperawatan*. Vol. IX, No. 2. ISSN : 1907-0357: 227-237.
- Rivers LAN, Chantry CJ, Peerson JM, Cohen RJ, Dewey KG. Delayed onset of lactogenesis among firsttime mothers is related to maternal obesity and factors associated with ineffective breastfeeding. *Am J Clin Nutr*. 2010;92:574-84.
- Safitri, I., 2016. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kelancaran ASI pada Ibu Menyusui di Desa Bendan, Kecamatan Banyudono Kabupaten Royali. Program Studi Kesehatan masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Sulistiyah.2016. Hubungan antara Frekuensi Ibu Menyusui pada Bayi 0-6 Bulan dengan Kelancaran ASI (Studi di Puskesmas Balulwang Kabupaten Malang). *Jurnal Hesti Wira Sakti*. Vol. 4 No. 1:74-77.
- UNICEF., 2013. Breastfeeding Is The Cheapest And Most Effective Life-Saver In history-unicef. https://www.unicef.org/media/media_70044.html
- UNICEF., 2016. Jutaan Bayi di Indonesia Kehilangan Awal Terbaik dalam Kehidupan Mereka. https://www.unicef.org/indonesia/id/media_25473.htm
- WBTI, 2012. World Breastfeeding Trends Initiative (WBTI) India Report : National Institute of Public Cooperation and Child Development in Collaboration With : Breastfeeding Promotion Network of India (NPNI)