

## IMPLEMENTASI ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU POST PARTUM DENGAN MASALAH MENYUSUI

Zhavira Fiorent<sup>1</sup>, Netty Herawaty Purba<sup>2</sup>, Febri Hartini Janet Laga<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Diploma III Kebidanan, STIKes Awal Bros Batam, Indonesia

fzhavira@gmail.com<sup>1</sup>, nettyoerba21@gmail.com<sup>2</sup>, febrihjl@gmail.com<sup>3</sup>

### ABSTRAK

Asuhan kebidanan post partum adalah masa pemulihan dimulai dari akhir persalinan sampai alat-alat di dalam rahim kembali seperti sebelum hamil. Asuhan kebidanan post partum dilakukan untuk memantau terjadinya tanda bahaya pada ibu post partum. Pemantauan yang dilakukan yaitu, perdarahan, pencegahan infeksi dan masalah menyusui. Masalah menyusui yang sering ditemukan biasanya yaitu ASI (Air Susu Ibu) tidak keluar yang biasanya disebabkan karena bendungan ASI, puting payudara tidak menonjol, teknik menyusui yang tidak benar, payudara bengkak, payudara lecet, dan mastitis. Faktor keberhasilan ibu dalam menyusui pada saat masa nifas adalah pada saat masa kehamilan, yaitu dengan melakukan perawatan payudara selama masa kehamilan. Perawatan payudara selama kehamilan (*prenatal breast care*) juga merupakan perawatan payudara untuk persiapan menyusui, tujuannya untuk memudahkan bayi menghisap ASI dan menjaga kesehatan payudara, sehingga mencegah kemungkinan gangguan selama menyusui. Pada tahun 2019, persentase BBL (Bayi Baru Lahir) yang mendapat IMD (Inisiasi Menyusu Dini) secara nasional sebesar 75,58%. Angka tersebut telah melampaui target renstra 2019 sebesar 50,0%. Pengetahuan ibu saat hamil sangat mendukung pengeluaran ASI, dan posisi menyusui ibu juga menjadi faktor pendukung pengeluaran dan kelancaran ASI. Tidak hanya itu, IMD juga sangat berpengaruh penting terhadap kelancaran pengeluaran ASI dan kesehatan bayi. Frekuensi menyusui yang sering juga dapat merangsang hormon prolaktin untuk pengeluaran ASI.

**Kata Kunci** : Asuhan Kebidanan Post Partum, Menyusui

### ABSTRACT

*Post partum midwifery care is a recovery period starting from the end of labor until the tools in the uterus return to their pre-pregnancy state. Post partum midwifery care is carried out to monitor the occurrence of danger signs in postpartum mothers. Monitoring was carried out, namely, bleeding, prevention of infection and breastfeeding problems. Breastfeeding problems that are often found are usually breast milk (Mother's Milk) not coming out which is usually caused by breast milk dams, not protruding nipples, improper breastfeeding technique, swollen breasts, blisters, and mastitis. The success factor of mothers in breastfeeding during the puerperium is during pregnancy, namely by doing breast care during pregnancy. Breast care during pregnancy (prenatal breast care) is also breast care in preparation for breastfeeding, the aim is to make it easier for the baby to suck milk and maintain breast health, thereby preventing possible disturbances during breastfeeding. In 2019, the percentage of BBL (Newborn Babies) who received IMD (Early Breastfeeding Initiation) nationally was 75.58%. This figure has exceeded the 2019 strategic plan target of 50.0%. Mother's knowledge during pregnancy strongly supports the release of breast milk, and the position of breastfeeding is also a factor supporting the release and smooth flow of breast milk. Not only that, IMD also has a very important effect on the smooth production of breast milk and the health of the baby. Frequent breastfeeding can also stimulate the hormone prolactin for milk production.*

**Keywords** : Post Partum Midwifery Care, Breastfeeding

### PENDAHULUAN

Asuhan kebidanan nifas merupakan masa pemulihan, dimulai dari akhir persalinan sampai alat bantu rahim dikembalikan ke keadaan sebelum hamil. Masa nifas berlangsung dari 6 jam

sampai 6 minggu (42 hari). Masa nifas dimulai selesainya plasenta lahir serta berakhir ketika organ-organ rahim kembali ke keadaan sebelum hamil. Masa nifas pula terjadi sekitar 6 minggu. Masa nifas biasanya mulai selesainya plasenta lahir serta berakhir saat organ-organ rahim balik ke keadaan sebelum hamil. Masa nifas berlangsung sekitar 6 minggu (Wahyuningsih, 2018)

Melaksanakan asuhan kebidanan nifas untuk memantau ibu nifas terhadap tanda-tanda bahaya. Surveilans dilakukan terhadap perdarahan, pencegahan infeksi dan masalah menyusui. Perdarahan postpartum dapat dibagi menjadi beberapa jenis berikut: Perdarahan masa nifas adalah perdarahan yang melebihi 500-600 ml hanya dalam waktu 24 jam setelah bayi baru lahir, atau jumlah perdarahan tidak terbatas tetapi keadaan umum dan tanda-tanda vital ibu telah berubah. analisis telah ditunjukkan. Alasan utamanya adalah kontraksi rahim yang lemah, retensio plasenta, retensio plasenta dan pecahnya jalan lahir. Sebagian besar dalam 2 jam pertama. Perdarahan postpartum sekunder (*Late Postpartum Hemorrhage*) adalah perdarahan dengan konsep yang sama dengan perdarahan postpartum primer, tetapi terjadi 24 jam setelah melahirkan sampai akhir periode postpartum. Perdarahan postpartum sekunder terjadi 24 jam kemudian, biasanya antara 5 dan 15 hari setelah melahirkan. Penyebab yang paling utama biasanya yakni robekan jalan lahir dan sisa plasenta (Soewarto, 2016)

Dalam hal pencegahan infeksi, terdapat beberapa jenis bakteri yang bisa menyebabkan infeksi pasca persalinan, dan infeksi postpartum masih menjadi penyebab utama kesakitan dan kematian ibu. Infeksi genital merupakan komplikasi selama masa nifas. Infeksi yang menyebar ke saluran kemih, payudara, dan pasca operasi merupakan salah satu penyebab tingginya AKI. Gejala umum infeksi termasuk demam dan denyut nadi cepat. Gejala lokal mungkin termasuk kelemahan rahim atau kegagalan rahim untuk berkontraksi dengan baik, kemerahan dan nyeri pada payudara (Widyastuti, 2016)

Infeksi postpartum masih menjadi penyebab kematian ibu tertinggi, terutama di negara berkembang seperti Indonesia, dimana pelayanan kebidanan masih jauh dari sempurna. Faktor lain yang menyebabkan infeksi nifas termasuk sistem kekebalan tubuh yang buruk, perawatan postpartum yang buruk, malnutrisi/ kurang gizi, anemia, kebersihan yang buruk, dan kelelahan. Faktor penyebab utama terjadinya infeksi masa nifas ialah adanya perlukaan pada perineum (Widyastuti, 2016)

Infeksi yang terjadi setelah melahirkan dapat disebabkan oleh beberapa bakteri. Infeksi postpartum masih merupakan penyebab tertinggi AKI. Infeksi genitalia merupakan komplikasi dari masa nifas. Infeksi yang meluas ke saluran kemih, payudara, dan pembedahan adalah penyebab AKI. Infeksi postpartum ditandai dengan suhu 38°C atau lebih, yang terjadi antara hari ke 2-10 hari postpartum dan diukur minimal 4 kali sehari. Peningkatan suhu tubuh yang terjadi selama masa nifas dianggap sebagai infeksi nifas bila penyebab ekstra-genital tidak ditemukan (Ratih, 2020)

Selain hal-hal tersebut di atas, masalah umum setelah melahirkan adalah masalah menyusui. Biasanya masalah yang paling sering ditemui ibu setelah melahirkan adalah ASI tidak keluar atau tidak lancar. ASI sangat penting untuk bbl/ bayi baru lahir. Air Susu Ibu juga merupakan makanan yang paling baik untuk bayi karena mengandung nutrisi dan baik untuk sistem pencernaan dan sistem kekebalan tubuh, perkembangan fisik dan psikis, serta interaksi antara ibu dan bayi. Kesimpulan yang ditarik dalam suatu penelitian adalah bayi baru lahir yang diberi ASI dapat terlindungi dari efek gangguan efektif dan gangguan fisiologis akibat efek ibu postpartum yang mengalami depresi. Pemberian ASI juga memberikan dampak positif bagi kesehatan ibu hamil, keluarga dan masyarakat melalui manfaat gizi, kekebalan, perkembangan, psikologi, sosial ekonomi dan lingkungan. Melindungi, mempromosikan dan mendukung ibu menyusui adalah prioritas dari semua rencana kesehatan masyarakat nasional (Juanita, 2016)

Menyusui adalah proses alami. Jutaan ibu di dunia berhasil menyusui bayinya tanpa membaca buku tentang menyusui, bahkan ibu yang buta huruf pun bisa menyusui bayinya. Namun, ibu harus memahami teknik menyusui yang benar. Karena teknologi menyusui merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi produksi ASI. Jika cara menyusui yang tidak benar akan menyebabkan puting lecet, membuat ibu enggan menyusui, dan bayi jarang menyusu (Siregar & Pane, 2017)

Masalah menyusui yang sering terjadi dapat disebabkan oleh bendungan ASI, puting yang tidak menonjol, teknik menyusui yang tidak tepat, pembengkakan payudara, lecet, dan mastitis. Faktor keberhasilan ibu hamil untuk menyusui pada masa nifas adalah perawatan payudara selama kehamilan. Masalah menyusui merupakan masalah umum yang mungkin terjadi pada masa nifas awal. Hasil uji multivariat ditemukan bahwa ibu dengan masalah menyusui 39 kali lebih mungkin menderita depresi pascapersalinan dibandingkan ibu tanpa masalah menyusui. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa menyusui berdampak pada psikologi ibu postpartum (Sukma, 2020)

Kelancaran produksi ASI juga menentukan keputusan menyusui. Ibu yang menghasilkan ASI yang cukup cenderung untuk menyusui bayinya. Produksi ASI tergantung pada pengetahuan ibu tentang manajemen laktasi. Manajemen laktasi yang baik akan mendorong peningkatan prolaktin, oksitosin dan produksi ASI yang stabil. Ibu akan memberikan ASI dini (IMD), memberikan kolostrum, seks, perlekatan yang baik, menyusui sebanyak bayi (*on demand*), tidak ada makanan dan minuman tambahan, dan pemerah susu saat tidak di rumah. Menyusui dini (IMD) adalah meletakkan bayi di atas perut, di dada atau perut ibu, sehingga kulit bayi menyentuh kulit ibu, setidaknya satu jam setelah lahir. Jika kontak terhalang oleh kain atau selesai dalam waktu satu jam, itu dianggap tidak sempurna dan IMD tidak akan dilakukan (Karuniawati et al., 2020)

Pentingnya perawatan payudara adalah menjaga kebersihan payudara terutama kebersihan puting, melenturkan dan menguatkan puting, memudahkan bayi menyusui, merangsang kelenjar susu, membuat ASI banyak dan lancar, serta mampu mendeteksi kelainan payudara secara dini dan melakukan upaya untuk mengatasinya (Marina, 2019)

Perawatan payudara selama kehamilan (*prenatal breast care*) juga merupakan perawatan payudara untuk persiapan menyusui, tujuannya untuk memudahkan bayi menghisap ASI dan menjaga kesehatan payudara, sehingga mencegah kemungkinan gangguan selama menyusui (Indrasari, 2016)

Kurangnya keterampilan menyusui dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain tingkat pendidikan, usia, dukungan keluarga, ekonomi, dan paritas ibu (Prawirohardjo, 2016).

Masa nifas sangat mempengaruhi pengalaman ibu dengan teknik menyusui postpartum. Pengalaman menyusui sebelumnya akan mendukung keterampilan menyusui saat ini, dan kesalahan menyusui di masa lalu akan mempengaruhi perkembangan ibu. Oleh karena itu, ibu multi-gravitasi memiliki lebih banyak pengalaman dan pengetahuan daripada ibu gravitasi primitif. Oleh karena itu, karena pengalaman dan pengetahuan ibu pada multigravida lebih banyak daripada ibu primigravida (Khoiriyah & Prihatini, 2011)

Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif didasarkan pada Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif, yaitu ASI yang diberikan kepada bayi sejak enam bulan setelah lahir, tanpa menambah dan/atau mengganti makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin dan mineral).

ASI adalah cairan hidup yang mengandung sel darah putih yang sangat kompleks dan unik, imunoglobulin, enzim, hormon, dan protein spesifik dari berbagai spesies. ASI diproduksi oleh kelenjar susu wanita selama menyusui. Keberhasilan proses menyusui dapat dipengaruhi oleh kondisi sebelum dan saat terjadi proses menyusui. Kondisi sebelum kehamilan ditentukan oleh perkembangan payudara saat lahir dan pubertas. Kondisi pada saat kehamilan yaitu pada trimester II payudara mengalami pembesaran oleh karena pertumbuhan

dan diferensiasi dari lobuloalveolar dan sel epitel payudara. Pada saat pembesaran payudara ini hormon prolaktin dan laktogen plasenta aktif bekerja dalam memproduksi ASI (Adam et al., 2016)

ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein yang dibutuhkan oleh sistem kekebalan tubuh dan membantu membunuh sejumlah besar bakteri, sehingga pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko kematian bayi. Kolostrum berwarna kekuningan yang dihasilkan pada hari pertama sampai dengan hari ketiga. Dari hari keempat hingga kesepuluh, ASI mengandung lebih sedikit imunoglobulin, protein, dan laktosa dibandingkan kolostrum, tetapi memiliki lemak dan kalori yang lebih tinggi serta warna yang lebih putih. Selain nutrisi, ASI juga mengandung enzim-enzim tertentu, yang digunakan sebagai zat penyerapan dan tidak akan mengganggu enzim-enzim lain di dalam saluran usus. Susu formula tidak mengandung enzim-enzim tersebut, sehingga penyerapan makanan sepenuhnya bergantung pada enzim-enzim yang ada di usus bayi (Karuniawati et al., 2020)

Pada tahun 2019, presentase bayi baru lahir yang diberikan IMD secara nasional sebesar 75,58%. Angka tersebut berhasil melampaui target renstra 2019 sebesar 50,0%. Provinsi dengan angka tertinggi bayi baru lahir yang mendapat IMD adalah Sulawesi Tenggara (94,92%), sedangkan provinsi dengan angka terendah adalah Papua Barat (3,06%). Terdapat dua provinsi yang belum mencapai target Renstra tahun 2019 yaitu Maluku dan Papua Barat. (Kemenkes, 2019)

Secara nasional, angka cakupan bayi ASI eksklusif pada tahun 2019 sebesar 67,74%. Jumlah tersebut telah melampaui target 50% dari rencana strategis 2019. Wilayah dengan cakupan ASI eksklusif tertinggi adalah Nusa Tenggara Barat (86,26%), sedangkan terendah adalah Papua Barat (41,12%). (Kemenkes, 2019)

Menurut hasil survei Provinsi Kepulauan Riau tahun 2019, angka cakupan bayi baru lahir yang mendapat IMD pada tahun 2019 adalah 81,21%. Jumlah tersebut telah melampaui target 50% dari rencana strategis 2019. Sementara itu, angka cakupan bayi ASI eksklusif pada tahun 2019 sebesar 59,75%. Jumlah ini juga melebihi target 50% dari rencana strategis 2019. (Kesehatan Kemenkes RI, 2020)

Hasil survei Kota Batam tahun 2018 menunjukkan bahwa angka cakupan ASI eksklusif di Kota Batam meningkat dari 40% pada tahun 2016 menjadi 47% pada tahun 2017, namun masih sangat rendah dibandingkan dengan target nasional (80%) yang ingin dicapai. Rendahnya cakupan ASI Eksklusif disebabkan oleh rendahnya kesadaran ibu menyusui akan pentingnya ASI, selain itu Batam merupakan kota industri dengan jumlah tenaga kerja wanita yang banyak, sehingga memungkinkan untuk menggunakan susu formula dan pemberian MP-ASI (makanan pendamping ASI) sebelum anak berusia 6 bulan karena ibu bekerja. (Profil Kesehatan Kota Batam, 2018)

Penelitian telah membuktikan bahwa kematian dan kesakitan bayi dapat diturunkan dengan pemberian ASI eksklusif. Sebuah studi meta-analisis yang dilakukan oleh Smith et al. menyimpulkan bahwa 85% bayi yang diberi ASI 24 jam setelah lahir memiliki risiko kematian neonatus. Selain itu, berbagai studi tinjauan pustaka menunjukkan bahwa penyebab IMT rendah adalah kelahiran, usia dan pekerjaan ibu, dukungan keluarga, pengalaman menyusui, dan faktor pendukung pemisahan bayi prematur dari ibu dan bayi. (Kemenkes RI, 2018)

Berdasarkan survei penulis di PMB Marlina Limbong yang berdiri sejak tahun 1999 sampai dengan saat ini. PMB berada di Legenda Malaka Kelurahan Baloi Permai Kecamatan Batam Kota. PMB Marlina Limbong melayani pengobatan umum ditempat praktiknya. Data yang diperoleh pada tahun 2019 ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan sebanyak 302 orang, ibu bersalin dan BBL sebanyak 70 orang, 65 kunjungan nifas, dan terdapat keberhasilan IMD sebanyak 70 orang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat

bagaimana keberhasilan dalam menangani masalah menyusui pada Ny. "S" di PMB Marlina Limbong, Amd.Keb.

## METODE

Desain penelitian yang digunakan yaitu jenis deskriptif, yang berupa penelitian dengan metode atau pendekatan studi kasus. Pengumpulan Data terlebih dahulu dilakukan dengan Anamnesa dan Wawancara. Setelah wawancara dilakukan dilanjutkan dengan pemeriksaan fisik mulai dari inspeksi, palpasi, aulkutasi dan perkusi. Penelitian ini dilakukan dimulai sejak Asuhan Kehamilan, Persalinan dan Bayi Baru Lahir, Nifas dan Menyusui, dan Keluarga Berencana. Setelah itu dilakukan Dokumentasi Pengumpulan data dari tindakan medis yang didokumentasikan dengan metode SOAP dan dilakukan analisis secara kualitatif. Desain kualitatif digunakan pada proses penelitian dalam suatu bentuk kata tertulis maupun lisan dari seseorang serta perilaku yang dapat diamati.

Penelitian ini dilaksanakan di PMB Marlina Limbong, Amd.Keb mulai pada bulan April-Mei 2021. Sampel penelitian ini yaitu pada Ny. S umur 29 tahun. Ny.S mengalami masalah menyusui, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada Ny. S. Analisis data dilakukan dengan mengumpulkan data dasar maupun data khusus dengan cara anamnesa dan data sekunder dari dokumen seperti buku KIA.

## HASIL

Pelaksanaan wawancara yang dilakukan kepada Ny.S didapatkan bahwa kurangnya pengetahuan mengenai perawatan pada payudara Ny. S saat masa kehamilan, dan kurangnya mengonsumsi makan-makanan yang bergizi. Ny. S juga belum memiliki pengalaman dalam memiliki anak, sehingga belum mengerti teknik menyusui yang baik dan benar.

Sehingga dapat disimpulkan dari data yang peneliti dapat, ASI Ny. S tidak segera keluar karena kurangnya perawatan payudara masa kehamilan. Sehingga pada hari kedua post partum pengeluaran ASI sudah lancar karena telah diberikan KIE pada Ny. S untuk melakukan perawatan payudara pada masa nifas dan tetap dibantu merangsang payudara dengan cara tetap menyusui bayi walaupun ASI tidak keluar, serta mengonsumsi makanan yang bergizi agar membantu pengeluaran ASI.

Peneliti menganjurkan Ny. S untuk tetap merangsang payudara Ny. S dengan cara tetap menyusui bayinya walaupun ASI nya tidak keluar. Hal ini dapat membuat hormon prolaktin terangsang dari isapan bayi dan terjadi pengeluaran ASI yang cukup banyak untuk bayi. Hal ini sesuai dengan teori yang menjelaskan proses keluarnya ASI yang dipicu atau dirangsang oleh mulut bayi yang menghisap puting susu ibu. Gerakan tersebut dapat merangsang kelenjar pituitary anterior untuk memproduksi sejumlah hormon prolaktin, yaitu hormon utama yang mengendalikan pengeluaran air susu (Reyani et al., 2021)

Peneliti juga menganjurkan Ny. S untuk mengonsumsi susu kedelai karena dapat merangsang hormon oksitosin dan prolaktin, seperti alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid dan zat lain yang efektif meningkatkan dan meningkatkan produksi ASI.

Faktor penyebab lain yang menyebabkan ASI tidak keluar pada Ny.S adalah kurangnya istirahat dan kurangnya dukungan dari keluarga sehingga kemungkinan ibu terkena postpartum blues dapat saja terjadi.

Peneliti memberikan pengertian kepada suami Ny. S untuk terus berperan dalam mendukung Ny. S, tenaga kesehatan juga dapat mempengaruhi peran suami dalam

mendukung proses pemberian ASI. Tenaga kesehatan harus memberikan penjelasan tentang ASI secara berkelanjutan, mulai dari pemeriksaan kehamilan, setelah persalinan, dan saat kunjungan agar terjadi kelancaran pengeluaran ASI. Tidak hanya suami, keluarga Ny. S juga harus ikut berperan dalam mendukung Ny. S dalam menyusui agar terjadi kelancaran pengeluaran ASI.

Berdasarkan hasil yang didapat dari peneliti, ketidaklancaran pengeluaran ASI pada Ny. S berlangsung selama 2 hari dan setelah 2 hari post partum ASI ibu kembali lancar. Dari hasil penelitian Ny. S mengalami ketidaklancaran pengeluaran ASI karena kurangnya pengetahuan tentang menyusui, kurangnya perawatan payudara saat masa kehamilan. Dengan dilakukannya IMD dan merangsang payudara dengan cara menyusui bayi dengan frekuensi yang sering, terjadi pengeluaran ASI setelah 2 hari post partum.

## PEMBAHASAN

Produksi ASI merupakan hasil stimulasi payudara oleh hormon prolaktin. Hormon ini diproduksi oleh kelenjar hipofisis anterior yang terletak di ujung otak. Saat bayi menyusui, ASI dikeluarkan melalui wadah ASI yang disebut milky sinus. Mengisap merangsang ujung saraf di sekitar payudara dan mengirimkan informasi ke kelenjar hipofisis anterior untuk menghasilkan prolaktin. Prolaktin kemudian mengalir ke kelenjar susu untuk merangsang sekresi susu. Ini disebut refleks laktasi atau refleks prolaktin. Bagi ibu yang menyusui bayinya, menyusui sangat penting dalam hal memenuhi kebutuhan bayinya. Pemberian ASI eksklusif tanpa pemberian ASI tambahan dianjurkan sampai bayi berusia enam bulan. Namun tidak semua ibu kecewa, karena ASI yang dihasilkan ternyata tidak semulus yang diharapkan (Kiswati & Miskiyah, 2015).

Mengonsumsi beberapa obat dengan kandungan bahan-bahan alami seperti daun katuk dapat melancarkan produksi ASI. Selain itu, mengonsumsi susu bubuk atau cairan khusus untuk ibu menyusui juga dapat memperlancar produksi ASI. Namun sayangnya, di pedesaan daun katuk sulit ditemukan, apalagi obat menyusui, dan susu ibu menyusui yang terlalu mahal bagi penduduk desa, serta kemungkinan tidak semua ibu suka minum susu. Pilihan lain yang dapat digunakan sebagai alternative untuk memenuhi kebutuhan nutrisi ibu menyusui adalah dengan mengonsumsi susu yang terbuat dari ekstrak kedelai (Juanita, 2016)

Menurut Puspitasari, (2018) Susu kedelai adalah susu yang diperoleh dari ekstrak kedelai yang memiliki banyak kandungan nutrisi dan manfaat. Ini dapat merangsang hormon oksitosin dan prolaktin, seperti alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid dan zat lain, yang secara efektif dapat meningkatkan dan meningkatkan produksi ASI. Refleks hormon prolaktin menghasilkan ASI Ketika bayi menghisap puting susu ibu, puting dan areola ibu akan dirangsang oleh neurohormon. Stimulus ini ditransmisikan ke kelenjar hipofisis melalui saraf vagus dan kemudian ke lobus anterior. Dari daun inilah hormon prolaktin akan disekresikan, masuk ke peredaran darah dan mencapai kelenjar yang memproduksi ASI.

Salah satu faktor fisiologis yang dapat secara langsung mempengaruhi proses keluarnya ASI adalah usia. Pada usia 21-30 tahun seorang wanita memasuki usia produktif dan rentang usia tersebut merupakan waktu yang tepat bagi seorang wanita mengalami proses kehamilan dan persalinan, sehingga produksi ASI yang dialami seorang wanita pada waktu tersebut lebih baik. Dalam sebuah penelitian, pendidikan dan pekerjaan merupakan salah satu faktor yang secara tidak langsung mempengaruhi laktasi terkait dengan latar belakang sosial dan budaya. Edukasi berkaitan dengan kemampuan ibu untuk menerima informasi yang secara langsung akan mempengaruhi proses pemerahan. Faktor langsung yang berhubungan dengan

psikologi ibu antara lain pandangan ibu tentang keuntungan dan kerugian menyusui dan pengetahuan tentang menyusui (Puspitasari, 2018)

Menurut Karuniawati et al., (2020) ASI yang tidak lancar dapat mengakibatkan kekhawatiran dan kecemasan ibu. Keadaan ini dapat menimbulkan kecemasan dan rasa takut pada ibu karena tidak dapat menyusui dengan baik, jika kondisi ini berlanjut dapat menyebabkan ibu mengalami depresi postpartum. Kondisi ini terjadi pada periode taking hold yang berlangsung 3-10 hari pasca persalinan. Pada tahap ini, ibu merasa cemas karena tidak dapat merawat bayinya. Ibu menjadi sangat sensitif dan mudah tersinggung. Oleh karena itu, ibu membutuhkan dukungan dari orang-orang terdekatnya. Ini adalah waktu terbaik bagi ibu untuk mendapatkan konseling tentang merawat bayi mereka dan diri mereka sendiri. Dengan cara ini, ibu bisa meningkatkan rasa percaya dirinya kembali. Selama periode ini, ibu akan fokus mengontrol fungsi tubuhnya. Misalnya, buang air kecil atau besar, belajar mengubah postur seperti duduk dan berjalan, belajar merawat diri sendiri dan bayi.

Berdasarkan data hasil anamnesa peneliti, didapatkan usia Ny. S 29 tahun, sehingga merupakan usia produktif dan waktu yang tepat untuk memproduksi ASI yang baik, tetapi kecemasan ibu juga menjadi faktor penyebab masalah dalam ketidاكلancaran pengeluaran ASI. Oleh karena itu, ibu membutuhkan dukungan dari orang-orang terdekatnya. Ini adalah waktu terbaik bagi ibu untuk mendapatkan konseling tentang merawat bayi mereka dan diri mereka sendiri. Dengan cara ini, ibu bisa meningkatkan rasa percaya dirinya kembali.

Menurut Suparwati et al., (2018) Situasi nifas juga tergantung pada situasi persalinan, yaitu apakah ibu melahirkan secara normal (ekstraksi vakum, ekstraksi forcep, *sectio caesaria*). Persalinan normal akan memudahkan ibu memutuskan untuk melakukan proses laktasi pada bayinya. Namun, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa persalinan normal tidak berpengaruh terhadap keputusan ibu untuk menyusui. Kegagalan dalam proses menyusui seringkali disebabkan oleh beberapa masalah yang menimbulkan masalah baik bagi ibu maupun bayinya. Masalah ibu selama menyusui dapat dimulai sebelum persalinan (periode antenatal), postpartum dini dan persalinan terlambat. Masalah menyusui juga dapat disebabkan oleh keadaan khusus, seperti seorang ibu yang mengeluh bayinya sering menangis atau menolak untuk menyusui, yang berarti ASI tidak cukup atau cukup baik untuk memutuskan untuk berhenti menyusui. Kondisi psikologis ibu juga akan mempengaruhi sekresi ASI, karena ibu nifas khususnya ibu primipara harus beradaptasi dengan tahapan yang baru, dan pengalaman parenting yang baru bukanlah hal yang mudah. akan mempengaruhi kondisi fisik ibu dan mempengaruhi kelancaran produksi ASI ibu.

Menurut Nuzulia, (2013) Faktor psikologis ibu dalam proses menyusui sangat berpengaruh terhadap proses menyusui dan produksi ASI. Ibu yang stres khawatir produksi ASI berkurang, karena otak yang sebenarnya berperan besar dalam produksi ASI adalah otak yang mengatur dan mengontrol ASI.

Menurut Mamangkey, (2018) Dibandingkan dengan ibu yang tidak pernah mendapat informasi atau dukungan, ibu yang mendapat dukungan informasi berupa informasi tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif dalam waktu 6 bulan, seperti penyuluhan dan pendidikan dari keluarga dan petugas kesehatan, akan terdorong untuk memberikan ASI eksklusif. Adanya keluarga menjadikan peran keluarga sangat penting bagi keberhasilan menyusui. ASI eksklusif. Alat dukungan dari tenaga kesehatan atau keluarga terutama orang tua atau ibu mertua meliputi memasak makanan bergizi yang membantu menyusui, mengajari ibu cara menyusui yang benar, dan mengajari ibu cara merawat payudara yang benar. Ibu juga akan menanyakan masalah apa yang mereka hadapi selama menyusui, dan mendapatkan saran dari anggota keluarga atau petugas kesehatan untuk memberikan ASI kepada bayinya, yang merupakan dukungan evaluasi.

Dukungan atau support dari orang lain atau orang terdekat, sangatlah berperan dalam sukses tidaknya menyusui. Dukungan suami dan anggota keluarga sangat berpengaruh, seorang ibu yang tidak mendapat dukungan dari suami, ibu, atau saudara perempuannya, atau bahkan diancam, akan terpengaruh dan beralih ke susu formula. (Mamangkey, 2018)

Dalam proses menyusui, memerlukan kondisi emosional yang stabil karena faktor psikologis ibu dapat mempengaruhi produksi ASI. Menurut Oktalina et al., (2015) suami dapat berperan aktif dalam keberhasilan proses pemberian ASI Eksklusif, karena suami juga menentukan kelancaran refleks pengeluaran ASI, dan refleks ini sangat dipengaruhi oleh keadaan atau perasaan emosional ibu. Dukungan suami merupakan salah satu faktor penting yang memicu terjadinya refleks oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI.

Perawatan payudara selama kehamilan (*prenatal breast care*) adalah perawatan payudara untuk menyusui yang bertujuan untuk memudahkan bayi menghisap ASI, menjaga kesehatan payudara, dan mencegah kemungkinan gangguan selama menyusui. (Indrasari, 2016)

Menurut Indrasari, (2016) perawatan payudara merupakan salah satu bagian penting yang harus diperhatikan saat mempersiapkan menyusui di masa depan, karena payudara merupakan organ penting yang memproduksi ASI yang merupakan makanan utama bayi baru lahir, sehingga harus dilakukan perawatan sesegera mungkin. Sebagian besar ibu hamil tidak melakukan perawatan payudara karena kurangnya pengetahuan tentang perawatan payudara itu sendiri, dan kurangnya pengetahuan tentang perawatan payudara seperti puting tidak menonjol dan rata. Faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan proses menyusui adalah kurangnya kesadaran ibu akan pentingnya perawatan payudara selama kehamilan, kurangnya dukungan keluarga untuk perawatan payudara sejak hamil, dan petugas kesehatan kurang memiliki pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara selama kehamilan. Ibu membutuhkan bantuan, informasi dan dukungan dari semua pihak untuk merawat payudaranya selama kehamilan, mempersiapkan ASI saat melahirkan agar meningkatkan kepercayaan diri dalam menyusui bayi dengan baik serta mengetahui manfaat dan fungsi perawatan payudara saat hamil.

Menurut Indrasari, (2016) ibu hamil yang tidak melakukan perawatan payudara selama kehamilan dapat menyebabkan bayi tidak mau menyusu atau mendapatkan ASI sebanyak-banyaknya dari ibu. Keadaan ini akan menyebabkan kebutuhan gizi bayi tidak terpenuhi dengan baik, dan bayi akan mudah sakit atau bahkan meninggal. Ibu tidak bisa menyusui saat hamil, Ny. S juga terkena saat hamil, jika perawatan payudara tidak dilakukan, ASI tidak akan keluar setelah melahirkan.

Menurut asumsi peneliti bahwa IMD memiliki semakin akurat teknik menyusui ibu, semakin lembut ASI yang keluar. Karena itu, beredar desas-desus di masyarakat bahwa minum jamu akan memperlancar ASI. Salah satu upaya untuk meningkatkan kelancaran arus pengeluaran adalah anjuran kesehatan IMD dan teknik menyusui yang benar tidak diikuti oleh semua orang yang terlibat, terutama wanita kafir. Selain itu, tenaga kesehatan perlu membentuk kelompok pendukung bagi ibu menyusui, seperti membuat sudut menyusui, memantau status kesehatan ibu nifas, memantau teknik menyusui yang diterapkan ibu, dan teknik menawarkan ibu menyusui sampai menyusui. benar. . Ibu hamil di panti jompo diajarkan untuk memposisikan bayi di dekat tubuh ibu dan mulut bayi di dada ibu. (Reyani et al., 2021)

Menurut Suparwati et al., (2018) produksi ASI lebih bergantung pada peran prolaktin, sehingga bayi perlu terus sering menyusu untuk mendapatkan jumlah kolostrum yang maksimal, yang akan menjadi ASI transisi pada hari ke-2 atau ke-3. Menurut Reyani et al., (2021) Inisiasi Menyusu Dini (IMD) juga dapat meningkatkan produksi ASI, karena ASI dikeluarkan setelah lahir, yang dirangsang dengan mencium mulut bayi pada puting susu ibu.



Selain IMD, payudara yang terjaga akan menghasilkan ASI yang cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian dapat disimpulkan pengetahuan ibu saat hamil sangat mendukung pengeluaran ASI, dan posisi menyusui ibu juga menjadi faktor pendukung pengeluaran dan kelancaran ASI. Tidak hanya itu, IMD juga sangat berpengaruh penting terhadap kelancaran pengeluaran ASI dan kesehatan bayi. Ferekuensi menyusui yang sering juga dapat merangsang hormon prolaktin untuk pengeluaran ASI.

Diharapkan untuk bidan dan keluarga untuk selalu memberikan ibu dukungan agar pengeluaran ASI lancar. Bidan juga seharusnya memberikan perawatan payudara saat hamil, memberikan pengetahuan kepada ibu.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada lahan praktik BPM Marlina Limbong A.md.Keb, serta dosen pembimbing dan teman-teman seperjuangan yang telah membantu serta membimbing dalam proses penelitian ini. Terimakasih juga untuk keluarga yang sudah selalu memberikan semangat dan support kepada penulis dalam menyelesaikan penelitian. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat dan berguna khususnya untuk penulis dan para pembaca.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adam, A., Bagu, A. A., & Sari, N. P. (2016). *Pemberian Inisiasi Menyusu Dini Pada Bayi Baru Lahir. Jurnal Kesehatan Manarang*, 2(2), 76.
- Dinas Kesehatan Kota Batam. (2018). Profil Kesehatan Kota Batam Tahun 2018. *Profil Kesehatan Kota Batam*, 54, 38–74.
- Indrasari, N. (2016). *Hubungan pengetahuan ibu hamil pelaksanaan perawatan payudara. XII(1)*, 1–7.
- Juanita, F. (2016). *Peningkatan Durasi Pemberian ASI Pada Ibu Post Partum Melalui Relaksasi Autogenic Training. 19(1)*, 24–32.
- Karuniawati, N., Masnilawati, A., & Saputri, L. H. (2020). *Pengaruh Niat Ibu , Kondisi Masa Nifas , Kelancaran Produksi ASI terhadap Keputusan untuk Menyusui. 01(01)*, 1–13.
- Kemendes. (2019). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Kesehatan Kemendes RI. (2020). Data dan informasi profil kesehatan Indonesia 2019. In *Kementrian Kesehatan RI*.
- Khoiriyah, A., & Prihatini, R. (2011). *Hubungan Antara Paritas dengan Keterampilan Menyusui yang Benar pada Ibu Nifas. 1997*.
- Kiswati, B., & Miskiyah, Z. (2015). *Pengaruh Inisiasi Menyusu Dini Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di RS Telogorejo Semarang*, 7.
- Mamangkey, S. J. F. (2018). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi di Puskesmas Ranotana Weru*, 6.

- Nuzulia, F. (2013). *Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi di Desa Bebengan Kecamatan Boja Kabupaten Kendal*. 1–8.
- Oktalina, O., Muniroh, L., & Adiningsih, S. (2015). *Dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Anggota Kelompok Pendukung ASI ( KP-ASI )*.
- Prawirohardjo, S. (2016). Ilmu Kebidanan Ed. 4. In *PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo*.
- Puspitasari, E. (2018). *The Influence Of Soybean Milk Is On Increasing The Production Of ASI Materials In The Nifas Mother In RS Bina Healthy Bantul*. 7(1), 54–60.
- Ratih, R. H. (2020). *Pengetahuan dan Sikap Ibu Nifas tentang Perawatan Luka Perineum*. 2, 34–43.
- Reyani, A. A., Naim, S., & Hidayah, A. (2021). *Pengaruh Inisiasi Menyusu Dini Terhadap Kelancaran ASI di RSIA Kirana*. 5, 22–30.
- Silalahi, M. M. (2019). *Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perawatan Payudara Selama Kehamilan di Klinik Niar Patumbak Tahun 2019 Marina M. Silalahi Jurusan Keperawatan Poltekes Kemenkes Medan Abstrak*.
- Siregar, D. N., & Pane, M. (2017). *Hubungan Pengetahuan Ibu Post Partum dengan Teknik Menyusui yang Benar di Klinik Mariana Medan*. 2, 115–125.
- Soewarto, S. (2016). Ilmu Kebidanan Sarwono. *Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo*.
- Sukma, F. (2020). *Masalah Menyusui sebagai Determinan Terjadinya Risiko Depresi Postpartum pada Ibu Nifas Normal*. 2(3), 121–131.
- Suparwati, I., Murawati, & Suwanti, E. (2018). *Hubungan Antara Kelancaran Pengeluaran ASI Dengan Kejadian Postpartum Blues*. 8–13.
- Wahyuningsih, H. P. (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. 283.
- Widyastuti, D. (2016). *Gambaran Sikap Ibu Nifas Tentang Perawatan Luka Perineum di RSUD Wonosari Gunung Kidul*.