



FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KUALITAS PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI

Monica Savitri Surya, Verawaty Fitrinelda Silaban*, Khairani, Miranda Safitri Br. Tompul, Megasari Ndraha, Fina Afriani

PUI-PT Gentle Baby Care, Universitas Prima Indonesia Jl. Sampul No.3, Sei Putih Bar, Medan Petisah, Kota Medan, Sumatera Utara 20118, Indonesia

*verawatyfitrineldasilaban@unprimdn.ac.id

ABSTRAK

Kualitas produksi Air Susu Ibu (ASI) yang buruk menjadi masalah utama bagi ibu post partum karena akan mempengaruhi keberhasilan dalam menyusui, Produksi ASI dipengaruhi beberapa faktor diantaranya adalah faktor status gizi, paritas dan faktor frekuensi menyusui. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas produksi ASI pada ibu menyusui di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kerumutan. Penelitian merupakan kuantitatif dengan jenis deskriptif korelasi menggunakan desain cross sectional study. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu post partum hari ke 3-42 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kerumutan sebanyak 129 orang. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 56 responden dengan menggunakan teknik purposive sampling. Analisis data penelitian ini menggunakan analisis univariat, bivariat dan multivariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan status gizi dengan kualitas produksi ASI dengan $p\text{-value} = 0,037$ ($p < 0,05$). Tidak ada hubungan paritas dengan kualitas produksi ASI dengan $p\text{-value} = 0,037$ ($p > 0,05$). Ada hubungan frekuensi menyusui dengan kualitas produksi ASI dengan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Tidak ada hubungan status pekerjaan dengan kualitas produksi ASI dengan $p\text{-value} = 1,000$ ($p > 0,05$). Ada hubungan penggunaan kontrasepsi dengan kualitas produksi ASI dengan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Faktor yang paling berpengaruh terhadap kualitas produksi ASI adalah faktor frekuensi menyusui. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan status gizi, frekuensi menyusui, penggunaan kontrasepsi dengan kualitas produksi ASI dan tidak ada hubungan paritas dan status pekerjaan dengan kualitas produksi ASI di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kerumutan.

Kata kunci: frekuensi menyusui; kontrasepsi; kualitas produksi ASI; pekerjaan ibu; status gizi

FACTORS RELATED TO THE QUALITY OF BREAST MILK PRODUCTION IN BREASTFEEDING MOTHERS

ABSTRACT

Poor quality of breast milk production is a major problem for postpartum mothers because it will affect the success of breastfeeding. Breast milk production is influenced by several factors including nutritional status, parity and breastfeeding frequency. This study aims to determine the factors related to the quality of breast milk production in breastfeeding mothers in the UPTD Kerumutan Health Center Work Area. This study is quantitative with a descriptive correlation type using a cross-sectional study design. The population in this study were all postpartum mothers on days 3-42 in the UPTD Kerumutan Health Center Work Area totaling 129 people. The sample in this study was 56 respondents using purposive sampling techniques. Data analysis of this study used univariate, bivariate and multivariate analysis. The results showed that there was a relationship between nutritional status and the quality of breast milk production with a $p\text{-value} = 0.037$ ($p < 0.05$). There was no relationship between parity and the quality of breast milk production with a $p\text{-value} = 0.037$ ($p > 0.05$). There is a relationship between breastfeeding frequency and the quality of breast milk production with $p\text{-value} = 0.000$ ($p < 0.05$). There is no relationship between employment status and the quality of breast milk production with $p\text{-value} = 1.000$ ($p > 0.05$). There is a relationship between the use of contraception and the quality of breast milk production with $p\text{-value} = 0.000$ ($p < 0.05$). The most influential factor on the quality of breast milk production is the frequency of breastfeeding. The

conclusion of this study is that there is a relationship between nutritional status, breastfeeding frequency, use of contraception and the quality of breast milk production and there is no relationship between parity and employment status and the quality of breast milk production in the UPTD Kerumutan Health Center Work Area.

Keywords: breastfeeding frequency; contraception; mother's occupation; nutritional status; quality of breast milk production

PENDAHULUAN

Kualitas produksi Air Susu Ibu (ASI) yang buruk menjadi masalah utama bagi ibu post partum karena akan mempengaruhi keberhasilan dalam menyusui dimana masa post partum merupakan masa dimana seorang ibu mulai melakukan proses awal menyusui yang menentukan kesinambungan pelaksanaan proses menyusui untuk selanjutnya (Noviawanti dan Nisa, 2022). Menyusui merupakan salah satu langkah awal yang tepat dalam proses pemenuhan nutrisi yang sangat baik bagi bayi yang dapat mendukung proses pertumbuhan dan perkembangannya (Sibagariang, 2018). ASI adalah makanan pertama yang alami untuk bayi. Dalam rangka menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi, World Health Organization (WHO) merekomendasikan sebaiknya bayi hanya diberikan ASI saja tanpa makanan tambahan apapun selama 6 bulan dan dilanjutkan sampai bayi berumur dua tahun (Niar et al., 2021). WHO juga menetapkan angka pemberian ASI eksklusif secara Global sekitar 50% ditahun 2022 dan di tahun 2021 kurang lebih 44% (WHO, 2022).

Menurut Survey Kesehatan Indonesia pada tahun 2023, presentase pencapaian keberhasilan pemberian ASI eksklusif ini belum memenuhi target dimana kementerian kesehatan menargetkan pemberian ASI eksklusif hingga 80%, namun pencapaian persentase pemberian ASI eksklusif hanya mencapai 44,8%. Menurut Kemenkes RI persentase pemberian ASI eksklusif tertinggi terdapat di Provinsi Papua Tengah yaitu sebanyak 82,7% dan persentase terendah terdapat pada Provinsi DI Yogyakarta yaitu sebanyak 30,1% (Kemenkes RI, 2023). Cakupan pemberian ASI eksklusif di Provinsi Riau tahun 2023 hanya mencapai 56,1% atau sebanyak 23.091 bayi dari 41.172 jumlah bayi <6 bulan. Kabupaten Pelalawan memiliki persentase pemberian ASI eksklusif hanya sebesar 42,4% yang berarti sebanyak 57,6% bayi sudah diberikan makanan pendamping ASI atau susu formula, sedangkan di Kecamatan Kerumutan persentase pemberian ASI eksklusif hanya 33,7% dimana angka tersebut masih sangat jauh dibandingkan target nasional yaitu 80% (Dinkes Provinsi Riau, 2023). ASI Eksklusif mempunyai peranan penting karena dapat meningkatkan ketahanan tubuh bayi. Rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif akan meningkatkan morbiditas pada bayi yaitu dapat menyebabkan bayi rentan terhadap penyakit seperti alergi, asma, obesitas, diabetes, gangguan pencernaan, gangguan gigi dan maloklusi, anemia defisiensi besi, hipertensi, jantung, sindrom mati mendadak dan IQ rendah. Sementara untuk ibu yang tidak menyusui secara eksklusif berisiko menderita berbagai penyakit seperti diabetes, kanker payudara, hipertensi, dan jantung (Ambarwati et al., 2022).

Menanggapi hal tersebut, pemerintah memberikan dukungan dalam bentuk Peraturan Pemerintah No. 33 Tahun 2012 tentang pemberian ASI Eksklusif yang mewajibkan ibu untuk memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya. Dalam pasal 3, 4, dan 5 menyatakan bahwa tanggung jawab pemerintah pusat, pemerintah daerah/provinsi, pemerintah daerah kabupaten/kota dalam program pemberian ASI Eksklusif. Sementara dalam pasal 6 berbunyi "Setiap ibu yang melahirkan harus memberikan ASI Eksklusif kepada bayi yang dilahirkannya" (Natalia dan Evitasari, 2020). Produksi ASI yang sedikit menjadi masalah utama penyebab kegagalan proses menyusui dikarenakan dengan produksi ASI yang kurang ibu biasanya mencari alternatif dengan memberikan susu formula (Aprilia dan Krisnawati,

2022). Produksi ASI dipengaruhi beberapa faktor diantaranya adalah faktor status gizi, paritas dan faktor frekuensi menyusui. Faktor status gizi ini perlu diperhatikan dalam proses menyusui karena ibu harus meningkatkan kebutuhan nutrisinya dengan cara meningkatkan porsi makan yang mengandung protein karena kandungan protein berfungsi untuk membentuk jaringan baru guna dalam produksi ASI (Tamar dan Rini, 2022). Status gizi ibu pada masa laktasi berpengaruh terhadap keberhasilan menyusui, ibu yang kurang gizi akan berisiko 2,26-2,56 kali tidak berhasil dalam menyusui dibanding dengan ibu yang mempunyai status gizi yang baik (Rahmawati dan Saidah, 2021). Penelitian terkait yang dilakukan oleh Sumarni dan Ratnasari (2021) yang menyimpulkan bahwa ada hubungan antara asupan nutrisi ibu dengan pengeluaran ASI dimana semakin baik status gizi ibu maka akan semakin baik pula pengeluaran ASI.

Faktor yang berhubungan dengan kualitas ASI yang ditinjau dari paritas dimana seorang wanita yang sudah mempunyai tiga anak dan terjadi kehamilan lagi keadaan kesehatannya akan mulai menurun, sering mengalami kurang darah (anemia), terjadi perdarahan lewat jalan lahir dan letak bayi sungsang ataupun melintang. Jumlah anak >4 orang perlu diwaspadai kemungkinan persalinan lama, karena makin banyak anak rahim ibu makin lemah dan produksi ASI akan lebih sedikit karena hormon prolaktinnya berkurang (Rahmawati dan Saidah, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Arzakayah dkk (2020) yang menyimpulkan bahwa ada hubungan paritas dengan produksi ASI dimana ibu dengan status primipara sebagian besar mengalami pengeluaran ASI yang kurang lancar sedangkan ibu dengan status multipara sebagian besar mengalami pengeluaran ASI yang lancar. Frekuensi menyusui juga merupakan faktor yang mempengaruhi pengeluaran ASI. Rentang yang optimal dalam menyusui adalah antara 8-12 kali/hari. Menyusui sesuai keinginan bayi tanpa terjadwal (on-demand) merupakan cara terbaik untuk menjaga produksi ASI tetap tinggi dan bayi kenyang. Sebaiknya setiap kalinya menyusui dengan durasi yang cukup lama adalah dan tidak terlalu sebentar, sehingga bayi menerima asupan foremilk dan hindmilk secara seimbang (Tamar dan Rini, 2022). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Delvina (2022), menyimpulkan bahwa frekuensi menyusui mempengaruhi produksi ASI. Semakin jarang bayi disusui maka semakin berkurang kualitas produksi ASI.

Beberapa faktor lainnya yang mempengaruhi produksi ASI adalah status pekerjaan ibu dan penggunaan kontrasepsi. Bagi ibu yang bekerja sering mengalami hambatan dalam proses menyusui dikarenakan ibu harus kembali bekerja, bahkan jika proses menyusui belum selesai dengan sempurna. Sejalan dengan penelitian Kahti dan Lubis (2023), menyimpulkan bahwa apabila status ibu bekerja maka besar kemungkinan bagi ibu untuk tidak memberikan ASI eksklusif, hal itu dikarenakan banyak waktu yang ibu habiskan untuk pekerjaannya. Namun sebaliknya bila status ibu adalah tidak bekerja maka besar kemungkinan bagi ibu untuk memberikan ASI eksklusif, karena banyak waktu luang ibu yang dapat digunakan untuk merawat bayinya. Ibu yang menggunakan kontrasepsi hormonal terutama kombinasi estrogen dan progesteron akan menyebabkan turunnya jumlah serta kelancaran ASI. Penelitian Fitri dkk (2021), menjelaskan penggunaan kombinasi estrogen dan progesteron menghasilkan turunnya jumlah serta kelancaran ASI dan jika kontrasepsi mengandung progesteron saja, itu tidak mempengaruhi jumlah ASI. Selain itu, ibu yang menggunakan kontrasepsi tanpa mengandung hormon estrogen cenderung menghasilkan ASI yang cukup dibandingkan dengan ibu yang menggunakan kontrasepsi estrogen.

Hasil survey awal yang dilakukan melalui observasi dan wawancara di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kerumutan kepada 10 orang ibu post partum hari ke-3 sampai 42 ditemukan sebanyak 7 ibu (70%) mengalami masalah pada saat menyusui dimana tidak langsung memberikan ASI kepada bayinya. Hal tersebut disebabkan pengeluaran ASI yang tidak

lancar, akibatnya kebutuhan bayi akan ASI digantikan dengan susu formula dan 3 ibu (30%) lainnya tidak mengalami masalah ASI sehingga kualitas produksi ASI baik dan lancar. Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan pada latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas produksi ASI pada ibu menyusui di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kerumutan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas produksi ASI pada ibu menyusui di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kerumutan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis deskriptif korelasi menggunakan desain cross sectional study. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kerumutan Kabupaten Pelalawan Provinsi Riau pada bulan Januari 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu post partum hari ke 3-42 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kerumutan sebanyak 129 orang dengan Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner mengenai status gizi, frekuensi menyusui, penggunaan kontrasepsi dan kualitas produksi ASI menggunakan instrument LATCH (Latch, Audible Swallowing, Type of Nipple, Comfort and Hold). Nilai Content Validity Index (CVI) instrumen LATCH berkisar antara 0,80 hingga 1,00, yang berarti sangat baik Sedangkan nilai Cronbach's Alpha menunjukkan nilai 0,70 yang termasuk dalam kategori baik. Analisis data yang digunakan yaitu univariat, bivariat dan multivariat.

HASIL

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Menyusui di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kerumutan.

No	Karakteristik	f	%
Usia			
1	<20 Tahun	0	0
2	20-35 Tahun	54	96,4
3	>35 Tahun	2	3,6
Jumlah		56	100
Pendidikan			
1	S1	14	25
2	SMA	37	66,1
3	SMP	3	5,3
4	SD	2	3,6

Hasil menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia sebagian besar berusia 20-35 tahun sebanyak 54 responden (96,4%) dan karakteristik berdasarkan pendidikan sebagian besar berpendidikan menengah SMA/Sederajat sebanyak 37 responden (66,1%).

Hasil menunjukkan bahwa dari 56 responden sebagian besar memiliki status gizi baik sebanyak 47 responden (83,9%), sebagian besar dengan paritas multipara sebanyak 47 responden (83,9%), sebagian besar menyusui dengan frekuensi ≥ 8 kali/hari sebanyak 33 responden (58,9%), sebagian besar tidak bekerja sebanyak 51 responden (91,1%) dan sebagian besar menggunakan kontrasepsi hormonal sebanyak 39 responden (69,6%).

Tabel 2 .
Distribusi Frekuensi Status Gizi, Paritas, Frekuensi Menyusui, Status Pekerjaan, Penggunaan Kontrasepsi Ibu Menyusui

Variabel	f	%
Status Gizi		
Baik	47	83,9
Kurang Baik	9	16,1
Paritas		
Primipara	7	12,5
Multipara	47	83,9
Grandemultipara	2	3,6
Frekuensi Menyusui		
<8 Kali/Hari	23	41,1
≥8 Kali/Hari	33	58,9
Status Pekerjaan		
Bekerja	5	8,9
Tidak Bekerja	51	91,1
Penggunaan Kontrasepsi		
Hormonal	39	69,6
Non Hormonal	17	30,4

Tabel 3.
Distribusi Frekuensi Kualitas Produksi ASI pada Ibu Menyusui

Kualitas Produksi ASI	f	%
Lancar	25	44,6
Tidak Lancar	31	30,4

Berdasarkan tabel 3.3 diatas hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 56 responden sebagian besar mengalami kualitas produksi ASI yang kurang lancar sebanyak 31 responden (30,4%).

Tabel 4
Hubungan Status Gizi, Paritas, Frekuensi Menyusui, Status Pekerjaan, Penggunaan Kontrasepsi dengan Kualitas Produksi ASI pada Ibu Menyusui

Variabel	Pengeluaran ASI				Jumlah		p- Value
	Lancar		Kurang Lancar				
	f	%	f	%	f	%	
Status Gizi							
Baik	23	48,9	24	51,1	47	100	0,037
Kurang Baik	2	22,2	7	77,8	9	100	
Paritas							
Primipara	4	57,1	3	42,9	7	100	0,358
Multipara	21	44,7	26	55,3	47	100	
Grandemultipara	0	0	2	100	2	100	
Frekuensi Menyusui							
<8 Kali/Hari	0	0	23	100	47	100	0,000
≥8 Kali/Hari	25	75,8	8	24,2	9	100	
Status Pekerjaan							
Bekerja	2	40	3	60	5	100	1,000
Tidak Bekerja	23	45,1	28	54,9	51	100	
Penggunaan Kontrasepsi							
Hormonal	10	25,6	29	74,4	39	100	0,000
Non Hormonal	15	88,2	2	11,8	17	100	

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa ada hubungan status gizi dengan kualitas produksi ASI dengan $p\text{-value} = 0,037$ ($p < 0,05$), tidak ada hubungan paritas dengan kualitas produksi ASI dengan $p\text{-value} = 0,037$ ($p > 0,05$), ada hubungan frekuensi menyusui dengan kualitas produksi ASI dengan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), tidak ada hubungan status pekerjaan dengan kualitas produksi ASI dengan $p\text{-value} = 1,000$ ($p > 0,05$) dan ada hubungan penggunaan kontrasepsi dengan kualitas produksi ASI dengan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$).

Tabel 5.
Hasil Kandidat Variabel

Step Seleksi	Variabel	Sig
	Status Gizi	0,037
	Paritas	0,258
	Frekuensi Menyusui	0,000
	Status Pekerjaan	1,000
	Penggunaan Kontrasepsi	0,000

Berdasarkan tabel 5 diatas dapat disimpulkan bahwa variabel status gizi, frekuensi menyusui dan penggunaan kontrasepsi memiliki nilai $p < 0,25$ sehingga dapat dilanjutkan ketahap analisis multivariat. Tahap analisis multivariat dengan regresi logistik dapat dilihat pada tabel 6 berikut ini:

Tabel 6.
Hasil Uji Multivariat dengan Regresi Logistik

Step 2	Variabel	B	Sig	Exp(B)
	Status Gizi	0,556	1,000	1,744
	Frekuensi Menyusui	37,307	0,034	18,929
	Penggunaan Kontrasepsi	22,095	0,057	5,125
	Constant	49,108	0,029	19,882

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa faktor frekuensi menyusui merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap kualitas produksi ASI. Besarnya pengaruh ditunjukkan dengan nilai EXP (B) atau disebut *Odds Ratio* (OR) yaitu dimana hasil OR faktor frekuensi menyusui yaitu 18,929 artinya frekuensi menyusui yang sering cenderung 18 kali lipat akan mempengaruhi kualitas produksi ASI.

PEMBAHASAN

Hubungan Faktor Status Gizi Dengan Kualitas Produksi ASI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan status gizi dengan kualitas produksi ASI dengan $p\text{-value} = 0,037$ ($p < 0,05$), dimana semakin baik status gizi ibu maka akan semakin lancar pula kualitas produksi ASI. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Delvina (2022), menunjukkan bahwa nilai $p < 0,05$ sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa status gizi ibu memiliki hubungandengan produksi ASI dimana ibu yang memiliki gizi yang baik akan lebih banyak produksi ASI nya. Penelitian ini juga sejalan dengan Rahmawati dan Saidah (2021), yang menyimpulkan bahwa ada hubungan antara status gizi dengan kelancaran produksi ASI ($p\text{-value} 0,004$) dimana ibu yang memiliki status gizi yang baik cenderung menghasilkan ASI. Status gizi ibu sangat mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum. Oleh karena itu, pada ibu menyusui sebaiknya memperhatikan pola makannya agar memiliki gizi yang baik. Ibu yang memiliki gizi yang baik akan lebih banyak produksi ASI nya dibandingkan ibu yang memiliki gizi kurang baik. Ibu yang memiliki gizi yang kurang baik akan mengalami masalah dalam menyusui karena payudara susah memproduksi ASI karena kurangnya nutrisi yang terdapat didalam tubuh ibu *post partum* (Tamar dan Rini, 2022).

Faktor status gizi ibu memiliki hubungan dengan kualitas produksi ASI pada ibu menyusui. Ibu yang memiliki status gizi yang baik cenderung menghasilkan ASI dengan komposisi yang

optimal, mencakup kandungan protein, lemak, karbohidrat, serta mikronutrien penting seperti vitamin A, zat besi, dan kalsium yang dibutuhkan oleh bayi untuk tumbuh kembang yang sehat. Sebaliknya, ibu dengan status gizi buruk, seperti kekurangan kalori atau mikronutrien, berisiko mengalami penurunan volume dan kualitas ASI, yang dapat mempengaruhi kecukupan gizi bayi dan meningkatkan risiko masalah kesehatan seperti stunting. Oleh karena itu, pemenuhan kebutuhan gizi ibu selama masa kehamilan dan menyusui sangat penting untuk memastikan produksi ASI yang berkualitas dan mendukung kesehatan bayi secara optimal.

Hubungan Faktor Paritas dengan Kualitas Produksi ASI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan paritas dengan kualitas produksi ASI dengan $p\text{-value} = 0,037$ ($p > 0,05$), dimana ibu dengan primipara, multipara dan grandemultipara sebagian besar memiliki kualitas produksi ASI yang kurang lancar. Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Rahmawati dan Saidah (2021) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan paritas dengan kelancaran produksi ASI pada ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Cipanas Garut ($p\text{-value} 0,085$) dimana ibu yang memiliki paritas multipara tidak memiliki kualitas produksi ASI yang lebih baik dibandingkan dengan ibu primipara. Namun tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2021), yang menyimpulkan bahwa ada hubungan antara paritas dengan produksi ASI ($p\text{-value} 0,001$) dimana ibu primipara seringkali merasa cemas dibandingkan ibu multipara sehingga mempengaruhi kualitas ASI

Paritas berhubungan dengan kelancaran pengeluaran ASI. Paritas multipara merupakan paritas yang baik dalam masa menyusui. Hal ini dikarenakan sudah adanya pengalaman menyusui pada anak sebelumnya dan ibu sudah pernah melewati masa post partum sehingga perasaan kecemasan ibu pada masa menyusui membuat hormon membantu produksi ASI tidak terganggu, namun masih terdapat faktor lain yang membuat produksi ASI ibu multipara tidak lancar (Khosidah, 2023). Ibu dengan paritas primipara sering kali mengalami kecemasan dalam kehamilan hingga masa menyusunya dikarenakan pada ibu primipara, proses tersebut merupakan proses yang baru pertama kali dilalui sehingga berpengaruh pada hormon yang mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI (Yulita *et al.*, 2020). Faktor paritas, yang merujuk pada jumlah kelahiran yang dialami seorang ibu, dapat mempengaruhi kualitas produksi ASI pada ibu menyusui. Ibu dengan paritas tinggi, atau yang telah melahirkan lebih dari satu anak, seringkali mengalami penurunan kualitas produksi ASI dibandingkan dengan ibu yang melahirkan anak pertama mereka. Hal ini bisa disebabkan oleh beberapa faktor, seperti kelelahan fisik, perubahan hormon, atau keterbatasan dalam perawatan diri yang dapat mengganggu produksi ASI. Selain itu, pengalaman menyusui yang lebih banyak pada ibu dengan paritas tinggi tidak selalu menjamin produksi ASI yang lebih baik, karena faktor lain seperti status gizi, kondisi kesehatan, dan dukungan sosial juga berperan penting.

Hubungan Faktor Frekuensi Menyusui Dengan Kualitas Produksi ASI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan frekuensi menyusui dengan kualitas produksi ASI dengan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), dimana semakin sering ibu menyusui maka akan semakin lancar pula kualitas produksi ASI. Penelitian ini sejalan dengan Maqfiro dan Tyas (2020), yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara frekuensi menyusui dengan kelancaran ASI dengan $p\text{-value} = 0,000$ dan $\alpha = 0,05$ sehingga $0,000 < 0,05$ semakin sering ibu menyusui maka akan semakin baik kualitas ASI. Penelitian ini juga sejalan dengan Subekti dan Faidah (2019) yang menunjukkan bahwa ada hubungan frekuensi menyusui berhubungan dengan kelancaran pengeluaran ASI ($p = 0,002$) dimana frekuensi menyusui yang sering dapat memperlancar pengeluaran ASI. Frekuensi menyusui juga dapat berpengaruh terhadap pengeluaran ASI. Sebaiknya bayi disusui setiap kali atau kapan saja bayi membutuhkan

dengan posisi harus tetap diubah-ubah. Jika bayi tergolong bayi yang mudah tertidur, ibu harus lebih aktif untuk membangunkannya dengan mengganti posisi menyusui atau bahkan dengan menggelitik kakinya selama disusui agar bayi tetap terjaga. Bila bayi belum kenyang setelah disusui, kosongkan satu payudara dan dapat diberikan payudara lainnya. 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 (Suhartik dan Kusumawati, 2022).

Faktor frekuensi menyusui memiliki hubungan yang erat dengan kualitas produksi ASI pada ibu menyusui. Semakin sering bayi menyusui, baik itu dalam hal jumlah sesi menyusui maupun durasi setiap sesi, semakin tinggi pula rangsangan pada payudara ibu yang dapat merangsang produksi ASI. Selain itu, frekuensi menyusui yang baik juga membantu bayi memperoleh ASI dengan kualitas yang optimal, termasuk kandungan nutrisi yang dibutuhkan untuk tumbuh kembang yang sehat. Oleh karena itu, ibu yang sering menyusui dengan teknik yang benar cenderung menghasilkan ASI yang lebih banyak dan berkualitas.

Hubungan Faktor Status Pekerjaan Ibu Dengan Kualitas Produksi ASI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan status pekerjaan dengan kualitas produksi ASI dengan $p\text{-value} = 1,000$ ($p > 0,05$). Peneliti sejalan dengan penelitian Apriana dan Lilia (2023), yang menyimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara status pekerjaan ibu dengan produksi ASI pada ibu menyusui dimana $\rho\text{ value} > 0,05$. Pemberian ASI yang tidak optimal akan mengakibatkan produksi ASI yang kurang, semakin sering ASI diberikan ke bayi maka hormon prolactin dan oksitosin akan bekerja secara optimal dan produksi ASI akan baik (Sihombing, 2020). Kemungkinan ibu bekerja yang tidak memberikan ASI dikarenakan masa cuti melahirkan terlalu singkat dibandingkan masa menyusui eksklusif, dan ibu juga kurang pengetahuan tentang manajemen ASI perah menyebabkan lebih memilih memberikan susu formula, sehingga ASI yang diproduksi semakin lama semakin berkurang dan akhirnya akan berhenti dengan sendirinya (Apriana dan Lilia, 2023).

Faktor status pekerjaan ibu dapat mempengaruhi kualitas produksi ASI pada ibu menyusui, baik secara langsung maupun tidak langsung. Ibu yang bekerja di luar rumah sering menghadapi tantangan dalam memastikan produksi ASI yang cukup dan berkualitas, karena keterbatasan waktu untuk menyusui secara langsung, tekanan pekerjaan, dan stres. Hal ini dapat mengurangi frekuensi menyusui atau pemompaan ASI, yang pada gilirannya dapat menurunkan produksi ASI. Selain itu, ibu pekerja mungkin juga mengalami kesulitan dalam menjaga pola makan yang seimbang atau merawat diri secara optimal. Sebaliknya, ibu yang tidak bekerja atau bekerja di rumah lebih mudah untuk memberikan ASI secara langsung dengan frekuensi yang lebih tinggi, yang dapat mendukung produksi ASI yang optimal.

Hubungan Faktor Penggunaan Kontrasepsi dengan Kualitas Produksi ASI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan penggunaan kontrasepsi dengan kualitas produksi ASI dengan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chaizuran dan Meutia (2023), yang menunjukkan bahwa nilai $p\text{ value } 0,042 < 0,05$ yang artinya ada hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan produksi ASI pada ibu menyusui dimana responden yang menggunakan kontrasepsi pil kombinasi sebagian besar produksi ASInya tidak cukup disebabkan karena pil kombinasi tersebut mengandung hormon estrogen dan progesteron yang berkaitan dengan volume dan durasi produksi ASI. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Azka *et al.*, (2024), yang didapatkan nilai $\rho < \alpha$ yaitu $0,000 < 0,05$ yang artinya terdapat hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap produksi ASI pada ibu menyusui sehingga pemilihan jenis penggunaan

kontrasepsi hormonal sangat penting pada ibu menyusui, karena faktor yang mempengaruhi produksi ASI yaitu salah satunya penggunaan kontrasepsi yang tepat.

Penggunaan alat kontrasepsi yang mengandung estrogen dan progesteron merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi produksi ASI. Bagi ibu yang dalam masa menyusui tidak dianjurkan menggunakan kontrasepsi yang mengandung hormon estrogen, karena hal ini dapat mengurangi jumlah produksi ASI bahkan dapat menghentikan produksi ASI (Suwardi *et al.*, 2019). Namun, terdapat juga responden yang memiliki produksi ASI yang baik walaupun menggunakan kontrasepsi jenis pil kombinasi. Hal ini bisa saja disebabkan karena frekuensi menyusui bayi yang lebih sering, *Let Down Reflex* yang baik, faktor makanan bergizi yang dikonsumsi ibu ataupun karena ibu menggunakan suplemen/obat-obatan herbal yang membantu untuk meningkatkan produksi ASI (Fitri *et al.*, 2021). Faktor penggunaan kontrasepsi dapat mempengaruhi kualitas produksi ASI pada ibu menyusui, terutama jika kontrasepsi yang digunakan mengandung hormon. Penggunaan kontrasepsi hormonal, seperti pil KB, suntik, atau implan, dapat mempengaruhi kadar hormon prolaktin yang berperan penting dalam produksi ASI. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kontrasepsi hormonal, terutama jika digunakan sebelum 6 bulan pasca-persalinan, dapat mengurangi produksi ASI, karena hormon tersebut dapat mengganggu stimulasi alami payudara. Sebaliknya, penggunaan kontrasepsi non-hormonal seperti alat kontrasepsi dalam rahim (IUD) atau kondom tidak memiliki efek langsung pada produksi ASI. Oleh karena itu, ibu yang memilih kontrasepsi setelah melahirkan perlu memperhatikan jenis kontrasepsi yang digunakan, serta berkonsultasi dengan tenaga medis untuk memilih metode yang tidak mengganggu produksi ASI, agar kualitas dan kuantitas ASI tetap optimal.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas maka kesimpulan penelitian ini adalah ada hubungan status gizi dengan kualitas produksi ASI dengan p-value = 0,037 ($p < 0,05$). Tidak ada hubungan paritas dengan kualitas produksi ASI dengan p-value = 0,037 ($p > 0,05$). Ada hubungan frekuensi menyusui dengan kualitas produksi ASI dengan p-value = 0,000 ($p < 0,05$). Tidak ada hubungan status pekerjaan dengan kualitas produksi ASI dengan p-value = 1,000 ($p > 0,05$). Ada hubungan penggunaan kontrasepsi dengan kualitas produksi ASI dengan p-value = 0,000 ($p < 0,05$). Faktor yang paling berpengaruh terhadap kualitas produksi ASI adalah faktor frekuensi menyusui.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, Retna, E. and Wulandari, D. (2022) *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Mitra Cendikia Press.
- Apriana and Lilia, D. (2023) 'Faktor Faktor yang Berhubungan Dengan Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum', *Indonesian Journal of Health and Medical*, 3(4), pp. 170–188.
- Aprilia, D. and Krisnawati, A.M. (2018) Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum, *Jurnal Keperawatan*. STIKES William Booth Surabaya.
- Arzakiyah, I.A.Y.W., Wahyuni, S. and Rahayu, T. (2020) 'Faktor- Faktor Yangmemengaruhi Produksi ASI Pada Ibu Menyusui 0- 6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Bangetayu', *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 3(1).
- Azka, Yusria and Ristia, A. (2024) 'Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Menyusui di Desa Kesehatan Kecamatan Karang Baru Kabupaten Aceh Tamiang', *Public Health Journal*, 1(3), pp. 122–134.
- Chaizuran, M. and Meutia (2023) 'Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Menyusui', *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 9(1).

- Delvina, V. (2022) 'Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Menyusui', *Human Care Journal*, 7(2), p. 466.
- Fitri, N., Putera, A.B. and Hernita (2021) 'Pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap produksi ASI pada ibu menyusui', *Darussalam Indonesian Journal of Nursing and Midwifery*, 2(1), pp. 58–65.
- Kahti, S.A. and Lubis, D.S. (2023) 'Hubungan Pengetahuan, Dukungan Suami dan Status Pekerjaan Dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Memiliki Bayi Usia <6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Siak Hulu', *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(1), pp. 48–57.
- Kemendes RI (2023) 'Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2023.' Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Khosidah, A. (2018) 'Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian Kolostrum Pada Bayi Baru Lahir Di Puskesmas Baturaden Kabupaten Banyumas Tahun 2016', *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 9(1), p. 75.
- Maqfiro, A. and Tyas, R. (2020) 'Hubungan Status Gizi Dan Frekuensi Menyusui Dengan Kelancaran ASI Pada Ibu Post Partum Di Puskesmas Sukorame Kediri', *Jurnal Kebidanan*, 7(1).
- Natalia, L. and Evitasari, D. (2020) 'Perbedaan Pemberian Asi Eksklusif, Status Sosial Ekonomi, Riwayat Penyakit ISPA pada Balita Stunting Dan Non Stunting Perbedaan Pemberian ASI Eksklusif, Status Sosial Ekonomi, Riwayat Penyakit ISPA pada Balita Stunting dan Non Stunting', *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(10).
- Niar et al. (2021) 'Faktor-faktor yang Memengaruhi Produksi ASI pada Ibu Menyusui di RSB Harifa Kabupaten Kolaka Provinsi Sulawesi Tenggara', *Jurnal Kebidanan*, 7(2).
- Noviawanti, R. and Nisa, K. (2022) 'Hubungan Status Gizi Dengan Produksi ASI', *Journal of Midwifery Sempena Negeri*, 2(1), pp. 29–34.
- Rahmawati, S. and Saidah, H. (2021) 'Hubungan Antara Status Gizi Dan Paritas Dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Cipanas Kabupaten Garut', *Judika (Jurnal Nusantara Medika)*, 5(1), pp. 55–62.
- Rahmawati, S.D. and Saidah, H. (2021) 'Hubungan Antara Status Gizi Dan Paritas Dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Cipanas Kabupaten Garut', *Judika (Jurnal Nusantara Medika)*, 5(1), pp. 55–62.
- Sibagariang, E. (2018) *Kesehatan Reproduksi Wanita–Edisi Revisi*. Jakarta: Trans Info Media.
- Sihombing, S. (2018) 'Hubungan Pekerjaan Dan Pendidikan Ibu Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Hinai Kiri Tahun 2017', *Jurnal Bidan 'Midwife Journal'*, 5(1), pp. 9–18.
- Subekti and Faidah (2019) *Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum Normal*, Seminar Nasional Hasil Penelitian dan Pengabdian Pada Masyarakat IV. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Suhartik and Kusumawati, E. (2022) 'Hubungan Pijat Bayi Dengan Frekuensi Menyusu Pada Bayi Usia 1 – 6 Bulan', *Global Health*, 16(1), pp. 13–20.
- Sumarni, D.T. and Ratnasari, F. (2021) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum', *Journal for Quality in Women's Health*, 4(1), pp. 18–20.
- Suwardi, S., Pratiwi, D. and Sembiring, J.B. (2019) 'Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian Kolostrum Pada Bayi Baru Lahir Di Praktek Bidan Syamsiah Kabupaten Tapanuli Selatan Tahun 2018', *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 5(1), pp. 1–8.
- Tamar, M. and Rini, P.S. (2022) 'Hubungan Frekuensi Pemberian ASI Terhadap Peningkatan Produksi ASI Secara Holistik Pada Ibu Menyusui', *Jurnal Masker Medika*, 10(2), pp. 659–666.
- Yulita, N., Juwita, S. and Febriani, A. (2020) 'Perilaku Ibu Nifas Dalam Meningkatkan Produksi ASI', *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 7(1), pp. 53–61.