



Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Meurebo Kecamatan Meureubo Kabupaten Aceh Barat

Factors Affecting Breast Milk Production In Breastfeeding Mothers In The Working Area Of Meurebo Health Center, Meureubo District, West Aceh District

Eka Santi¹, Fitriany², Fitriani³

Politeknik Kesehatan Aceh

Email: ekasantieka80@gmail.com

Article Info

Article history :

Received : 19-12-2025

Revised : 20-12-2025

Accepted : 22-12-2025

Published : 24-12-2025

Abstract

Background: Breast milk is the best nutrition for babies to support optimal growth and development. Although global exclusive breastfeeding coverage has reached 48%, efforts are still needed to achieve the target of 70% by 2030. In Indonesia, exclusive breastfeeding coverage increased to 68% in 2023, but only 27% of babies received breast milk within the first hour of birth. In Aceh Province, the rate reached 67.81%, and particularly in the Meureubo Health Center area, it reached 80%. However, there are still breastfeeding mothers, especially first-time mothers, who experience difficulties in milk production due to stress and anxiety. **Objective:** To identify factors that influence breast milk production in breastfeeding mothers in the Meurebo Community Health Center Working Area, Meureubo District, West Aceh Regency, in 2025. **Methods:** The research design used was an analytical observational design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 52 breastfeeding mothers in the Meurebo community health center working area. Data were collected through questionnaires and analyzed univariately and bivariately using the Chi-square test. **Results:** There is a relationship between nutritional status and breast milk production in postpartum mothers with a p-value of 0.047 ($p<0.05$). There is no relationship between parity and breast milk production in postpartum mothers with a p-value of 0.357 ($p>0.05$). There is a relationship between breastfeeding frequency and breast milk production in postpartum mothers with a p-value of 0.001 ($p<0.05$). **Conclusion:** There is an influence of nutritional status and breastfeeding frequency on breast milk production. However, there is no influence of parity on breast milk production in the working area of the Meurebo Community Health Center, Meureubo District, West Aceh Regency in 2025. **Suggestion:** Local health workers are expected to provide education and counseling to postpartum mothers on the importance of breastfeeding their babies and teach breastfeeding mothers how to ensure a smooth milk flow

Keywords : *Breast Milk Production, Postpartum Mothers*

Abstrak

Latar Belakang: Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi terbaik bagi bayi untuk mendukung tumbuh kembang optimal. Meskipun cakupan ASI eksklusif global telah mencapai 48%, masih dibutuhkan upaya untuk mencapai target 70% pada tahun 2030. Di Indonesia, cakupan ASI eksklusif meningkat menjadi 68% pada tahun 2023, namun hanya 27% bayi yang menerima ASI dalam satu jam pertama kelahiran. Di Provinsi Aceh, apain mencapai 67,81%, dan khususnya di wilayah Puskesmas Meureubo mencapai 80%. Meski demikian, masih dijumpai ibu menyusui, terutama primipara, yang mengalami kesulitan produksi ASI akibat stress dan kecemasan. **Tujuan Penelitian:** Untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berpengaruh terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Meurebo Kecamatan Meureubo Kabupaten Aceh Barat



Tahun 2025. Metode Penelitian: Rancangan penelitian yang digunakan adalah desain observasional analitik dengan pendekatan *Cross Sectional*. Sampel sebanyak 52 orang ibu menyusui di wilayah kerja puskesmas Meurebo. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi Square*. Hasil penelitian: Ada hubungan status gizi dengan produksi ASI pada ibu post partum dengan *p-Value* 0,047 (*p*<0,05). Tidak ada hubungan paritas dengan produksi ASI pada ibu post partum dengan *p-Value* = 0,357 (*p*>0,05). Ada hubungan frekuensi menyusui dengan produksi ASI pada ibu *post partum* dengan *p-Value* = 0,001 (*p*<0,05). Kesimpulan: Ada pengaruh status gizi dan frekuensi menyusui terhadap Produksi ASI. Namun tidak ada pengaruh paritas terhadap Produksi ASI Di Wilayah Kerja Puskesmas Meurebo Kecamatan Meureubo Kabupaten Aceh Barat Tahun 2025. Saran: Diharapkan bagi petugas kesehatan setempat untuk dapat memberikan edukasi dan konseling kepada ibu post partum mengenai pentingnya pemberian ASI pada bayi serta mengajarkan kepada ibu menyusui tentang cara agar ASI dapat keluar dengan lancar.

Kata Kunci: Produksi ASI, Ibu *Postpartum*

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan satu-satunya makanan yang sempurna dan terbaik bagi bayi karena mengandung unsur-unsur gizi yang dibutuhkan oleh bayi untuk mendapatkan pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Asih, 2020). Berdasarkan data *Global Breastfeeding Scorecard* 2023, angka pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan telah mencapai target sebanyak telah mencapai 48% angka ini mendekati target *World help assembly* 2025 yaitu sebesar 50% *Global Breastfeeding Collective* sendiri telah menetapkan target mencapai angka 70% pada tahun 2030 artinya masih ada sekitar 22% lagi yang harus dikejar selama 6 tahun (WHO and UNICEF, 2023).

Di Indonesia, angka pemberian ASI eksklusif pada enam bulan pertama mengalami peningkatan dari 52% pada tahun 2017 menjadi 68% pada tahun 2023. Namun masih banyak tantangan yang dihadapi, terutama pada saat bayi dilahirkan. Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, hanya 27% bayi baru lahir yang mendapat ASI pada satu jam pertama kehidupannya (UNICEF, 2024).

Cakupan bayi yang mendapatkan ASI ekslusif di Wilayah Kerja Puskesmas Meureubo tahun 2024 adalah sudah mencapai 80 %, pencapaian tersebut berkat kerja sama ibu dan tenaga kesehatan dalam mengejar target pencapaian ASI ekslusif yang baik, hal ini disampaikan oleh koordinator Gizi Puskesmas Meureubo tahun 2024.

Beberapa ibu *postpartum* di Kecamatan Meureubo mengalami kesulitan dalam memproduksi ASI, saat penjajakan data awal peneliti mewawancara 5 orang ibu menyusui, mereka mengatakan walaupun bukan pertama kali menyusui, rasa khawatir dengan volume ASI yang sedikit atau bahkan tidak keluar sama sekali selalu menjadi masalah, terlebih hal ini sering kali dialami oleh ibu-ibu primipara, yang cenderung mengalami stres dan kecemasan akibat kesulitan dalam beradaptasi dengan peran baru sebagai ibu.

Berdasarkan latar belakang masalah ini, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Meurebo Kecamatan Meureubo Kabupaten Aceh Barat Tahun 2025." Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi berbagai faktor yang dapat mempengaruhi produksi ASI, termasuk faktor psikologis, sosial, dan kesehatan. Dengan memahami faktor-faktor ini, diharapkan dapat ditemukan solusi yang efektif untuk membantu ibu-ibu menyusui, terutama ibu primipara, dalam mengatasi kendala yang mereka hadapi.



METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian yang digunakan adalah desain observasional analitik dengan pendekatan *Cross Sectional*. Sampel sebanyak 52 orang ibu menyusui di wilayah kerja puskesmas Meurebo. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi Square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 52 ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Meurebo Kecamatan Meurebo yang bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI pada ibu menyusui melalui pengumpulan data primer dengan cara wawancara dan observasi didapatkan hasil sebagai berikut :

1. Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Meurebo Kecamatan Meurebo Kabupaten Aceh Barat Tahun 2025

No	Karakteristik	Frekuensi (f)	Percentase (%)
Usia			
1	<20 Tahun	0	0
2	20-35 Tahun	49	94,2
3	>35 Tahun	3	5,8
Jumlah		52	100
Pendidikan			
1	S1	14	26,9
2	SMA/Sederajat	35	67,3
3	SD/SMP/Sederajat	3	5,8
Jumlah		52	100
Pekerjaan			
1	PNS	4	7,7
2	Honorar	1	1,9
3	IRT	47	90,4
Jumlah		52	100
Berat Badan Lahir Bayi			
1	2.500-2.900 gram	20	38,5
2	3.000-3.900 gram	30	57,7
3	4.000-4.900 gram	2	3,8
Jumlah		52	100

Tabel 1. diatas menunjukkan bahwa karakteristik ibu menyusui berdasarkan usia sebagian besar 20-35 tahun sebanyak 49 responden (94,2%), berdasarkan pendidikan sebagian besar SMA sebanyak 35 responden (67,3%), berdasarkan pekerjaan sebagian besar IRT sebanyak 47 responden (90,4%) dan berdasarkan berat badan lahir bayi sebagian besar antara 3.000-3.900 gram sebanyak 30 responden (57,7%).



b. Status Gizi

Tabel .2 Distribusi Frekuensi Status Gizi Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Meurebo Kecamatan Meurebo Kabupaten Aceh Barat

Tahun 2025

No	Status Gizi	Frekuensi (f)	Percentase (%)
1	Tidak KEK	43	82,7
2	KEK	9	17,3
Jumlah		52	100

Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa dari 52 responden sebagian besar memiliki status gizi baik /tidak KEK (LILA $\geq 23,5$ cm) sebanyak 43 responden (82,7%).

c. Paritas

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Paritas Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Meurebo Kecamatan Meurebo Kabupaten Aceh Barat

Tahun 2025

No	Paritas	Frekuensi (f)	Percentase (%)
1	Primipara	7	13,5
2	Multipara	43	82,7
3	Grandemultipara	2	3,8
Jumlah		52	100

Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa dari 52 responden sebagian besar dengan paritas multipara sebanyak 43 responden (82,7%) dan sebagian kecil dengan paritas grandemultipara sebanyak 2 responden (3,8%).

d. Frekuensi Menyusui

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Menyusui Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Meurebo Kecamatan Meurebo Kabupaten Aceh Barat

Tahun 2025

No	Frekuensi Menyusui	Frekuensi (f)	Percentase (%)
1	<i>On Demand</i>	31	89,6
2	Tidak <i>On Demand</i>	21	40,4
Jumlah		52	100

Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa dari 52 responden sebagian besar menyusui bayi dengan *on demand* sebanyak 31 responden (89,6%).

e. Produksi ASI

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Meurebo Kecamatan Meurebo Kabupaten Aceh Barat

Tahun 2025

No	Produksi ASI	Frekuensi (f)	Percentase (%)
1	Lancar	23	44,2
2	Kurang Lancar	29	55,8



Jumlah	52	100
--------	----	-----

Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa dari 52 responden sebagian besar mengalami produksi ASI yang kurang lancar sebanyak 29 responden (55,8%)

2. Analisis Bivariat

a. Hubungan Status Gizi dengan Produksi ASI

Tabel .6 Hubungan Status Gizi dengan Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Meurebo Kecamatan Meurebo Kabupaten Aceh Barat Tahun 2025

No	Status Gizi	Produksi ASI						<i>p-Value</i>
		Lancar		Kurang Lancar		Jumlah		
		f	%	f	%	f	%	
1	Tidak KEK	21	48,8	22	51,2	43	100	
2	KEK	2	22,2	7	77,8	9	100	0,047
Jumlah		23	44,2	29	55,8	52	100	

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan status gizi baik (tidak KEK) sebagian besar memiliki produksi ASI yang lancar sebanyak 21 responden (48,8%) dan responden dengan status gizi kurang baik (KEK) sebagian besar memiliki produksi ASI yang kurang lancar sebanyak 7 responden (77,8%). Hasil uji statistik *Chi-Square (Continuity Correction)* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) diperoleh nilai *p Value* = 0,047 ($p<0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan status gizi dengan produksi ASI.

b. Hubungan Paritas dengan Produksi ASI

Tabel 7. Hubungan Paritas dengan Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Meurebo Kecamatan Meurebo Kabupaten Aceh Barat Tahun 2025

No	Paritas	Produksi ASI						<i>p-Value</i>
		Lancar		Kurang Lancar		Jumlah		
		f	%	f	%	f	%	
1	Primipara	4	57,1	3	42,9	7	100	
2	Multipara	19	44,2	24	55,8	43	100	
3	Grandemultipara	0	0	2	100	2	100	0,357
Jumlah		23	44,2	29	55,8	52	100	

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden primipara sebagian besar memiliki produksi ASI yang lancar sebanyak 4 responden (57,1%), responden multipara sebagian besar memiliki produksi ASI yang kurang lancar sebanyak 24 responden (55,8%) dan responden grandemultipara seluruhnya memiliki produksi ASI yang kurang lancar sebanyak 2 responden (100%). Hasil uji statistik *Chi-Square (Person Chi Square)* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) diperoleh nilai *p Value* = 0,357 ($p>0,05$) yang berarti H_0 diterima dan H_a ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan paritas dengan produksi ASI.



b. Hubungan Frekuensi Menyusui dengan Produksi ASI

Tabel 8. Hubungan Frekuensi Menyusui dengan Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Meurebo Kecamatan Meurebo Kabupaten Aceh Barat Tahun 2025

No	Frekuensi Menyusui	Kelancaran Pengeluaran ASI						<i>p-Value</i>	
		Lancar		Kurang Lancar		Jumlah			
		f	%	f	%	f	%		
1	<i>On Demand</i>	23	74,2	8	25,8	31	100		
2	Tidak <i>On Demand</i>	0	0	21	100	21	100	0,001	
	Jumlah	23	44,2	29	55,8	52	100		

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan frekuensi menyusui secara *on demand* sebagian besar memiliki produksi ASI lancar sebanyak 23 responden (74,2%) sedangkan responden dengan frekuensi menyusui secara tidak *on demand* sebagian besar memiliki produksi ASI yang tidak lancar sebanyak 21 responden (100%). Hasil uji statistik *Chi-Square (Continuity Correction)* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) diperoleh nilai *p Value* = 0,001 ($p<0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan frekuensi menyusui dengan produksi ASI.

PEMBAHASAN

Hubungan Status Gizi dengan Kelancaran ASI

Hasil uji statistik *Chi-Square (Continuity Correction)* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) diperoleh nilai *p Value* = 0,047 ($p<0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan status gizi dengan produksi ASI dimana responden dengan status gizi baik (tidak KEK) sebagian besar memiliki produksi ASI yang lancar sebanyak 21 responden (48,8%) dan responden dengan status gizi kurang baik (KEK) sebagian besar memiliki produksi ASI yang kurang lancar sebanyak 7 responden (77,8%).

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Masaong dkk (2023) mengenai hubungan status gizi dengan produksi ASI pada ibu *post sectio caesarea* di RSUD Tani Dan Nelayan Kabupaten Boalemo. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai $p < 0.05$ sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa status gizi ibu memiliki hubungan dengan produksi ASI pada Ibu Post Section Caesarea Di RSUD Tani dan Nelayan Boalemo.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2021), mengenai hubungan antara status gizi dan paritas dengan kelancaran produksi ASI pada ibu *post partum* di Wilayah Kerja Puskesmas Cipanas Kabupaten Garut yang menyimpulkan bahwa ada hubungan antara status gizi dengan kelancaran produksi ASI (*P-value* 0,004).

Penelitian ini tidak sejalan dengan yang dilakukan oleh Atana dkk (2021) mengenai hubungan status gizi, pola makan dan pantangan makanan dengan kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan status gizi dengan kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui, *p-value* 0,061($p>0,05$).

Makanan yang dikonsumsi selama masa menyusui harus memenuhi kebutuhan gizi pada ibu menyusui. Pemenuhan gizi ibu menyusui pada prinsipnya adalah memenuhi gizi seimbang. Gizi ibu memegang peranan penting untuk menunjang produksi ASI yang maksimal dan adekuat. Gizi ibu



menyusui penting untuk produksi ASI namun nyatanya asupan gizi selama menyusui masih terabaikan oleh mayoritas ibu karena kurangnya pengetahuan sehingga ibu kurang memperhatikan asupan beragam makanan bergizi, akibatnya produksi ASI menurun atau kurang berkualitas (Delvina dan Syafriani, 2022).

Kebutuhan nutrisi selama menyusui meningkat karena untuk kecukupan produksi ASI untuk menyusui bayinya. Apabila nutrisi selama menyusui yang mencakup energi, protein, vitamin, mineral, lemak zat besi, asam folat, dan kalsium tidak terpenuhi maka dapat menimbulkan masalah dalam menyusui sehingga akan mengurangi produksi ASI. Status gizi saat persalinan berkaitan dengan status gizi pada waktu konsepsi, juga berdasarkan keadaan sosial dan ekonomi saat kehamilan, pekerjaan, asupan nutrisi, dan penyakit infeksi yang pernah diderita. Status gizi ibu akan mempengaruhi status gizi janin dalam kandungan dan mempengaruhi taksiran berat lahirnya. Sering ditemui kendala ibu post partum tidak memproduksi ASI yang cukup, karena ibu kurang percaya diri bahwa ASInya cukup untuk bayinya sehingga mengakibatkan kurangnya frekuensi menyusui (Atana dkk, 2021).

Peneliti berasumsi bahwa status gizi ibu dapat 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*.

Hubungan Paritas dengan Produksi ASI

Hasil uji statistik *Chi-Square (Person Chi Square)* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) diperoleh nilai *p Value* = 0,357 ($p>0,05$) yang berarti H_a ditolak dan H_0 diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan paritas dengan produksi ASI dimana responden primipara sebagian besar memiliki produksi ASI yang lancar sebanyak 4 responden (57,1%), responden multipara sebagian besar memiliki produksi ASI yang kurang lancar sebanyak 24 responden (55,8%) dan responden grandemultipara seluruhnya memiliki produksi ASI yang kurang lancar sebanyak 2 responden (100%).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan paritas dengan kelancaran pengeluaran ASI dimana responden dengan status primipara sebagian besar memiliki pengeluaran ASI lancar sebanyak 9 responden (64,3%), responden dengan status multipara sebagian besar memiliki pengeluaran ASI yang kurang lancar sebanyak 35 responden (53,8%).

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Rahmawati dan Saidah (2021) mengenai hubungan antara status gizi dan paritas dengan kelancaran produksi ASI pada ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Cipanas Kabupaten Garut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan paritas dengan kelancaran produksi ASI pada ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Cipanas Garut (*p-value* 0,085).

Penelitian ini tidak sejalan dengan yang dilakukan oleh Risyanti dkk (2021) mengenai analisis faktor yang mempengaruhi produksi ASI ibu nifas *post sectio caesarea*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara paritas dengan produksi ASI ibu nifas *post section caesarea* dengan nilai *p value* sebesar 0,024.



Penelitian ini juga tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2021), mengenai hubungan antara status gizi dan paritas dengan kelancaran produksi ASI pada ibu *post partum* di Wilayah Kerja Puskesmas Cipanas Kabupaten Garut yang menyimpulkan bahwa ada hubungan antara paritas dengan kelancaran produksi ASI (*P*-value 0,001).

Paritas adalah banyaknya kelahiran hidup yang dipunyai oleh seorang wanita. Menurut Prawirohardjo (2009) dalam Rahmawati dan Saidah, (2021), paritas dapat dibedakan menjadi *primipara*, *multipara* dan *grandemultipara*. Paritas adalah jumlah kehamilan yang menghasilkan janin hidup yang dilahirkan. Janin yang lahir hidup atau mati setelah viabilitas dicapai, tidak mempengaruhi paritas. Beberapa istilah yang berkaitan dengan paritas yaitu primipara adalah seorang wanita yang pernah melahirkan bayi hidup untuk pertama kali, multipara yaitu wanita yang pernah melahirkan bayi beberapa kali sampai 5 kali dan grandemultipara adalah wanita yang pernah melahirkan bayi 6 kali atau lebih hidup atau mati (Bobak, dalam Rahmawati dan Saidah, 2021).

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. Ibu dengan paritas primipara sering kali mengalami kecemasan dalam kehamilan hingga masa menyusuiya dikarenakan pada ibu primipara, proses tersebut merupakan proses yang baru pertama kali dilalui. Kecemasan pada ibu multipara akan berpengaruh pada hormon yang mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI (Ariani, 2021).

Peneliti berasumsi bahwa ibu *post partum* multipara sudah memiliki pengalaman menyusui yang lebih banyak daripada ibu primipara yang baru pertama kali menyusui sehingga ibu nifas multipara sudah lebih menguasai cara menyusui yang benar sehingga lebih rutin dan rajin menyusui anaknya. Seperti halnya ibu nifas primipara yang belum paham mengenai teknik menyusui yang benar, ibu *post partum* grandemultipara juga biasanya mengeluarkan ASI yang lebih sedikit. Hal itu bisa dikarenakan semakin banyak ibu melahirkan, ibu akan semakin mudah lelah sehingga mulai timbul rasa malas untuk menyusui bayinya. Semakin jarang ibu menyusui bayinya, maka akan semakin sedikit pula produksi ASI yang dihasilkannya

Hubungan Frekuensi Menyusui dengan Produksi ASI

Hasil uji statistik *Chi-Square (Continuity Correction)* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) diperoleh nilai *p Value* = 0,001 ($p<0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan frekuensi menyusui dengan produksi ASI dimana responden dengan frekuensi menyusui secara *on demand* sebagian besar memiliki produksi ASI lancar sebanyak 23 responden (74,2%) sedangkan responden dengan frekuensi menyusui secara tidak *on demand* sebagian besar memiliki produksi ASI yang tidak lancar sebanyak 21 responden (100%).

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Maqfiyah dan Tyas (2020) mengenai hubungan status gizi dan frekuensi menyusui dengan kelancaran ASI pada ibu *post partum* di Puskesmas Sukorame Kediri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara frekuensi menyusui dengan kelancaran ASI dengan *p*-value = 0,000 dan $\alpha = 0,05$ sehingga $0,000 < 0,05$.



Penelitian ini juga sejalan dengan yang dilakukan oleh Subekti dan Faidah (2019) mengenai analisis faktor yang berhubungan dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum normal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan frekuensi menyusui berhubungan dengan kelancaran pengeluaran ASI ($p=0,002$).

Hasil penelitian tersebut tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Magfiro dan Tyas (2017), mengenai hubungan status gizi dan frekuensi menyusui dengan kelancaran ASI pada ibu post partum di Puskesmas Sukorame Kediri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara frekuensi menyusui dengan kelancaran ASI, didapatkan p value = 0,000 ($p<0,05$).

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 (Jacqueline dkk, 2016).

Frekuensi menyusui yang baik 10- 12 kali perhari atau minimal 8 kali perhari dan 10 sampai 20 menit untuk masing masing payudara. Jarak menyusui satu stengah jam atau 2 jam sekali. Peningkatan frekuensi menyusui juga akan mempercepat onset laktasi untuk ibu post partum di harapkan untuk menyusui bayinya sesering mungkin untuk mencegah keterlambatan onset laktasi. 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 (Yulianto dkk, 2022).

Peneliti berasumsi bahwa frekuensi menyusui mempengaruhi produksi ASI pada ibu *post partum*. Semakin sering anak menghisap puting susu ibu maka akan terjadi peningkatan produksi ASI dan sebaliknya jika anak berhenti menyusu maka terjadi penurunan produksi ASI. Bila bayi menghisap payudara maka akan merangsang hormon prolaktin yang mengatur sel sel dalam alveoli agar memproduksi air susu. Isapan bayi juga akan merangsang produksi hormon lain yang dinamakan hormon oksitosin yang akan membuat sel-sel otot di sekitar alveoli berkontraksi sehingga air susu akan di dorong menuju puting payudara sehingga semakin sering bayi menghisap maka semakin banyak ASI yang di keluarkan.

KESIMPULAN

Adapun beberapa kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut : Ada hubungan status gizi dengan produksi ASI pada ibu *post partum* dengan p -Value 0,047 ($p<0,05$). Tidak ada hubungan paritas dengan produksi ASI pada ibu *post partum* dengan p -Value = 0,357 ($p>0,05$). Ada hubungan frekuensi menyusui dengan produksi ASI pada ibu *post partum* dengan p -Value = 0,001 ($p>0,05$).



UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pembimbing akademik dan semua pihak yang telah memberikan masukan, bantuan teknis, serta motivasi, sehingga proses penelitian dan penyusunan jurnal ini berjalan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Asih, Y. (2020) 'Hypnobreastfeeding Dan Motivasi Pemberian Asi Hypnobreastfeeding And Motivation For Breastfeeding', 11.
- Atana dkk. (2021). Hubungan Status Gizi, Pola Makan Dan Pantangan Makanan Dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Kebidanan Malahayati*. 4 (2).
- Ariani. (2021). Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum. *Indonesian Journal Of Midwifery (IJM)*. 8 (2).
- Bps (2024) 'Persentase Bayi Usia Kurang Dari 6 Bulan Yang Mendapatkan Asi Eksklusif Menurut Provinsi (Persen)', 2024'. Aceh.
- Delvina dan Syafriani, (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Menyusui. *Human Care Journal*, 7 (2).
- Masaong, K, harismayanti, H dan Hatta, N, H. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan dan Status Gizi dengan Produksi ASI Pada Ibu Post Sectio Caesarea di RSUD TNI dan Nelayan Kabupaten Boalemo. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*. 1 (2).
- Rahmawati (2021). Hubungan Antara Status Gizi Dan Paritas Dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Cipanas Kabupaten Garut. *Jurnal Nusantara Medika*. 5 (1).
- Rangkuti, N.A. Et Al. (2022) 'The Effect Of Hypnobreastfeeding Technique On The Production Of Breast Milk In Postpartum Mothers In Independent Practice Midwives', 1(1), Pp. 24–28.
- Risyanti, S, Carolin, B, T dan Dinengsih, S. (2021). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Produksi ASI Ibu Nifas Post Sectio Caesarea. *Jurnal Kebidanan Malahayati*. 7 (4).
- Unicef (2024) 'Pekan Menyusui Sedunia 2024', Pp. 1–4.
- WHO And Unicef, G.B. (2023) 'Global Breastfeeding Scorecard 2023 Rates Of Breastfeeding Increase Around The World Through Highlights For The 2023 Scorecard', Pp. 1–9.
- Yulianto, Safitri dan Sari. (2022). Frekuensi Menyusui dengan Kelancaran Produksi Air Susu Ibu. *Jurnal Wacana Kesehatan*. 7 (2).