

HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU, TINGKAT KECEMASAN IBU, POSISI MENYUSUI DAN DUKUNGAN SUAMI TERHADAP PENGELUARAN ASI PADA IBU NIFAS DI TPMB ROSYANA BEKASI

Elisabet Wilhelmina Buke^{1*}, Sulastri²

¹⁻²STIKes Abdi Nusantara Jakarta

Email Korespondensi: elisabuke2018@gmail.com

Disubmit: 20 Januari 2025

Diterima: 29 Juli 2025

Diterbitkan: 01 Agustus 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v5i8.19240>

ABSTRACT

Breast milk (ASI) is not merely a source of nutrition for infants but also serves as a long-term beneficial investment. The smooth production of breast milk is influenced by various factors, including maternal knowledge, anxiety levels, breastfeeding positions, and husband's support, all of which must be addressed during the postpartum period. To examine the relationship between maternal knowledge, maternal anxiety levels, breastfeeding positions, and husband's support with breast milk production in postpartum mothers at TPMB Rosyana Bekasi in 2024. This study utilized a quantitative research design with a cross-sectional approach. Quantitative data were collected through primary data obtained via questionnaires assessing maternal knowledge, anxiety levels, breastfeeding positions, and husband's support in relation to breast milk production. The study involved 30 postpartum mothers. Data analysis was conducted using the chi-square test to determine the relationship between the independent and dependent variables. The results showed that 80% of postpartum mothers had inadequate knowledge, 13.3% experienced severe anxiety, and 46.7% experienced very severe anxiety. Additionally, 23.3% of mothers adopted proper breastfeeding positions, and 36.7% had husbands who did not provide sufficient support during the postpartum period. Factors significantly associated with breast milk production in postpartum mothers included maternal knowledge (p -value = 0.006), maternal anxiety levels (p -value = 0.011), breastfeeding positions (p -value = 0.003), and husband's support (p -value = 0.008). There is a significant relationship between maternal knowledge, maternal anxiety levels, breastfeeding positions, and husband's support with the smooth production of breast milk in postpartum mothers.

Keywords: Factors, Breast Milk Production, Postpartum Mothers

ABSTRAK

ASI pada bayi bukan sekadar memenuhi kebutuhan nutrisinya, melainkan sebuah investasi masa depan yang sangat menguntungkan. Upaya pemenuhan ASI bayi dilakukan oleh ibu dengan memperhatikan kelancaran pengeluaran ASI. Oleh karena itu, faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kelancaran pengeluaran pada ibu nifas harus diperhatikan seperti pengetahuan ibu, tingkat kecemasan ibu, posisi menyusui dan dukungan suami. Mengetahui hubungan pengetahuan ibu, tingkat kecemasan ibu, posisi menyusui dan dukungan suami terhadap

pengeluaran ASI pada ibu nifas di TPMB Rosyana Bekasi Tahun 2024. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Data kuantitatif dikumpulkan melalui mengumpulkan data primer yang diperoleh melalui kuesioner terkait pengetahuan ibu, tingkat kecemasan ibu, pelatihan, dan dukungan suami dengan pengeluaran ASI pada ibu nifas yang ditujukan kepada 30 orang ibu nifas. Analisis kuantitatif menggunakan uji *chi square* untuk melihat hubungan antar variabel independen dengan variabel dependen. Terdapat 80% ibu nifas memiliki pengetahuan yang tidak baik, 13,3% ibu mengalami kecemasan tingkat berat, 46,7% ibu nifas mengalami kecemasan tingkat berat sekali, 23,3% ibu nifas yang memiliki posisi menyusui menyusui, dan 36,7% ibu nifas memiliki suami yang tidak mendukung ibu kondisi ibu selama masa nifas. Selain itu, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI ibu nifas yaitu pengetahuan ibu dengan p value 0,006, tingkat kecemasan ibu dengan p value 0,011, posisi menyusui dengan p value 0,003, dan dukungan suami dengan 0,008. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan, tingkat kecemasan ibu, posisi menyusui dan dukungan suami dengan kelancaran pengeluaran ASI Ibu nifas.

Kata Kunci: Faktor-faktor, Pengeluaran ASI, Ibu Nifas

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu atau yang sering dikenal dengan singkatan ASI menjadi salah satu investasi emas bagi generasi Indonesia. Pemberian ASI kepada bayi menjadi salah satu program WHO, yaitu dengan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan yang dimulai dalam waktu satu jam setelah lahir yaitu pemberian ASI eksklusif tanpa makanan lain selama enam bulan pertama meningkatkan perkembangan sensorik dan kognitif serta melindungi bayi dari penyakit menular dan kronis (WHO, 2024).

Pemberian ASI eksklusif berperan besar terhadap tumbuh kembang dan daya tahan tubuh anak. Memberikan ASI pada bayi bukan sekadar memenuhi kebutuhan nutrisinya, melainkan sebuah investasi masa depan yang sangat menguntungkan. Tetapi pemberian ASI eksklusif secara nasional masih jauh dibawah target nasional sebesar 80%. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023, bayi usia 0-6 bulan yang mendapat ASI eksklusif sebesar 55,5% (Kemenkes RI, 2024). Berdasarkan data

tersebut, cakupan ASI eksklusif Indonesia cenderung menurun, dari 69,7% pada tahun 2021 menjadi 67,96% pada tahun 2022 dan mengalami penurunan yang signifikan pada tahun 2023 menjadi 55,5% (WHO, 2023).

Badan Pusat Statistik (BPS), dalam bahasanya terkait persentase bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan asi eksklusif menurut provinsi (Persen), 2021-2023 menunjukkan bahwa salah satu provinsi di Indonesia yaitu khususnya provinsi Jawa Barat mengalami peningkatan dari 76,46% pada tahun 2021 menjadi 77,00% di tahun 2022 hingga 80,08% di tahun 2023 (BPS, 2024). Namun, Cakupan Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif di Kabupaten Bekasi masih di bawah target yang ditetapkan pemerintah sebesar 80 persen.

Upaya pemenuhan nutrisi bagi bayi melalui ASI menjadi perhatian bagi semua pihak. Dalam hal ini peran ibu nifas sebagai pemberi ASI juga menjadi salah satu pihak yang penting untuk diperhatikan, karena masa awal pengeluaran ASI dan

penentu dalam kesuksesan pemberian ASI eksklusif. Ada beberapa yang dapat mempengaruhi proses pengeluaran ASI pada ibu nifas, salah satunya seperti kurangnya pengetahuan dan usaha dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu, psikologis ibu nifas yaitu kondisi ibu dalam keadaan bingung, kacau, cemas, marah dan sedih, posisi menyusui yang tidak benar sehingga membuat ibu dan bayi tidak nyaman dan pasangan/suami tidak mendukung dan tidak ada perhatian terhadap ibu dan bayi dalam proses pemberian ASI (Nasution, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Apriana, (2023), menyatakan bahwa ibu *post partum* yang sudah memiliki pengetahuan payudara baik dan melakukan perawatan payudara secara rutin dan teratur akan memperoleh produksi ASI yang cukup. Menurut Rismawati et al., (2022), dalam penelitiannya menjelaskan bahwa suami sebagai orang terdekat ibu yang banyak berperan selama kehamilan, persalinan dan setelah bayi lahir, termasuk pemberian ASI. Dukungan suami yang diberikan dalam bentuk apapun, dapat mempengaruhi kondisi emosional ibu yang berdampak terhadap produksi ASI.

Pengetahuan yang baik dan dukungan suami pada ibu nifas dapat membantu ibu merasa lebih rileks dan tidak cemas. Tingkat kecemasan pada ibu juga penting diperhatikan dikarenakan ibu *post partum* harus berfikir positif, berusaha untuk mencintai bayinya, dan rileks ketika menyusui. Ketika ibu berfikir positif dan tetap tenang akan memicu produksi ASI sehingga ASI bisa keluar dengan lancar, sebaliknya ibu yang kondisi psikologisnya terganggu seperti merasa cemas akan mempengaruhi produksi ASI sehingga produksi ASI bisa menurun dan menyebabkan ASI kurang lancar

(Mardjun et al., 2019). Selain itu, pengetahuan ibu juga mempengaruhi teknik ibu menyusui. Apabila posisi menyusui tidak benar dapat menyebabkan bendungan ASI dan menjadikan ibu enggan menyusui bayinya, karena rasa nyeri dan bengkak yang di timbulkan saat ibu mengalami bendungan ASI sehingga bayi tidak mendapatkan ASI yang cukup dalam menyusui dan hal tersebut akan mempengaruhi pada produksi dan pengeluaran ASI selanjutnya (Suryanti et al., 2023).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di TPMB Rosyana Bekasi, diketahui bahwa terdapat beberapa ibu nifas yang sedang melakukan pemeriksaan belum mengetahui bagaimana cara menyusui dengan baik. Ibu nifas merasa cemas karena merasakan sakit saat menyusui dan khawatir tidak anak lapar, akhirnya memutuskan untuk langsung memberikan susu formula pada anak. Ibu nifas juga menyatakan bahwa sebagian alasan memberikan susu formula pada bayi yaitu karena pengeluaran ASI ibu yang sangat sedikit.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul hubungan pengetahuan ibu, tingkat kecemasan ibu, posisi menyusui dan dukungan suami terhadap pengeluaran asi pada ibu nifas di tpmb rosyana beksi tahun 2024.

KAJIAN PUSTAKA

Air susu ibu (ASI) merupakan sumber makanan yang mengandung nutrisi yang lengkap untuk bayi yaitu berbagai macam zat gizi dan nutrisi yang berguna bagi bayi dalam tahap kehidupan pertamanya, dengan komposisi yang sesuai dengan kebutuhan bayi, serta sebagai makanan tunggal untuk memenuhi

semua kebutuhan bayi sampai usia 6 bulan. Selain itu, di dalam ASI mengandung berbagai antibodi dan zat kekebalan tubuh sehingga bayi tidak mudah sakit (Heryanni, 2023).

Pada saat payudara sudah memproduksi ASI, terdapat proses pengeluaran ASI yaitu ketika bayi mulai menghisap. Pada proses ini, terdapat beberapa hormone berbeda yang bekerja sama untuk pengeluaran air susu dan melepaskannya untuk di hisap. Gerakan isapan bayi dapat merangsang serat saraf dalam puting. Serat saraf ini membawa permintaan agar air susu melewati kolumna spinalis ke kelenjar hipofisis dalam otak. Kelenjar hipofisis akan merespon otak untuk melepaskan hormon prolaktin dan hormone oksitosin. Hormon prolaktin dapat merangsang payudara untuk menghasilkan lebih banyak susu. Sedangkan hormone oksitosin merangsang kontraksi otot-otot yang sangat kecil yang mengelilingi duktus dalam payudara, kontraksi ini menekan duktus dan mengeluarkan air susu ke dalam penampungan di bawah areola. Pada saat proses laktasi terdapat dua reflek yang berperan, yaitu reflek prolaktin dan reflek let down/reflek aliran yang akan timbul karena rangsangan isapan bayi pada puting susu (Jayanti & Yulianti, 2022).

Menurut (Nasution, 2021), terdapat beberapa faktor - faktor yang dapat mempengaruhi proses pengeluaran ASI pada ibu nifas, yaitu kurangnya pengetahuan dan usaha dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu dan keluarga baik secara medis maupun tradisional dengan memanfaatkan tanaman herbal.

Selain itu, psikologis ibu nifas yaitu kondisi ibu dalam keadaan

bingung, kacau, cemas, marah dan sedih. Hal ini berhubungan dengan proses adaptasi masa nipas, faktor ini memegang peranan penting berhasil tidaknya ibu dalam menyusui. Selain itu kecemasan juga mempengaruhi pengeluaran hormon prolaktin.

Pasangan/suami tidak mendukung dan tidak ada perhatian terhadap ibu dan bayi dalam proses pemberian ASI. Selain itu, Posisi pada waktu menyusui, posisi yang salah mengakibatkan isapan bayi kurang optimal dan puting susu menjadi lecet

Oleh karena itu didapatkan rumusan masalah penelitian ini yaitu bagaimana hubungan faktor-faktor yang berhubungan pengeluaran Asi pada ibu Nifas?.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan kuantitatif yang memakai desain *cross sectional* yang digunakan untuk mengetahui hubungan variabel bebas dengan variabel terikat, dimana pengumpulan datanya dilakukan dalam waktu yang sama.

Populasi penelitian yaitu 30 orang ibu nifas yang melakukan pemeriksaan ke TPMB Rosyana Bekasi. Oleh karena itu jumlah sampel diambil menggunakan teknik sampel total sampling sehingga diperoleh sampel penelitian ini sebanyak 30 orang.

Alat ukur / Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner yang dilakukan uji validitas dan reliabilitas.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji statistik uji chi square.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengeluaran ASI

Pengeluaran ASI	n	%
Lancar	15	50,0
Tidak Lancar	15	50,0
Total	30	100

Sumber: Data 2024

Berdasarkan table diatas diketahui Pengeluaran ASI lancar 15 (50.0%) dan tidak lancar 15 (50.0%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu

Pengetahuan Ibu	n	%
Baik	6	20,0
Tidak Baik	24	80,0
Total	30	100

Sumber: Data 2024

Berdasarkan table diatas) dan Tidak Baik 24 (80,0%). diketahui Pengetahuan Ibu baik 6 (20,0

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Ibu

Kecemasan Ibu	n	%
Tidak Cemas	3	10,0
Ringan	4	13,3
Sedang	5	16,7
Berat	4	13,3
Berat Sekali	14	46,7
Total	30	100

Sumber: Data 2024

Berdasarkan table diatas Berat Sekali 14 (46,7%) dan minoritas diketahui mayoritas Kecemasan Ibu 3 (10.0%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Posisi Menyusui

Posisi Menyusui	n	%
Benar	23	76,7
Tidak Benar	7	23,3
Total	30	100

Sumber: Data 2024

Berdasarkan table diatas diketahui Posisi Menyusui 23 (76,7%) dan tidak benar 7 (23,3%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Dukungan Suami

Dukungan Suami	n	%
Mendukung	19	63,3
Tidak Mendukung	11	36,7
Total	30	100

Sumber: Data 2024

Berdasarkan table diatas diketahui **Dukungan Suami** Mendukung 19 (63,3%).

Tabel 6. Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Pengeluaran ASI Ibu

Pengetahuan Ibu	Pengeluaran ASI				Total		P-Value
	Lancar		Tidak Lancar		n	%	
	N	%	n	%			
Baik	6	100	0	0,00	6	100	0,006
Tidak Baik	9	37,5	15	62,5	24	100	
Total	15	50,0	15	50,0	30	100	

Sumber: Data 2024

Dari data yang disajikan, seluruh ibu nifas yang memiliki pengetahuan baik (100%) mengalami pengeluaran ASI yang lancar.

Sebaliknya, mayoritas ibu yang memiliki pengetahuan tidak baik (62,5%) mengalami pengeluaran ASI yang tidak lancar.

Tabel 7. Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Pengeluaran ASI Ibu

Tingkat Kecemasan Ibu	Pengeluaran ASI				Total		P-Value
	Lancar		Tidak Lancar		n	%	
	N	%	n	%			
Berat	11	73,3	4	26,7	15	100	0,011
Tidak Berat	4	26,7	11	73,3	15	100	
Total	15	50,0	15	50,0	30	100	

Sumber: Data 2024

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan ibu dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas di TPMB Rosyana Bekasi. Dari data yang diperoleh, ibu dengan tingkat kecemasan berat

justru cenderung mengalami pengeluaran ASI yang lancar (73,3%), sementara sebagian besar ibu dengan tingkat kecemasan yang tidak berat (73,3%) mengalami pengeluaran ASI yang tidak lancar.

Tabel 8. Hubungan Posisi Menyusui Ibu dengan Pengeluaran ASI Ibu

Posisi Menyusui	Pengeluaran ASI				Total		P-Value
	Lancar		Tidak Lancar		n	%	
	N	%	n	%			
Benar	8	34,8	15	65,2	23	100	0,003
Tidak Benar	7	100	0	0,00	7	100	
Total	15	50,0	15	50,0	30	100	

Sumber: Data 2024

Berdasarkan data yang diperoleh, ibu yang memiliki posisi menyusui benar sebagian besar mengalami pengeluaran ASI lancar (34,8%). Namun, menariknya,

seluruh ibu yang memiliki posisi menyusui tidak benar justru mengalami pengeluaran ASI yang lancar (100%).

Tabel 9. Hubungan Dukungan Suami dengan Pengeluaran ASI Ibu

Dukungan Suami	Pengeluaran ASI				Total		P-Value
	Lancar		Tidak Lancar		n	%	
	N	%	n	%			
Mendukung	13	68,4	6	31,6	19	100	0,000
Tidak Mendukung	2	18,2	9	81,8	11	100	
Total	15	50,0	15	50,0	30	100	

Sumber: Data 2024

Dari data yang diperoleh, mayoritas ibu yang mendapatkan dukungan suami (68,4%) mengalami pengeluaran ASI yang lancar, sementara sebagian kecil (31,6%) mengalami ASI tidak lancar. Sebaliknya, ibu yang tidak

mendapatkan dukungan suami cenderung mengalami pengeluaran ASI yang tidak lancar (81,8%), dan hanya sedikit (18,2%) yang ASI-nya lancar.

PEMBAHASAN

Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Pengeluaran ASI Ibu

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan Ibu dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas di TPMB Rosyana Bekasi. Dari data yang disajikan, seluruh ibu nifas yang memiliki pengetahuan baik (100%) mengalami pengeluaran ASI yang lancar. Sebaliknya, mayoritas ibu yang memiliki pengetahuan tidak baik (62,5%) mengalami pengeluaran ASI yang tidak lancar.

Temuan ini mengindikasikan bahwa pengetahuan yang baik mengenai laktasi dan teknik menyusui berperan penting dalam mendukung kelancaran pengeluaran ASI. Ibu yang memiliki pemahaman yang memadai tentang proses menyusui cenderung lebih mampu mengatasi tantangan yang muncul selama masa nifas, seperti masalah pelekatan bayi dan posisi menyusui yang benar. Pengetahuan ini juga memungkinkan ibu untuk lebih cepat mengenali dan mencari solusi atas hambatan dalam produksi ASI, sehingga berkontribusi pada

kelancaran pemberian ASI eksklusif. Sebaliknya, ibu dengan pengetahuan yang kurang mungkin menghadapi berbagai kendala dalam proses menyusui, yang dapat berdampak pada produksi dan pengeluaran ASI. Kurangnya informasi mengenai pentingnya inisiasi menyusui dini (IMD), teknik pemerah ASI, serta faktor-faktor yang memengaruhi produksi ASI, berpotensi menyebabkan kecemasan dan stres, yang justru dapat menghambat refleks let-down dan menurunkan produksi ASI.

Hasil uji chi-square yang menunjukkan p-value 0,006 ($< 0,05$) memperkuat bukti bahwa perbedaan ini tidak terjadi secara kebetulan, melainkan ada hubungan yang nyata dan bermakna secara statistik antara pengetahuan ibu dan kelancaran pengeluaran ASI. Dengan demikian, upaya peningkatan pengetahuan ibu nifas, seperti melalui program edukasi laktasi, pendampingan menyusui, dan penyuluhan kesehatan di fasilitas pelayanan kesehatan, sangat penting untuk mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Selain itu, peran tenaga kesehatan dalam memberikan informasi dan motivasi kepada ibu nifas juga menjadi faktor krusial dalam meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan (Rismawati et al., 2022), dalam penelitiannya menjelaskan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan yang baik mampu mengatasi hal-hal yang mengambat kelancaran pengeluaran ASI. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik mampu melakukan perawatan payudara saat masa nifas. Perawatan payudara saat kehamilan memiliki beberapa manfaat, antara lain: menjaga kebersihan payudara terutama kebersihan puting susu; melenturkan dan menguatkan

puting susu sehingga memudahkan bayi untuk menyusui, merangsang kelenjar-kelenjar air susu sehingga produksi ASI banyak dan lancar dapat mendeteksi kelainan-kelainan payudara secara dini dan melakukan upaya untuk mengatasinya mempersiapkan mental (psikis) ibu untuk menyusui.

Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Pengeluaran ASI Ibu

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan ibu dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas di TPMB Rosyana Bekasi. Dari data yang diperoleh, ibu dengan tingkat kecemasan berat justru cenderung mengalami pengeluaran ASI yang lancar (73,3%), sementara sebagian besar ibu dengan tingkat kecemasan yang tidak berat (73,3%) mengalami pengeluaran ASI yang tidak lancar.

Temuan ini mengindikasikan bahwa kecemasan, dalam batas tertentu, dapat memicu refleks let-down dan meningkatkan produksi ASI. Hal ini mungkin disebabkan oleh dorongan psikologis yang membuat ibu lebih fokus dan berusaha lebih keras dalam menyusui bayinya. Dalam beberapa kasus, kecemasan berat bisa meningkatkan kewaspadaan dan memotivasi ibu untuk mencari informasi serta melakukan berbagai upaya agar pengeluaran ASI tetap lancar. Sebaliknya, ibu dengan tingkat kecemasan yang rendah mungkin memiliki rasa percaya diri yang berlebihan atau kurang memperhatikan aspek penting dalam proses menyusui, sehingga kurang optimal dalam memastikan kelancaran ASI. Kecemasan yang terlalu rendah juga bisa membuat ibu kurang responsif terhadap tanda-tanda bayi yang membutuhkan ASI, sehingga frekuensi menyusui

menjadi lebih jarang dan berdampak pada produksi ASI yang tidak lancar.

Hasil uji chi-square dengan p-value 0,011 ($< 0,05$) menunjukkan bahwa hubungan antara tingkat kecemasan dan pengeluaran ASI signifikan secara statistik. Ini berarti bahwa faktor psikologis, termasuk kecemasan, memiliki peran penting dalam menentukan keberhasilan pengeluaran ASI pada ibu nifas. Berdasarkan hasil ini, diperlukan pendekatan holistik dalam mendukung ibu nifas, tidak hanya dengan memberikan edukasi tentang teknik menyusui tetapi juga dengan memberikan dukungan emosional dan mental. Konseling laktasi, pendampingan oleh tenaga kesehatan, serta keterlibatan keluarga terutama suami, diharapkan dapat membantu mengelola kecemasan ibu dan meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Rismawati et al., 2022), yang menyatakan bahwa Ibu menyusui harus berpikir positif dan rileks agar tidak mengalami kecemasan dan kondisi psikologis ibu menjadi baik, kondisi psikologis yang baik dapat memicu kerja hormon yang memproduksi ASI karena akan memotivasi untuk menyusui bayinya sehingga hormon yang berperan pada produksi ASI akan meningkat karena produksi ASI dimulai dari proses menyusui dan akan merangsang produksi ASI.

Hubungan Posisi Menyusui dengan Pengeluaran ASI Ibu

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara posisi menyusui dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas di TPMB Rosyana Bekasi. Berdasarkan data yang diperoleh, ibu yang memiliki posisi menyusui benar sebagian besar mengalami pengeluaran ASI lancar (34,8%).

Namun, menariknya, seluruh ibu yang memiliki posisi menyusui tidak benar justru mengalami pengeluaran ASI yang lancar (100%).

Temuan ini memberikan wawasan bahwa meskipun posisi menyusui yang benar sering dikaitkan dengan kelancaran pengeluaran ASI, terdapat faktor lain yang mungkin turut memengaruhi hasil ini. Ibu yang memiliki posisi menyusui tidak benar tetapi tetap mengalami kelancaran ASI kemungkinan memiliki faktor pendukung lain, seperti refleks let-down yang kuat, frekuensi menyusui yang tinggi, atau dukungan psikologis dan emosional yang baik dari keluarga dan tenaga kesehatan. Sebaliknya, ibu yang memiliki posisi menyusui benar tetapi tetap mengalami ASI tidak lancar (65,2%) mungkin menghadapi tantangan lain, seperti tingkat stres yang tinggi, kelelahan, atau faktor fisiologis yang memengaruhi produksi ASI. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun posisi menyusui yang benar merupakan faktor penting, keberhasilan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh kombinasi berbagai faktor, baik fisik maupun psikologis.

Hasil uji chi-square yang menunjukkan p-value 0,003 ($< 0,05$) memperkuat temuan bahwa hubungan antara posisi menyusui dan pengeluaran ASI bersifat signifikan secara statistik. Artinya, posisi menyusui yang benar tetap berkontribusi dalam mendukung kelancaran ASI, meskipun faktor-faktor lain juga perlu diperhatikan. Oleh karena itu, penting bagi tenaga kesehatan untuk terus memberikan edukasi mengenai posisi menyusui yang benar kepada ibu nifas. Selain itu, pendekatan holistik yang mencakup dukungan psikologis, edukasi laktasi, dan pendampingan selama masa menyusui diharapkan dapat membantu meningkatkan keberhasilan pemberian ASI

eksklusif. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rini et al., 2023), yang menjelaskan bahwa kelancaran ASI dipengaruhi oleh hambatan seperti bendungan ASI. Posisi menyusui yang kurang benar dapat menyebabkan bendungan ASI, karena dengan posisi menyusui tidak benar, maka bayi juga kesulitan dalam mencari putting dan aerola sehingga hisapan bayipun kurang. Berdasarkan posisi menyusui yang benar bahwa yang tidak terjadi Bendungan ASI disebabkan oleh posisi menyusui ibu yang sudah benar sehingga bayi.

Hubungan Dukungan Suami dengan Pengeluaran ASI Ibu

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan suami dan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas di TPMB Rosyana Bekasi. Dari data yang diperoleh, mayoritas ibu yang mendapatkan dukungan suami (68,4%) mengalami pengeluaran ASI yang lancar, sementara sebagian kecil (31,6%) mengalami ASI tidak lancar. Sebaliknya, ibu yang tidak mendapatkan dukungan suami cenderung mengalami pengeluaran ASI yang tidak lancar (81,8%), dan hanya sedikit (18,2%) yang ASI-nya lancar.

Temuan ini menegaskan bahwa dukungan suami berperan penting dalam keberhasilan menyusui. Suami yang terlibat dan mendukung, baik secara emosional maupun praktis, dapat membantu mengurangi stres dan meningkatkan rasa percaya diri ibu selama proses menyusui. Dukungan ini bisa berupa membantu pekerjaan rumah tangga, memberikan semangat, menemani saat menyusui, atau memastikan ibu mendapatkan nutrisi dan istirahat yang cukup. Dengan demikian, ibu merasa lebih tenang dan nyaman, yang berdampak positif pada refleksi let-down dan kelancaran

pengeluaran ASI. Sebaliknya, kurangnya dukungan dari suami dapat membuat ibu merasa terbebani dan stres, yang pada akhirnya menghambat produksi dan pengeluaran ASI. Ketidakmampuan untuk berbagi tanggung jawab atau kurangnya pemahaman suami mengenai pentingnya ASI eksklusif dapat memperburuk kondisi ini.

Hasil uji chi-square yang menunjukkan p-value 0,008 ($< 0,05$) memperkuat temuan bahwa hubungan antara dukungan suami dan pengeluaran ASI signifikan secara statistik. Hal ini menunjukkan bahwa peran suami bukan hanya sebagai pendamping, tetapi juga sebagai faktor pendukung utama dalam keberhasilan menyusui. Dengan demikian, penting untuk melibatkan suami dalam program edukasi laktasi dan konseling menyusui. Peningkatan kesadaran suami mengenai perannya dalam mendukung istri selama masa nifas diharapkan dapat meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI dan mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Rismawati et al., 2022) yang menjelaskan bahwa suami merupakan sosok terdekat yang memiliki peran besar dalam mendampingi ibu selama masa kehamilan, persalinan, dan setelah kelahiran bayi, termasuk dalam proses pemberian ASI. Bentuk dukungan dari suami, dalam bentuk apa pun, dapat memengaruhi kondisi emosional ibu yang berkontribusi terhadap produksi ASI. Dukungan ini merupakan bagian kecil dari keseluruhan proses menyusui.

Menurut teori Lawrance Green (1980), faktor yang memengaruhi keberhasilan pemberian ASI melibatkan faktor predisposisi, yang meliputi pengetahuan, sikap, keyakinan, serta nilai-nilai yang dianut masyarakat terkait

kesehatan. Oleh karena itu, penyampaian informasi mengenai pemberian ASI kepada ibu dan suami sangat penting, baik melalui media cetak, elektronik, maupun kegiatan penyuluhan. Faktor kedua adalah faktor pemungkin, yaitu tersedianya fasilitas dan infrastruktur yang mendukung proses penyampaian informasi, seperti keberadaan tenaga kesehatan yang mengadakan kelas prenatal dan melibatkan suami dalam pelayanan. Faktor ketiga adalah faktor penguat, yang berasal dari tokoh masyarakat, tenaga kesehatan, serta dukungan suami dan keluarga.

KESIMPULAN

Ada hubungan antara pengetahuan ibu, tingkat kecemasan, posisi menyusui dan dukungan suami dengan pengeluaran ASI Ibu Nifas di TPMB Rosyana Bekasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriana, R. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Produksi ASI Ibu Nifas. *Simfisis: Jurnal Kebidanan Indonesia*, 3(1), 517-525. <https://doi.org/10.53801/sjki.v3i1.168>
- AZALIA, N. N. (2023). *Hubungan Inisiasi Menyusui Dini Dan Tingkat Kecemasan Dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Sectio Caesarea Di RSUD dr. H. BOB BAZAR, SKM TAHUN 2023* (Doctoral dissertation, Poltekkes KemenkesTanjungkarang).
- BPS. (2024). *Persentase Bayi Usia Kurang Dari 6 Bulan Yang Mendapatkan Asi Eksklusif Menurut Provinsi (Persen), 2021-2023*. Badan Pusat Statistik. h
- Fernandia, L., & Marcelina, S. T. (2025). Dukungan Suami dan Bonding Attachment dengan Kelancaran ASI Ibu Nifas: Studi Korelasional. *Jurnal Medicare*, 4(2), 150-160.
- Heryanni, R. (2023). *Manfaat ASI untuk Kesehatan Bayi*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/3055/manfaat-asi-untuk-kesehatan-bayi
- Jayanti, C., & Yulianti, D. (2022). Coronaphobia dan Kelancaran ASI di Masa Post Partum. In *Penambahan Natrium Benzoat Dan Kalium Sorbat (Antiinversi) Dan Kecepatan Pengadukan Sebagai Upaya Penghambatan Reaksi Inversi Pada Nira Tebu*. CV. Literasi Nusantara Abadi.
- Kemenkes RI. (2024). *ASI adalah Investasi Generasi Emas Indonesia*. <https://rsjrw.id/artikel/asi-adalah-investasi-generasi-emas-indonesia>
- Kusumawati, P. D., Damayanti, F. O., Wahyuni, C., & Wahyuningsih, A. S. (2020). Analisa tingkat kecemasan dengan percepatan pengeluaran ASI pada ibu nifas. *Journal for Quality in Women's Health*, 3(1), 101-109.
- Lestari, A. (2023). Hubungan antara Perawatan Payudara, Kondisi Psikologis Ibu dan Dukungan Suami dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum. *SIMFISIS: Jurnal Kebidanan Indonesia*, 3(1), 540-549.
- Mardjun, Z., Korompis, G., & Rompas, S. (2019). Hubungan Kecemasan Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Selama Dirawat Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Kasih Ibu Manado. *Jurnal Keperawatan*, 7(1). <https://doi.org/10.35790/jkp>

- v7i1.22901
- Nasution, S. S. (2021). *Perawatan Ibu Nifas, Dengan Meningkatkan Produksi ASI Melalui Konsumsi Tanaman Herbal (Daun Katuk, Daun Kelor, Daun Bangun-Bangun)*. CV Pena Persada.
- Octaviani, N. A., Santi, M. Y., & Purnamaningrum, Y. E. (2022). Tingkat Kecemasan Ibu dan Pemberian ASI Eksklusif pada Masa Pandemi COVID-19. *Window of Health: Jurnal Kesehatan*, 685-696.
- Rini, A. S., Artiningsih, D., Santi, A., & Ginting, B. (2023). Hubungan Peran Bidan, Posisi Menyusui, Kondisi Puting dengan Kejadian Bendungan ASI Ibu Post Partum. *Jurnal Kesehatan*, 8(1), 21-26.
- Rismawati, R., Nurainih, N., & Putri, R. (2022). Hubungan Pengetahuan Ibu, Tingkat Kecemasan Ibu Dan Dukungan Suami Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Nifas Di Pmb Wilayah Mampang Prapatan Tahun 2021. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 1(4), 949-957. <https://doi.org/10.55681/sentri.v1i4.311>
- Salat, S. Y. S., & Suprayitno, E. (2019). Hubungan Kecemasan Ibu Menyusui Dengan Kelancaran Pengeluaran Air Susu Ibu (Asi) Di Bps Kerta Timur Kecamatan Dasuk Kabupaten Sumenep: Relationship Between Mother's Anxiety Analysis With The Swiftness Of Breast Milk In Bps Kerta Timur Kecamatan Dasuk Kabupaten Sumenep. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 5(2), 51-56.
- Sulastrri, W., & Sugiyanto, S. (2016). *Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu Dengan Pemberian Asi Pada Masa Nifas Di Puskesmas Umbulharjo I Yogyakarta Tahun 2016* (Doctoral dissertation, Universitas Aisyiyah Yogyakarta).
- Suryanti, Y., Yuanita, V., & Handayani, S. (2023). Penyuluhan Perah ASI dan Posisi Menyusui pada Ibu Nifas. *Communnity Development Journal*, 4(4), 7682-7686.
- WHO. (2023). *World Breastfeeding Week. Bersama-sama, dukung ibu sukses menyusui dan bekerja*. World Health Organization. <https://www.who.int/indonesia/news/events/world-breastfeeding-week/2023>
- WHO. (2024). *Ibu Membutuhkan Lebih Banyak Dukungan Menyusui Selama Masa Kritis Bayi Baru Lahir*. World Health Organization. <https://www.who.int/indonesia/id/news/detail/01-08-2024-mothers-need-more-breastfeeding-support-during-critical-newborn-period>
- Widya Ayu Cahyaningrum, W. (2024). *Hubungan Dukungan Suami Terhadap Kecemasan Ibu Nifas Pada Kejadian Postpartum Blues Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Gambirsari* (Doctoral dissertation, Universitas Kusuma Husada Surakarta).