

HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU NIFAS TENTANG KONSUMSI NUTRISI DAN PERAN SUAMI TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MEDAN AREA SELATAN KOTA MEDAN TAHUN 2020

Maimunah R¹, Nopita Yanti Sitorus²

^{1,2}Program Studi D-III Kebidanan STIKes Flora,

¹email :mumunrieto@gmail.com

²email nopistr27@gmail.com

ABSTRACT

Background : The puerperium / breastfeeding period is an important period for the growth and development of babies, especially through the lactation process. Babies often do not get breast milk optimally because the mother's milk production is not smooth, which is thought to be due to the mother's lack of knowledge about nutritional consumption and the husband's lack of role in providing support.

Purpose: The purpose of this study was to analyze the relationship between maternal knowledge about nutritional consumption and the role of husbands with the smooth production of breast milk.

Methods : This research is a quantitative study with a cross sectional approach. The research was conducted in the working area of the South Area Medan Health Center. The study population was all mothers who breastfed their children aged 0–12 months and the sample was obtained 33 people. Accidental sampling. Data analysis used univariate analysis, bivariate analysis with chi-square test at the 95% confidence level ($\alpha = 0.05$).

Result : The results showed that the knowledge of postpartum mothers about nutritional consumption and the role of husbands were related to the smooth production of breast milk in the South Area Medan Health Center in 2020, $p < 0.05$. Mothers with good knowledge and good husbands' roles tend to produce milk smoothly compared to mothers with less knowledge and their husbands who have less role to play during childbirth / breastfeeding

Conclusion: The role of the partner is related to the smooth production of breast milk in the South Area Medan Health Center in 2020, $p = 0.001 < 0.05$. Husbands who are good during the postpartum period / breastfeeding make the mother's milk production smooth compared to husbands who do not play a role during the postpartum / breastfeeding period.

Suggestion: Mothers can ask their husbands for help during the postpartum / breastfeeding period by actively providing assistance that can make postpartum / breastfeeding mothers more comfortable so that they can facilitate milk production.

Key words: Knowledge, Role of Husband, Smooth Breastfeeding Production

ABSTRAK

Pendahuluan : Masa nifas/menyusui merupakan masa yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi terutama melalui proses laktasi. Bayi sering tidak mendapatkan ASI secara optimal dikarenakan produksi ASI ibu tidak lancar yang diduga karena kurangnya pengetahuan ibu tentang konsumsi nutrisi dan suami kurang berperan dalam memberikan dukungan.

Tujuan : Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan pengetahuan ibu tentang konsumsi nutrisi dan peran suami dengan kelancaran produksi ASI.

Metode : Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Medan Area Selatan. Populasi penelitian adalah seluruh ibu yang menyusui anaknya usia 0–12 bulan dan sampel diperoleh 33 orang. Penarikan sampel secara aksidental (*accidental sampling*). Analisis data menggunakan analisis univariat, analisis bivariat dengan uji *chi-square* pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$).

Hasil : Hasil penelitian bahwa pengetahuan ibu nifas tentang konsumsi nutrisi dan peran suami berhubungan dengan kelancaran produksi ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Area Selatan tahun 2020, p

<0,05. Ibu yang berpengetahuan baik dan peran suaminya baik cenderung lancar produksi ASInya dibandingkan ibu yang berpengetahuan kurang dan suaminya kurang berperan pada masa nifas/menyusui.

Kesimpulan: Peran suami berhubungan dengan kelancaran produksi ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Area Selatan tahun 2020, $p = 0,001 < 0,05$. Suami yang berperan baik selama masa ibu nifas/menyusui membuat produksi ASI ibu lancar dibandingkan dengan suami yang kurang berperan pada masa nifas/menyusui.

Saran: Ibu dapat meminta suami untuk meminta dukungan selama masa nifas/ menyusui dengan berperan aktif memberikan bantuan yang dapat membuat ibu nifas/menyusui menjadi lebih nyaman sehingga dapat memperlancar produksi ASI.

Kata Kunci : Pengetahuan, Peran Suami, Kelancaran Produksi ASI

PENDAHULUAN

Kelancaran produksi ASI dipengaruhi oleh banyak faktor seperti frekuensi pemberian ASI, Berat Bayi saat lahir usia kehamilan saat bayi lahir, usia ibu dan paritas, stres dan penyakit akut, Inisiasi Menyusu Dini, keberadaan perokok, konsumsi alkohol, perawatan payudara, penggunaan alat kontrasepsi, status gizi. Selain itu teknik menyusui yang salah, fisik dan psikologi ibu, kondisi bayi, asupan nutrisi ibu, efek samping obat-obat tertentu, dan juga faktor gaya hidup yang tidak baik (Ferial, 2016).

Selain itu produksi ASI yang tidak lancar, diduga karena kurangnya pengetahuan ibu dalam memahami pentingnya perawatan payudara, konsumsi gizi pada masa laktasi dan cara menyusui yang benar (Prasetyono, 2017). Kurangnya pengetahuan ibu tersebut disebabkan karena kurangnya informasi tentang konsumsi nutrisi yang akan mempengaruhi pola makan ibu dan menghambat produksi ASI (Rochmah, Vasra, & Dahliana, 2016). Ibu harus mengetahui dan memahami ASI dengan baik karena selain mengandung zat-zat yang diperlukan untuk pertumbuhan bayi, juga makanan bayi paling aman, tidak memerlukan biaya tambahan. ASI juga mengandung zat-zat kekebalan/anti infeksi yang tidak dimiliki susu formula (Arif, 2018).

Penelitian Firdausi (2016) di Banda Aceh mendapatkan hasil bahwa pengetahuan berhubungan dengan kelancaran produksi ASI pada ibu post partum. Pengetahuan tentang perawatan payudara bermanfaat untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga dapat memperlancar produksi ASI. Penelitian Megalestari (2020) di Rumah Sakit Tingkat III R. W Monginsidi Teling mendapatkan hasil bahwa ada hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui. Demikian juga penelitian Katuuk (2018) di Ruang Dahlia RSD Liun Kendaghe Tahuna Kabupaten Kepulauan Sangihe bahwa terdapat

hubungan yang signifikan antara hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran produksi ASI. Ibu post partum sudah pernah menerima penyuluhan dari petugas kesehatan tentang perawatan payudara pada masa hamil sampai menyusui. Sehingga dari pengetahuan yang didapat mempengaruhi sikap ibu untuk melakukan perawatan payudara secara rutin guna mendapatkan produksi ASI yang cukup bagi bayi.

Selain faktor pengetahuan, peran dan dukungan suami juga penting dalam meningkatkan produksi ASI. Aspek yang mempengaruhi dari kelancaran ASI salah satunya ada pada peran suami. Peran dan dukungan suami berdampak positif pada pencapaian peran dan psikis ibu. Dukungan suami yang kurang dapat memicu pencapaian peran ibu yang kurang dan memicu rasa stres sehingga produksi ASI mengalami ketidاكلancaran (Mentari, 2019).

Menurut hasil penelitian Hani (2014) di wilayah kerja Puskesmas Pisangan, didapatkan bahwa ibu yang mendapatkan dukungan suami yang baik sebanyak 91,2%, dukungan suami yang cukup 8,8%, dan tidak ada ibu yang kurang mendapatkan dukungan suami, serta ibu yang berhasil memberikan ASI Eksklusif sebanyak 23,5% dan tidak berhasil memberikan ASI eksklusif sebanyak 76,5%. Penelitian yang dilakukan oleh Aini, Yunitasari, & Armini (2015) di Wilayah Kerja Puskesmas Senori Kabupaten Tuban mendapatkan hasil bahwa dukungan suami yang baik pada ibu postpartum akan berdampak meningkatkan produksi ASI sehingga program pemberian ASI eksklusif pada bayi dapat meningkat.

Survei awal yang dilakukan peneliti pada bulan Maret 2020 di Puskesmas Medan Area Selatan terhadap 10 orang ibu yang mempunyai bayi 0-12 bulan dengan teknik wawancara langsung kepada responden didapat 6 orang (1,66%) yang mengerti tentang konsumsi nutrisi yang mempengaruhi kelancaran produksi ASI dan

didapat 4 orang (2,5%) adanya peran suami untuk kelancaran produksi ASI. Melalui data diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan pengetahuan ibu nifas tentang konsumsi nutrisi dan peran suami terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Medan Area Selatan Tahun 2020.

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah analitik deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*, penelitian yang dilakukan dengan sekali pengamatan pada saat tertentu terhadap objek yang berubah untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu nifas tentang konsumsi nutrisi dan peran suami terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang menyusui anaknya usia 0–12 bulan sebanyak 33 orang. Pengambilan sampel dalam

penelitian ini menggunakan *accidental sampling* (Arikunto, 2015) yaitu jumlah ibu menyusui yang kebetulan datang ke Puskesmas Medan Area Selatan Kota Medan Maret-April tahun 2020. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang menyusui anaknya usia 0-12 bulan sebanyak 33 orang.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara menggunakan kuesioner untuk ibu, dimana peneliti terlebih dahulu memberikan penjelasan singkat tentang pengisian kuesioner yang telah disediakan dengan menggunakan instrument yang telah disediakan. Analisa ini dilakukan secara deskriptif dengan melihat persentase data yang terkumpul dan disajikan dalam tabel distribusi frekuensi, analisa data dilanjutkan dengan membahas hasil penelitian sesuai dengan teori dan kepustakaan yang ada.

Tabel 1.
Aspek Pengukuran

Variabel	Alat Ukur	Kategori	Skala Ukur
Pengetahuan ibu tentang Konsumsi nutrisi	Kuesioner 10 butir	1. Baik, skor 8-10 2. Cukup, skor 6-7 3. Kurang, skor 0-5	Ordinal
Peran Suami	Kuesioner 10 butir	1. Baik, skor 6-10 2. Kurang, skor 0-5	Ordinal
Kelancaran Produksi ASI	Kuesioner 10 butir	1. Lancar, skor 6-10 2. Tidak lancar, skor 0-5	Ordinal

HASIL PENELITIAN

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
Umur Ibu		
20-35 tahun	24	72,7
≥ 35 tahun	9	27,3
Pendidikan Terakhir		
SD	2	6,1
SMP	3	9,1
SMA	27	81,8
D-IV	1	3,0
Pekerjaan		
IRT	31	93,9
Karyawan	1	3,0
Kepling	1	3,0
Jumlah Anak		
1 orang	8	24,2
2 orang	11	33,3
3 orang	7	21,2
4 orang	3	9,1
5 orang	3	9,1
6 orang	1	3,0

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur 20-35 tahun sebanyak 24 orang (72,7%), sebagian kecil responden berumur ≥ 35 tahun sebanyak 9 orang (27,3%). sebagian besar responden berpendidikan SMA sebanyak 27 orang (81,8%), sebagian kecil berpendidikan D-IV sebanyak 1 orang (3,0%). sebagian besar responden adalah ibu rumah tangga sebanyak 31 orang (93,9%), sebagian kecil bekerja sebagai karyawan dan kepala lingkungan (kepling) masing-masing sebanyak 1 orang (3,0%). sebagian besar responden pada paritas II sebanyak 11 orang (33,3%), sebagian kecil responden pada paritas VI sebanyak 1 orang (3,0%).

Tabel 3 menunjukkan sebagian besar responden berpengetahuan cukup tentang konsumsi nutrisi sebanyak 15 orang (45,5%), sebagian kecil responden berpengetahuan kurang sebanyak 7 orang (21,2%). sebagian besar responden menyatakan peran suami baik sebanyak 19 orang (57,6%), sebagian kecil menyatakan peran suami kurang baik sebanyak 14 orang (42,4%). sebagian besar responden produksi ASI

nya lancar sebanyak 21 orang (63,6%), sebagian kecil produksi ASI nya tidak lancar sebanyak 12 orang (36,4%).

**Tabel 3.
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan, Peran Suami dan Kelancaran ASI**

Variabel	frekwensi (f)	Persentase (%)
Pengetahuan		
Baik	11	33,3
Cukup	15	45,5
Kurang	7	21,2
Peran Suami		
Baik	19	57,6
Kurang Baik	14	42,4
Kelancaran ASI		
Lancar	21	63,6
Tidak Lancar	13	36,4

**Tabel 4.
Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas tentang Konsumsi Nutrisi dengan Kelancaran Produksi ASI**

Pengetahuan	Kelancaran Produksi ASI				Jumlah		p-value
	Lancar		Tidak Lancar		F	%	
	f	%	f	%			
Baik	10	90,9	1	9,1	11	100,0	0,025
Cukup	9	60,0	6	40,0	15	100,0	
Kurang	2	28,6	5	71,4	7	100,0	
Jumlah	21	63,6	12	36,4	33	100,0	

Tabel 4 di atas menunjukkan bahwa dari 11 responden yang berpengetahuan baik tentang konsumsi nutrisi mayoritas produksi ASInya lancar sebanyak 10 orang (90,9%). Dari 15 responden yang berpengetahuan cukup tentang konsumsi nutrisi mayoritas produksi ASInya lancar sebanyak 9 orang (60,0%). Dari 7 responden yang berpengetahuan kurang baik tentang konsumsi

nutrisi mayoritas produksi ASInya tidak lancar sebanyak 5 orang (71,4%).

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square* diperoleh *p-value* sebesar 0,025 (<0,05) artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu nifas tentang konsumsi nutrisi dengan kelancaran produksi ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Area Selatan tahun 2020.

**Tabel 5.
Hubungan Peran Suami dengan Kelancaran Produksi ASI**

Peran suami	Kelancaran Produksi ASI				Jumlah		p-value
	Lancar		Tidak Lancar		F	%	
	f	%	f	%			
Baik	17	89,5	2	10,5	19	100,0	0,001
Kurang baik	4	28,6	10	71,4	14	100,0	
Jumlah	21	63,6	12	36,4	33	100,0	

Tabel 5 di atas menunjukkan bahwa dari 19 responden yang menyatakan peran suami baik mayoritas produksi ASInya lancar sebanyak 17 orang (89,5%). Dari 14 responden yang menyatakan peran suami kurang baik mayoritas produksi ASInya tidak lancar sebanyak 10 orang (71,4%).

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square* diperoleh *p-value* sebesar 0,001(<0,05) artinya terdapat hubungan yang signifikan antara peran suami dengan kelancaran produksi ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Area Selatan tahun 2020.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan ibu nifas tentang konsumsi nutrisi dengan kelancaran produksi ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Area Selatan tahun 2020, $p = 0,025 < 0,05$. Responden yang berpengetahuan baik tentang konsumsi nutrisi mayoritas produksi ASInya lancar. Responden berpengetahuan cukup tentang konsumsi nutrisi mayoritas produksi ASInya lancar. Responden yang berpengetahuan kurang baik tentang konsumsi nutrisi mayoritas produksi ASInya tidak lancar.

Penelitian Firdausi (2016) di Banda Aceh mendapatkan hasil bahwa pengetahuan berhubungan dengan kelancaran produksi ASI pada ibu post partum. Pengetahuan tentang perawatan payudara bermanfaat untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga dapat memperlancar produksi ASI. Penelitian Megalestari (2020) di Rumah Sakit Tingkat III R. W Monginsidi Teling mendapatkan hasil bahwa ada hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui. Demikian juga penelitian Katuuk (2018) di Ruang Dahlia RSD Liun Kendaghe Tahuna Kabupaten Kepulauan Sangihe bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran produksi ASI.

Pengetahuan adalah informasi yang telah dikombinasikan dengan pemahaman dan potensi untuk menindaki; yang lantas melekat di benak seseorang. Pengetahuan memiliki kemampuan prediktif terhadap sesuatu sebagai hasil pengenalan atas suatu pola. Manakala informasi dan data sekedar berkemampuan untuk menginformasikan atau bahkan menimbulkan kebingungan, maka pengetahuan berkemampuan untuk mengarahkan tindakan individu (Keraf & Dua, 2016).

Menurut peneliti, hasil penelitian ini membuktikan bahwa pengetahuan yang dimiliki oleh ibu berhubungan signifikan dengan kelancaran produksi ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Area Selatan tahun 2020. Hal ini disebabkan oleh karena ibu yang berpengetahuan baik tentang konsumsi nutrisi cenderung produksi ASInya lancar dibandingkan dengan ibu yang berpengetahuan cukup dan kurang. Ibu dengan pengetahuan kurang lebih banyak yang produksi ASInya tidak lancar. Ibu yang berpengetahuan baik lebih mengerti bahwa mengonsumsi nutrisi dapat memperlancar produksi ASI. Berbeda dengan ibu yang berpengetahuan kurang, cenderung kurang paham tentang mengonsumsi nutrisi sehingga produksi ASI tidak lancar.

Pengetahuan ibu yang kurang baik tentang konsumsi nutrisi berkaitan dengan ketidaktahuan ibu bahwa kebutuhan gizi ibu nifas/menyusui akan meningkat 25% terutama bila ibu menyusui untuk proses kesembuhan setelah melahirkan dan untuk memperoleh produksi air susu. Sebagian ibu juga kurang paham tentang makanan ibu nifas/menyusui harus mengandung sumber tenaga (energi), sumber pembangun (protein), sumber pengatur dan pelindung (mineral, vitamin, air). Ibu juga tidak mengetahui bahwa kebutuhan cairan yang harus diminum selama masa nifas/menyusui yaitu 8 gelas/hari. Ada juga ibu yang tidak mengetahui jenis tumbuhan yang baik dikonsumsi selama masa menyusui dan berfungsi untuk memperbanyak produksi ASI yaitu daun katuk. Ada juga ibu yang tidak mengerti bahwa selain mengonsumsi makanan yang bergizi, pada masa nifas/menyusui ibu juga harus mengonsumsi tablet besi (Fe) selama 40 hari dan minum susu ibu menyusui untuk meningkatkan produksi ASI.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara peran suami dengan kelancaran produksi ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Area Selatan tahun 2020, $p = 0,001 < 0,05$. Responden dengan peran suami baik tentang konsumsi nutrisi mayoritas produksi ASInya lancar. Responden dengan peran suami kurang baik tentang konsumsi nutrisi mayoritas produksi ASInya tidak lancar.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Aini dkk. (2015) mendapatkan hasil bahwa peran suami yang baik pada ibu postpartum akan berdampak meningkatkan produksi ASI sehingga program pemberian ASI eksklusif pada bayi dapat meningkat di Wilayah Kerja Puskesmas Senori Kabupaten Tuban. Penelitian Kusumayanti & Nindya (2018) di daerah pedesaan mendapatkan hasil bahwa suami dapat berperan aktif dalam keberhasilan ASI

eksklusif karena suami akan turut menentukan kelancaran refleks pengeluaran ASI (*milk let down reflex*) yang sangat dipengaruhi oleh keadaan emosi atau perasaan ibu. Penelitian Prijatni (2018) bahwa keberhasilan pemberian ASI juga tergantung dari peran ayah/suami. Bila ayah mempunyai komitmen terhadap pemberian ASI maka ibu akan menjadi semangat untuk memberikan ASI sampai dengan usia bayi 6 bulan tanpa makanan tambahan apapun dan melanjutkan sampai bayi berumur 2 tahun terutama pada ibu yang belum berpengalaman.

Ibu menyusui yang tidak berpengalaman cenderung akan menghadapi masalah kecil atau besar dalam menyesuaikan diri terhadap upaya menyusui. Keberhasilan atau kegagalan menyusui sebagian besar tergantung kepada tersedianya bantuan dan dukungan suami dan keluarga yang ada pada minggu awal (Bobak, 2016). Nasihat dari orang yang berpengalaman akan membantu keberhasilan menyusui. Bila ibu mendapatkan dukungan dari anggota keluarga, terutama suami atau pasangan, berpengaruh positif terhadap kepercayaan diri ibu dan ibu merasa mampu untuk menyusui (Rodrigues, 2013).

Menurut peneliti, hasil penelitian ini membuktikan bahwa peran suami berhubungan signifikan dengan kelancaran produksi ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Area Selatan tahun 2020. Peran suami pada istri saat masa menyusui memberikan dampak yang positif dalam meningkatkan kelancaran produksi ASI. Sebaliknya, istri yang suaminya kurang berperan pada masa menyusui dapat membuat terhambatnya produksi ASI, karena istri merasa kurang nyaman saat menyusui, terbebani psikologis karena merasa suami kurang memberikan andil dan merasa bahwa suami kurang memberikan perhatian pada dirinya selama masa menyusui. Kondisi beban psikologis tersebut dapat mempengaruhi terutama pada masa-masa awal persalinan membuat sehingga oleh hormon prolaktin dan oksitosin tidak dapat optimal.

Sebagian ibu yang merasa bahwa suami kurang berperan pada masa menyusui karena suami tidak mendampingi ibu pada saat ibu menyusui. Suami bahkan menganjurkan ibu agar memberi susu formula saja dibandingkan memberikan ASI saja pada bayinya. Suami tidak membantu ibu untuk mengganti popok / pampers jika bayi BAK/BAB. Suami tidak mencari informasi tentang cara menyusui yang benar, makanan yang harus dikonsumsi pada masa nifas/menyusui. Ada juga ibu yang mengatakan bahwa suaminya tidak membantu menyiapkan makanan untuk ibu selama menyusui, sehingga ibu

harus menyiapkan sendiri makanan karena suami berpandangan bahwa memasak dan urusan menyusui adalah urusan wanita. Bahkan ada ibu yang menyatakan bahwa suami tidak mengangkat atau mendekatkan bayi pada ibu jika bayi menangis sehingga ibu harus mendekat atau mengangkat bayinya sendiri untuk disusui.

SIMPULAN

Pengetahuan ibu nifas tentang konsumsi nutrisi berhubungan dengan kelancaran produksi ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Area Selatan tahun 2020, $p = 0,025 < 0,05$. Ibu yang berpengetahuan baik cenderung lancar produksi ASInya dibandingkan ibu yang berpengetahuan kurang.

Peran suami berhubungan dengan kelancaran produksi ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Area Selatan tahun 2020, $p = 0,001 < 0,05$. Suami yang berperan baik selama masa ibu nifas/menyusui membuat produksi ASI ibu lancar dibandingkan dengan suami yang kurang berperan pada masa nifas/ menyusui.

SARAN

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan bagi Puskesmas Medan Area Selatan dalam meningkatkan pelayanan kesehatan dengan memberikan pelayanan konseling atau pendidikan kesehatan pada calon ibu atau pada ibu masa nifas/menyusui untuk meningkatkan pengetahuan tentang konsumsi nutrisi sehingga produksi ASI meningkat dan lancar. Ibu dapat meminta suami untuk meminta dukungan selama masa nifas/ menyusui dengan berperan aktif memberikan bantuan yang dapat membuat ibu nifas/menyusui menjadi lebih nyaman sehingga dapat memperlancar produksi ASI.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, N., Yunitasari, E., & Armini, N. K. A. (2015). *Hubungan Dukungan Suami Dengan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Senori Kabupaten Tuban*. Program Studi S1 Pendidikan Ners Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.
- Arif, N. (2018). *Panduan Ibu Cerdas (ASI dan Tumbuh Kembang Bayi)* (Cetakan 2). Yogyakarta: MedPress.
- Arikunto, S. (2015). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ferial, E. W. (2016). *Biologi Reproduksi* (Cetakan 2). Jakarta: Erlangga.
- Firdausi, F. W. D. A. (2016). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Terhadap*

- Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Produksi Asi Post Partum*. Universitas Syiah Kuala.
- Hani, R. U. (2014). *Hubungan Dukungan Suami terhadap Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Primipara di Wilayah Kerja Puskesmas Pisangan*. Prodi Ilmu Keperawatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Katuuk, M. (2018). Hubungan Pengetahuan Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Ruang Dahlia RSD Liun Kendaghe Tahuna Kabupaten Kepulauan Sangihe. *E-Journal Keperawatan (e-Kp)*, 6(1), 1–8.
- Keraf, A. S., & Dua, M. (2016). *Ilmu Pengetahuan, Sebuah Tinjauan Filosofis* (Cetakan 3). Yogyakarta: Kanisius.
- Kusumayanti, N., & Nindya, T. S. (2018). Hubungan Dukungan Suami Dengan Pemberian ASI Eksklusif Di Daerah Perdesaan. *Media Gizi Indonesia*, 12(2), 98–106. <https://doi.org/10.20473/mgi.v12i2.98-106>
- Megalestari, G. S. (2020). *Hubungan Pengetahuan Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Rumah Sakit Tingkat III Robert Wolter Monginsidi Teling*. Universitas Katolik De La Salle.
- Mentari, K. C. (2019). *Hubungan Peran Suami melalui Breastfeeding Father dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Cakru Kabupaten Jember*. Fakultas Keperawatan Universitas Negeri Jember.
- Prasetyono, D. S. (2017). *Buku Pintar ASI Eksklusif* (Cetakan 2). Yogyakarta: Diva Press.
- Prijatni, I. (2018). Peran Suami dalam Mendukung Kelancaran Pengeluaran ASI dengan Pijat Oxytocin. *Jurnal IDAMAN (Induk Pemberdayaan Masyarakat Pedesaan)*, 1(1), 10–13. [https://doi.org/10.31290/j.idaman.v\(1\)i\(1\)y\(2017\).page:10-13](https://doi.org/10.31290/j.idaman.v(1)i(1)y(2017).page:10-13)
- Rochmah, K. M., Vasra, E., & Dahliana. (2016). *Panduan Belajar Asuhan Neonatus, Bayi, dan Balita* (Cetakan 2). Jakarta: EGC.
- Rodrigues, A. P. (2013). Factors those influence in self efficiency of breastfeeding. *International Breastfeeding Journal*, 7(5), 1–10.