



Available online at www.e-journal.ibi.or.id

ANALISIS MANAJEMEN NUTRISI MENYUSUI TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BARA – BARAYA KOTA MAKASSAR

1Firawati, 2Jamila Kasim

Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta

1Kebidanan, Program Studi DIII Kebidanan, STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Indonesia

2Keperawatan, Program Studi DIII Keperawatan, STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Indonesia

Email: Firawati@stikesnh.ac.id

Email: Jamila@stikesnh.ac.id

Submitted 20 October 2023, Accepted 20 October 2023

Available online 30 Desember 2023

ABSTRAK

Menyusui adalah sumber nutrisi optimal bagi sebagian besar bayi, makanan paling utama yang dibutuhkan bayi adalah Air Susu Ibu (ASI) karena kandungan ASI dengan zat gizi yang tinggi yang dibutuhkan bayi dalam masa pertumbuhan dan perkembangan, pada tahun 2019, sebagian besar (83,2%) mulai menerima ASI, dan 24,9% menerima ASI eksklusif Tujuan Penelitian ini untuk menganalisis Manajemen Nutrisi Ibu Menyusui Terhadap Peningkatan Produksi ASI di Wilayah Kerja puskesmas bara – baraya kota makassar . Pengambilan sampel menggunakan tehnik *accidental sampling*, sebanyak 46 orang sampel, Pengumpulan data menggunakan *Quesioner*. Hasil Penelitian didapatkan bahwa dari 46 responden, diketahui hasil uji statistik dengan *Wilcoxon* diperoleh nilai $p = (0,028) < \alpha (0,05)$, maka *Hipotesis alternatif (Ha)* diterima sehingga dapat disimpulkan Bahwa Ada Hubungan Manajemen Nutrisi pada Ibu Menyusui Terhadap Peningkatan Produksi Asi. Saran bagi tenaga kesehatan agar berperan aktif dalam melakukan edukasi kepada ibu untuk meningkatkan manajemen nutrisi.

Kata kunci: Manajemen Nutrisi Ibu Menyusui, Peningkatan Produksi ASI

ABSTRACT

Breastfeeding is an optimal source of nutrition for most babies, the most important food that babies need is breast milk (ASI) because breast milk contains high nutrients that babies need during growth and development, in 2019, the majority (83.2 %) began to receive breast milk, and 24.9% received exclusive breast milk. The aim of this research is to analyze the nutritional management of breastfeeding mothers towards increasing breast milk production in the working area of the Baraya Health Center, Makassar City. Sampling used the Accidental Sampling technique, a total of 46 samples. Data collection used a questionnaire. The research results show that from 46 respondents, the results of the Wilcoxon statistical test obtained a p value = (0.028) < α (0.05), so the alternative hypothesis (Ha) was accepted so it can be concluded that there is a relationship between nutritional management in breastfeeding mothers and increasing breast milk production. . Suggestions for health workers to play an active role in educating mothers to improve nutritional management.

Keywords: Nutrition Management for Breastfeeding Mothers, Increasing Breast Milk Production

PENDAHULUAN

Menyusui adalah sumber nutrisi optimal bagi sebagian besar bayi (1) Makanan paling utama yang dibutuhkan bayi adalah Air Susu Ibu (ASI) karena kandungan ASI dengan zat gizi yang tinggi yang dibutuhkan bayi dalam masa pertumbuhan dan perkembangan, sehingga dikenal dengan sebutan sebagai periode emas jika kebutuhan bayi terpenuhi namun sebaliknya jika ibu tidak mampu memenuhi kebutuhan bayi maka kemungkinan dianggap sebagai periode kritis (2), pada usia 30 menit bayi harus disusukan pada ibunya, bukan untuk pemberian nutrisi tetapi untuk belajar menyusui atau membiasakan menghisap puting susu dan juga guna mempersiapkan ibu untuk mulai memproduksi ASI (3) ASI Eksklusif memiliki kontribusi yang besar terhadap tumbuh kembang dan daya tahan tubuh anak.

Anak yang diberi ASI Eksklusif akan tumbuh dan berkembang secara optimal dan tidak mudah sakit (4). Terdapat perbedaan jenis kelamin dalam komposisi tubuh yang dimulai pada masa kanak-kanak dan berlanjut hingga remaja (5) Makanan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi ibu menyusui untuk mendapatkan kecukupan nutrisi bagi bayi.

Ibu yang mengonsumsi makanan yang bergizi selama menyusui maka produksi ASI akan baik (6) karena makanan ibu menyusui mengandung kadar protein, lemak, mineral, air dan karbohidrat dengan frekuensi tertentu selama masa menyusui (7). pentingnya ASI eksklusif selain sebagaimana kebutuhan pokok pada bayi juga dapat meningkatkan kecerdasan, meningkatkan jalinan kasih sayang, sehingga perlu teknik untuk memperbanyak produksi ASI seperti perawatan yang dilakukan terhadap payudara atau *breast care*, senam payudara, pemijatan payudara dan pijat oksitosin (8) sehingga manajemen nutrisi terpenuhi. Persentase bayi yang mendapat inisiasi pemberian ASI dihitung secara keseluruhan dan berdasarkan ras/etnis ibu di tingkat nasional, negara bagian (1). Berdasarkan data WHO

(2016), antara tahun 2007 dan 2014, cakupan global ASI eksklusif hanya sekitar 36%. Pada tahun 2016, bayi yang berusia dibawah setengah tahun yang diberi ASI eksklusif di Indonesia adalah 29,5%, (Yusrima Syamsina Wardani, dkk, 2021) pada tahun 2019, sebagian besar (83,2%) mulai menerima ASI, dan 78,6% menerima ASI apa pun pada usia 1 bulan.

Pada usia 6 bulan, 55,8% bayi menerima ASI apa pun dan 24,9% menerima ASI eksklusif data menunjukkan bahwa sebagian besar bayi mulai menyusui, dan banyak yang masih menerima ASI pada usia 6 bulan (9). di Sulawesi Selatan ibu yang menyusui bayinya kurang dari satu jam setelah lahir, sebagian besar menyusui dilakukan selama enam jam pertama kelahiran bayi, meskipun 11,1% dilakukan setelah 48 jam. (Hernikeyanti. dkk, 2014).

Berdasarkan data yang diporelasi dari Wilayah Kerja Puskesmas Bara-Baraya, jumlah Ibu menyusui bayi umur 0-12 bulan sebanyak 246, di dapatkan pada tahun 2020 di bulan Mei sampai Desember sebanyak 128, dan tahun 2021 dari bulan Januari sampai Mei sebanyak 113.

Dari data diperoleh masih ada sebagian ibu yang memberikan ASI namun belum sesuai dengan manajemen pemberian ASI, penurunan yang terus-menerus dalam jumlah pemberian ASI eksklusif dari bulan ke bulan menunjukkan bahwa keluarga yang menyusui mungkin memerlukan sistem dukungan yang lebih kuat untuk mencapai tujuan mereka sehingga perlunya diberikan pemahaman kepada ibu tentang upaya peningkatan manajemen nutrisi agar dapat menyusui dan menghasilkan ASI yang lancar agar kebutuhan bayi terpenuhi., kebutuhan untuk mengembangkan strategi tambahan untuk mendukung ibu menyusui, mereka merasa tidak dapat menghasilkan cukup ASI untuk anaknya pada tahap tertentu, dengan hampir 1 dari 5 ibu berhenti

menyusui karena kekhawatiran akan pasokan ASI mereka (10)Melihat kondisi dan data peneliti tertarik untuk mengetahui lebih mendalam tentang hubungan manajemen nutrisi ibu menyusui terhadap peningkatan produksi ASI di wilayah kerja Puskesmas Bara-Baraya Kota Makassar

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode survei, dengan pendekatan *Cross Sectional* dengan menggunakan questioner, data primer di peroleh berdasarkan hasil jawaban responden selanjutnya di Analisa bivariat dan univariat, Adapun jumlah sampel sebanyak 46 responden

HASIL PENELITIAN

1. Analisis Univariat

Tabel 1.1
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Data Demografi
di Wilayah Kerja Puskesmas Bara-Baraya Kota Makassar

Umur	Frekuensi (n)	Presentase (%)
19 - 25 Tahun	15	32.6
26 - 35 Tahun	17	37.0
36 - 50 Tahun	14	30.4
Penghasilan/Bulan		
< Rp. 500.000	15	32.6
Rp. 500.000 - 1.000.000	27	58.7
> Rp. 1.000.000	4	8.7
Pendidikan		
SD	5	10.9
SMP	7	15.2
SMA/SMK	27	58.7
Pekerjaan		
Ibu rumah tangga	44	95.7
Karyawan swasta	2	4.3
Jumlah Anak		
> 5 Anak	4	8.7
4 Anak	8	17.4
3 Anak	7	15.2
2 Anak	16	34.8
1 Anak	11	23.9
Umur Bayi Responden		
1 - 6 Bulan	25	54.3

7 - 12 Bulan	21	45.7
Manajemen Nutrisi Ibu dalam Menyusui		
Kurang	19	41.3
Cukup	27	58.7
Peningkatan Produksi Asi Ibu		
Kurang	8	17.4
Cukup	38	82.6

Berdasarkan Tabel 1.1 menunjukan bahwa dari 46 responden, distribusi frekuensi Umur diperoleh 15 responden (32.6%) memiliki rentang umur 19-25 tahun, 17 responden (37.0%) memiliki rentang umur 26-35 tahun, dan 14 responden (30.4%) memiliki rentang umur 36-50 tahun. Distribusi frekuensi dalam penghasilan/bulan diperoleh 15 responden (32.6%) memiliki penghasilan/bulan dibawah Rp. 500.000, 27 responden (58.7%) memiliki penghasilan/bulan dengan rentang Rp. 500.00 – 1.000.000, dan 4 responden (8.7%) memiliki penghasilan/bulan diatas Rp. 1.000.000, Berdasarkan distribusi frekuensi pendidikan diperoleh 5 responden (10.9%) berpendidikan SD, 7 responden (15.2%) berpendidikan SMP, 27 responden (58.7%) berpendidikan SMA/SMK dan 7 responden (15.2%) berpendidikan Perguruan tinggi, Berdasarkan distribusi frekuensi pekerjaan responden diperoleh 44 responden (95.7%) berstatus pekerjaan sebagai Ibu rumah tangga dan 2 responden (4.3%) berstatus pekerjaan sebagai Karyawan swasta, distribusi frekuensi jumlah anak responden diperoleh 4 responden (8.7%) memiliki anak >5, 8 responden (17.4%) memiliki 4 anak, 7 responden (15.2%)

memiliki 3 anak, 16 responden (34.8%) memiliki 2 anak dan 11 responden (27.9%) memiliki 1 anak, distribusi frekuensi Umur bayi responden diperoleh 25 responden (54.3%) memiliki rentang umur bayi 1-6 bulan, dan 21 responden (45.7%) memiliki rentang umur bayi 7-12 bulan, distribusi frekuensi manajemen nutrisi ibu dalam menyusui diperoleh 19 responden (41.3%) memiliki manajemen nutrisi dalam menyusui kurang, dan 27 responden (58.7%) memiliki manajemen nutrisi dalam menyusui cukup dan distribusi frekuensi dalam peningkatan produksi Asi pada Ibu diperoleh 8 responden (17.4%) kurang dalam peningkatan memproduksi Asi, dan 38 responden (82.6%) cukup dalam peningkatan memproduksi Asi.

2. Analisis Bivariat

Untuk melihat pengaruh manajemen nutrisi Ibu menyusui terhadap peningkatan ibu dalam memproduksi Asi di wilayah kerja Puskesmas Bara-Baraya Kota Makassar. Adapun hasil uji normalitas *Wilcoxon* dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$ sebagai berikut :

Tabel 1.2
Pengaruh Manajemen Nutrisi Ibu Menyusui terhadap Peningkatan Produksi Asi di Wilayah Kerja Puskesmas Bara-Baraya Kota Makassar

		Ranks		Sum of Ranks	Z	P -Value
		n	Mean Rank			
Peningkatan produksi Asi -	<i>Negative Ranks</i>	7 ^a	13.00	91.00		
Nutrisi ibu menyusui	<i>Positive Ranks</i>	18 ^b	13.00	234.00	-2.200 ^b	0.028
	<i>Ties</i>	21 ^c				
	Total	46				

Sumber : Data Primer, 2023

- a. Peningkatan produksi Asi < Nutrisi ibu menyusui
- b. Peningkatan produksi Asi > Nutrisi ibu menyusui
- c. Peningkatan produksi Asi = Nutrisi ibu menyusui
- d. Wilcoxon Signed Ranks Test
- e. Based on negative ranks

Dari Tabel 1.2 diatas, dapat diketahui hasil uji statistik dengan *Wilcoxon* diperoleh nilai $p = (0,028) < \alpha (0,05)$, maka hipotesis alternatif (H_a) diterima.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukan bahwa dari 46 responden, dapat diketahui hasil uji statistik dengan *Wilcoxon* diperoleh nilai $p = (0,028) < \alpha (0,05)$, maka hipotesis alternatif (H_a) diterima artinya bahwa Ada pengaruh manajemen nutrisi pada Ibu menyusui terhadap peningkatan Produksi Asi. Hal ini didukung berdasarkan data demografi berdasarkan Usia yang masih produktif, dengan penghasilan yang cukup dimana anak yang terlahir dengan dengan kondisi ekonomi yang baik lebih memperhatikan terkait status gizi dan kemampuan keluarga mendapat pelayanan kesehatan yang lebih baik bila dibandingkan dengan anak yang terlahir dikonsisi ekonomi yang kurang mencukupi (11) begitu halnya dengan pendidikan yang dimiliki seseorang, dimana seseorang yang memiliki pendidikan tinggi diharapkan memiliki wacana, pengetahuan yang baik sehingga terbentuk sikap dan perilaku yang positif dapat

meningkatkan kesadaran dan kemampuan dalam menejemen diri dan waktu serta manajemen laktasi sehingga produksi ASI lancar dan mampu memaksimalkan pemberian asi eksklusif, Pekerjaan ibu erat kaitannya dengan ketersediaan waktu ibu untuk bersama dengan bayinya, ibu tidak bekerja memiliki waktu luang lebih banyak bersama bayinya(12), begitu halnya dengan jumlah anak semakin banyak anak yang dimiliki maka berpengaruh terhadap pengalaman ibu dalam manajemen ASI, (11). Memberikan ASI eksklusif kepada bayi selama enam bulan pertama kehidupannya, diikuti dengan pengenalan makanan lain secara bertahap dan terus memberikan ASI hingga usia dua tahun atau lebih dapat meningkatkan system kekebalan tubuh pada bayi (13) Makanan dan minuman yang biasa dikonsumsi sebagai galaktagog, produksi ASI dan tingginya

efikasi diri menyusui pada ibu yang memberikan ASI eksklusif (13) namun masih ada hambatan dalam pemberian ASI, dan masih terdapat disparitas dalam hal durasi menyusui dan tingkat eksklusivitas menyusui berdasarkan ras, etnis, dan status sosial ekonomi(14). Pemberian ASI eksklusif merupakan standar emas dalam pemberian makanan pada bayi karena dapat mendorong pertumbuhan dan perkembangan yang adekuat, status gizi yang baik, dan perkembangan psikologis yang sesuai. Selain itu, karena komposisi khusus ASI dalam zat bioaktif dan imunogenik, ASI secara efektif melindungi terhadap berbagai penyakit menular, terutama pneumonia dan infeksi saluran pernafasan lainnya, diare, dan proses alergi. Selain itu, menyusui meningkatkan hubungan psiko-afektif ibu-anak yang optimal dan memiliki biaya yang sangat rendah(15) Bantuan kesehatan dari bidan, tempat bersalin, usia perkawinan dan dukungan keuangan keluarga merupakan model menyusui yang menjelaskan keberhasilan inisiasi menyusui dini. Melahirkan di rumah dikaitkan dengan peningkatan inisiasi menyusui dini. Pengetahuan yang baik tentang inisiasi menyusui dini tidak menjamin pelaksanaannya secara tepat namun pengetahuan yang akurat diperlukan setidaknya untuk meningkatkan niat dan kemampuan untuk melaksanakan niat tersebut pada saat melahirkan. Dukungan sosial yang positif diperlukan dari keluarga dan kerabat untuk memberikan kebebasan bertindak dan rasa percaya diri dalam mengasuh anak serta mengurangi beban fisik dan psikologis dari peran ibu (16), dan merupakan konsensus ilmiah yang luas, memberikan perlindungan bagi kesehatan bayi selama minggu-minggu pertama kehidupannya Ini adalah dampak jangka pendek atau menengah yang perlu ditingkatkan oleh ibu(17) merupakan factor pendukung dalam manajemen peningkatan nutrisi pada bayi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa Ada pengaruh manajemen nutrisi pada Ibu menyusui terhadap peningkatan Produksi Asi di Wilayah Kerja Puskesmas Bara-Baraya Kota Makassar.

SARAN

Sangat diharapkan adanya tindak lanjut dari tenaga kesehatan agar dapat memberikan motivasi dan pemahaman kepada ibu post partum mengenai manfaat dan hal-hal mudah dilakukan untuk meningkatkan manajemen nutrisi agar dapat meningkatkan produksi ASI.

DAFTAR PUSTAKA

1. Chiang K V, Li R, Anstey EH, Perrine CG. 207 Morbidity and Mortality Weekly Report Racial and Ethnic Disparities in Breastfeeding Initiation-United States, 2019. 2021;70(21). Available from: https://www.cdc.gov/mmwr/mmwr_continuingEducation.html
2. Mahardhika F, Malonda NS., Kapantow NH. Hubungan Antara Usia Pemberian Makanan Pendamping Asi (MP-ASI) Pertama Kali dengan Status Gizi Anak Usia 6-12 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Kombos Kota Manado. Fak Kesehat Masy Univ Sam Ratulangi. 2018;7(3):1-7.
3. Adam A, Bagu AA, Sari NP. Pemberian Inisiasi Menyusu Dini Pada Bayi Baru Lahir. J Kesehat Manarang. 2016;2(2):76.
4. Irawan J. Hubungan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) dan pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif DI RSUD Wangaya. Skala Husada [Internet]. 2018;5(1):1-7. Available from: <http://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JSH/article/download/218/89>
5. Oluwagbemigun K, Buyken AE,

- Alexy U, Schmid M, Herder C, Nöthlings U. Developmental trajectories of body mass index from childhood into late adolescence and subsequent late adolescence-young adulthood cardiometabolic risk markers. *Cardiovasc Diabetol* [Internet]. 2019;18(1):1–14. Available from: <https://doi.org/10.1186/s12933-019-0813-5>
6. Niar A, Dinengsih S, Siauta J. Factors Affecting the Production of Breast Milk Breastfeeding Mother at Harifa RSB, Kolaka District Southeast Sulawesi Province. *J Kebidanan Midwifery*. 2021;7(2):10–9.
 7. Yuliani F, Politeknik D, Majapahit K. Perilaku Pantang Makan Pada Ibu Nifas di BPS"A Balongtani Jabon Sidoardjo. *Hosp Majapahit*. 2011;3(1):54–73.
 8. Heni Setyowati, Ari Andayani W. Perbedaan Peoduksi ASI Pada Ibu Post Partum setelah Pemebrian Pijat Oksitosin. *J Keperawatan Soedirman*. 2015;10(3):188–95.
 9. Kuehn B. Breastfeeding Report Card. *Jama*. 2018;320(14):1426.
 10. McBride GM, Stevenson R, Zizzo G, Rumbold AR, Amir LH, Keir AK, et al. Use and experiences of galactagogues while breastfeeding among Australian women. *PLoS One* [Internet]. 2021;16(7 July):1–15. Available from: <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0254049>
 11. Sari YW, Astuti IT, Khasanah NN. The relationship between nutrition management and the incidence of stunting aged 24-59 months Bandarharjo Semarang city. *J Ilm Sultan Agung*. 2022;(September):341–51.
 12. Widiastuti YP, Jati RP. Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Dengan Operasi Sesar. *J Keperawatan dan Kesehat Masy Cendekia Utama*. 2020;9(3):282.
 13. Shawahna R, Saleh R, Owiwi L, Abdi A, Bani-Odeh D, Maqboul I, et al. Breastmilk cadmium levels and estimated infant exposure: a multicenter study of associated factors in a resource-limited country. *Int Breastfeed J* [Internet]. 2023;18(1):1–9. Available from: <https://doi.org/10.1186/s13006-023-00574-0>
 14. Ryan RA, Hepworth AD, Lyndon A, Bihuniak JD. Use of Galactagogues to Increase Milk Production Among Breastfeeding Mothers in the United States: A Descriptive Study. *J Acad Nutr Diet* [Internet]. 2023;123(9):1329–39. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.jand.2023.05.019>
 15. Plaza-Diaz J, Ruiz-Ojeda FJ, Morales J, de la Torre AIC, García-García A, de Prado CN, et al. Effects of a Novel Infant Formula on Weight Gain, Body Composition, Safety and Tolerability to Infants: The INNOVA 2020 Study. *Nutrients*. 2023;15(1):1–20.
 16. Syam A, Syafar M, Amiruddin R, Muzakkir, Darwis, Darmawan S, et al. Early breastfeeding initiation: Impact of socio-demographic, knowledge and social support factors. *Pakistan J Nutr*. 2017;16(4):207–15.
 17. Boquien CY. Human milk: An ideal food for nutrition of preterm newborn. *Front Pediatr*. 2018;6(October):1–9.