

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI KELANCARAN ASI PADA
IBU MENYUSUI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
PEULIMBANG KABUPATEN BIREUEN
TAHUN 2024**

*Factors Affecting The Effect Of Breastfeeding Mother's Breastfeeding Mother In
The Working Area Of The Peulimbang Health Center
Bireuen District
Year 2024*

Nurjannah*¹, Yuswita*²

¹Dosen Akademi Kebidanan Munawarah, Jl. Sultan Iskandar Muda No.18 Kota Juang, Bireuen 24251, Indonesia

²Dosen Progam Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Almuslim Bireuen-Aceh, Jalan Almuslim, Matangglumpangdua, Paya Cut, Peusangan, Kabupaten Bireuen, Aceh 2426, Indonesia

*Korespondensi Penulis : nurjannahbireun@gmail.com¹Yuswita.05@gmail.com²

Abstrak

Air susu ibu (ASI) adalah makanan bayi yang paling penting, terutama pada bulan-bulan pertama kehidupan bayi. ASI juga merupakan nutrisi alamiah bagi bayi karena mengandung kebutuhan energi dan zat yang dibutuhkan selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor faktor yang mempengaruhi kelancaran Asi pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen tahun 2024.

Desain penelitian yang digunakan adalah *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini seluruh ibu menyusui sebanyak 43 orang dan sampel yang diambil dengan menggunakan *total population* yaitu sebanyak 43 orang. Metode pengumpulan data yaitu data primer, sekunder dan tersier. Analisa data yang digunakan yaitu analisis univariat dan bivariat dengan uji *chi-square*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan dengan nilai *sig-p* $0,003 < 0,05$), teknik menyusui dengan nilai *sig-p* $0,011 < 0,05$, pengaruh stress dengan nilai *sig-p* $0,002 < 0,05$ dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Menyusui.

Kesimpulan dalam penelitian ini menunjukkan hasil ada hubungan pengetahuan, teknik menyusui, dan stress memiliki hubungan dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu menyusui. Sebagai bahan masukan dan informasi kepada masyarakat khususnya ibu menyusui dalam penerapan ilmu kesehatan serta untuk menambah informasi bagi Wilayah Kerja Puskesmas untuk meningkatkan perilaku ibu dalam meningkatkan kelancaran Asi.

Kata Kunci : Pengetahuan, Teknik Menyusui, Stress, Kelancaran ASI.

ABSTRACT

Mother's milk (ASI) is the most important baby food, especially in the first months of a baby's life. Breast milk is also a natural nutrition for babies because it contains the energy and substances needed during the first six months of a baby's life. The aim of this research is to determine the factors that influence the smooth flow of breast milk for breastfeeding mothers in the Peulimbang Community Health Center Work Area, Bireuen Regency in 2024.

The research design used was Cross Sectional. The population in this study were all 43 breastfeeding mothers and the sample taken using the total population was 43 people. Data collection methods are primary, secondary and tertiary data. The data analysis used was univariate and bivariate analysis with the chi-square test.

The results of the research show that knowledge with a sig-p value of $0.003 < 0.05$, breastfeeding techniques with a sig-p value of $0.011 < 0.05$, the influence of stress with a sig-p value of $0.002 < 0.05$ on the smooth production of breast milk in breastfeeding mothers.

The conclusion in this study shows that there is a relationship between knowledge, breastfeeding techniques and stress with the smooth flow of breast milk in breastfeeding mothers. As input and information to the public, especially breastfeeding mothers, in the application of health science and to add information to the Puskesmas Work Area to improve maternal behavior in increasing the smooth flow of breastfeeding.

Keywords: Knowledge, Breastfeeding Techniques, Stress, Smooth Breastfeeding.

PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) adalah makanan bayi yang paling penting, terutama pada bulan-bulan pertama kehidupan bayi. ASI juga merupakan nutrisi alamiah bagi bayi karena mengandung kebutuhan energi dan zat yang dibutuhkan selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Namun, adakah seseorang ibu mengalami masalah dalam pemberian ASI, salah satu kendalanya adalah posisi menyusui yang tidak benar, dan cara perawatan pada payudara. Masalah kesehatan pada ibu pasca persalinan menimbulkan dampak yang dapat meluas ke berbagai aspek kehidupan dan menjadi salah satu parameter kemajuan bangsa dalam penyelenggaraan pelayanan kesehatan kepada masyarakat yang menyangkut dengan Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB). Menurut WHO 81% AKI akibat komplikasi selama hamil dan bersalin, dan 25% selama masa nifas (WHO, 2019).

Periode masa nifas yang berisiko terhadap komplikasi pasca persalinan terutama terjadi pada periode 3 hari pertama setelah melahirkan. Cakupan pelayanan kesehatan nifas periode 3 hari pertama setelah melahirkan bervariasi menurut provinsi yaitu tertinggi di DI Yogyakarta (93,5%) dan terendah di Papua (54,9%) sedangkan Sumatera Utara berkisar 85%. Kelahiran yang mendapat pelayanan kesehatan *post partum* secara lengkap di Indonesia yang meliputi KF1 81,9%, KF2 51,8% dan KF3 43,4%, serta KF lengkap hanya sekitar 32,1% (Kemenkes, 2018 dikutip dari Banudi, 2020).

ASI merupakan makanan alamiah yang pertama dan utama bagi bayi baru lahir. ASI dapat memenuhi kebutuhan bayi akan energi dan gizi selama 6 bulan pertama kehidupannya, sehingga dapat mencapai tumbuh kembang yang optimal. Selain sebagai sumber energi dan gizi, pemberian ASI juga merupakan juga media untuk menjalin hubungan psikologi antara ibu dan bayinya. Hubungan ini akan mengantarkan kasih sayang dan perlindungan ibu dan bayinya serta memikat kemesraan bayi terhadap ibunya, sehingga terjalin hubungan harmonis yang erat (Endriyani, 2020).

Data *World Health Organization* (WHO) terbaru pada tahun 2020 masih menunjukkan rata-rata angka pemberian ASI eksklusif di dunia baru berkisar 38 persen. Di Indonesia meskipun sejumlah besar perempuan (96%) menyusui anak. Dan di Amerika Serikat persentase perempuan menyusui yang mengalami bendungan ASI rata-rata mencapai 87,05% atau sebanyak 8242 ibu nifas dari 12.765 orang, pada tahun 2018 ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 7198 orang dari 10.764 orang dan pada tahun 2019 terdapat ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 6543 orang dari 9.862 orang.

Data *Association of South East Asia Nation* (ASEAN) pada tahun 2018 menyimpulkan bahwa presentase cakupan kasus bendungan ASI pada ibu nifas tercatat 107.654 ibu nifas, pada tahun 2019 terdapat ibu nifas yang mengalami bendungan ASI sebanyak 95.698 orang, serta pada tahun 2020 ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 76.543 orang. Hal ini disebabkan karena peningkatan pemberian ASI masih relatif rendah. (Jannah, M, 2018)

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2020 Cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia tersebut masih di bawah target sehat. Persentase bayi usia kurang dari 6 bulan yang di *recall*, dari 3.196.303 sasaran bayi kurang dari 6 bulan terdapat 2.223.564 bayi usia kurang mendapat ASI eksklusif tercapai 66,1%. Capaian indikator persentase bayi usia kurang 6 bulan yang mendapatkan ASI Eksklusif sudah memenuhi target tahun 2020, yaitu sebesar 40% atau persentase pencapaian kinerja sebesar 162,25%. (Khair Anwar, 2021)

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia per tanggal 22 Oktober 2021, angka kematian bayi berusia di bawah lima tahun (balita) di Indonesia mencapai 28.158 jiwa pada 2020. dari jumlah itu, sebanyak 20.266 balita (71,97%) meninggal dalam rentang usia 0-28 hari (neonatal). sebanyak 5.386 balita (19,13%) meninggal dalam rentang usia 29 hari-11 bulan (post Neonatal). sedangkan angka kesakitan pada bayi (per 1000 balita) di Indonesia yang menderita pneumonia sebesar 20,06% hampir sama dengan tahun sebelumnya

20,56%. sedangkan jumlah bayi dan balita yang menderita diare sebanyak 4.274.790. dan penyakit campak sebanyak 8.429.

Ketidaklancaran ASI terjadi karena beberapa faktor diantaranya yaitu teknik yang salah dalam menyusui, puting susu terbenam, bayi tidak dapat menghisap puting dan aerola, ibu yang tidak menyusukan bayinya sesering mungkin atau bayi yang tidak aktif menghisap. (Wahyuningsih, 2018)

Bendungan air susu dapat terjadi pada hari ke- 2 atau ke-3 ketika payudara telah memproduksi air susu. Bendungan disebabkan oleh pengeluaran air susu yang tidak lancar, karena bayi tidak cukup untuk menyusui, produksi meningkat, terlambat menyusukan, hubungan dengan bayi (*bounding*) kurang baik, dan dapat pula karena adanya pembantasan waktu menyusui. Salah satu penyebab bendungan ASI yaitu puting susu yang terbenam (Taqiyah,2019).

Berdasarkan penelitian halina tahun 2018 mengatakan bahwa teknik menyusui yang tidak benar dapat mengakibatkan puting susu menjadi lecet dan ASI tidak keluar secara optimal sehingga mempengaruhi produksi ASI selanjutnya atau bayi enggan menyusu. Peneliti berasumsi dengan mencegah terjadinya puting lecet dapat mngurangi resiko terjadinya pembengkakan pada payudara, karena puting yang tidak lecet membuat ibu dan bayi mau menyusui dnegan nyaman sehingga tidak menghambat pengeluaran ASI. (Sarlis, N.P, 2020).

Selain itu stres juga bisa menghambat produksi ASI, karena stres dapat memperlambat pelepasan hormon oksitosin ke aliran darah, sehingga dapat mengganggu produksi ASI. penting bagi ibu untuk mengelola stres dengan baik, kondisi fisik dan psikologi ibu juga bisa menyebabkan terhambatnay proses pengeluaran ASI.

Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan peneliti di wilayah Kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen dengan mewawancarai 8 orang ibu nifas diperoleh hasil ada 6 orang ibu menyusui yang menyatakan ASI tidak lancar. Berdasarkan hasil wawancara langsung dengan responden diketahui bahwa responden pengetahuan ibu tentang posisi menyusui yang kurang, responden juga mengalami puting susu yang lecet karena posisi menyusui yang tidak benar, dan responden yang menyatakan bahwa tidak tahu untuk melakukan perawatan pada payudara yang benar, sehingga ASI keluar tidak lancar.

Hal ini merupakan suatu masalah sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kelancaran ASI pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen Tahun 2024.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode survei analitik dengan pendekatan *cross sectional* yang tujuannya untuk mengetahui faktor- faktor yang mempengaruhi kelancaran ASI pada ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen Tahun 2024 dengan melakukan pengukuran variabel bebas (*independent*) dan variabel terikat (*dependent*) secara bersamaan.

Penelitian ini akan dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen. Penentuan lokasi ini berdasarkan studi pendahuluan mengenai kasus terjadinya ketidاكلancaran ASI yang diketahui bahwa ada ditemukan beberapa ibu menyusui yang ASInya tidak lancar.

Populasi merupakan seluruh subjek yang akan diteliti dan memenuhi karakteristik yang ditentukan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui usia bayi 0-2 tahun dari Bulan Juni sampai Juli tahun 2024 di wilayah kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen yaitu sebanyak orang 43 orang.

Sampel merupakan sebagian dari populasi yang diharapkan dapat mewakili atau representatif populasi. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh populasi dijadikan sampel (*total population*) yaitu sebanyak 43 orang.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik responden terdiri dari pengetahuan ibu, tehnik menyusui, pengaruh stress. Data dikumpulkan kemudian di analisa dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi seperti dibawah ini :

a. Pengetahuan

Tabel 1. *Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan yang memengaruhi kelancaran Asi pada ibu menyusui di wilayah kerja puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen tahun 2024*

No	Pengetahuan	F	%
1	Baik	11	25,6
2	Cukup	13	30,2
3	Kurang	19	44,2
Total		43	100,0

Sumber : Data Primer (Diolah tahun 2024)

Berdasarkan tabel 1. dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi pengetahuan responden dengan pengetahuan yang baik sebanyak 11 responden (25,6%), responden dengan pengetahuan cukup sebanyak 13 responden (30,2%) sedangkan ibu dengan pengetahuan kurang sebanyak 19 responden (44,2%).

b. Tehnik Menyusui

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tehnik Menyusui yang memengaruhi kelancaran Asi pada ibu Menyusui di wilayah kerja puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen Tahun 2024

No	Tehnik Menyusui	f	%
1	Salah	23	53,5
2	Benar	20	46,5
Total		43	100,0

Sumber : Data Primer (Diolah tahun 2024)

Berdasarkan tabel 2. dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi menyusui responden yang salah sebanyak 23 responden (53,5%), sedangkan responden dengan tehnik menyusui yang benar sebanyak 20 responden (46,5%).

1. Pengaruh Stress

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tehnik Menyusui yang memengaruhi kelancaran Asi pada ibu Menyusui di wilayah kerja puskesmas peulimbang Kabupaten Bireuen Tahun 2024

No	Stress	f	%
1	Pernah	23	53,5
2	Tidak Pernah	20	46,5
Total		43	100,0

Sumber : Data Primer (Diolah tahun 2024)

Berdasarkan tabel 3. dapat dilihat bahwa distribusi pengaruh stress sebanyak 43 orang (100,0%), yang pernah mengalami stress sebanyak 23 responden (53,5%), sedangkan responden yang tidak pernah mengalami stress sebanyak 20 responden (46,5%).

2. Kelancaran ASI

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tehnik Menyusui yang memengaruhi kelancaran Asi pada ibu Menyusui di wilayah kerja puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen Tahun 2024

No	Kelancaran ASI	f	%
1	Ya	17	39,5
2	Tidak	26	60,5
Total		43	100,0

Sumber : Data Primer (Diolah tahun 2024)

Berdasarkan tabel 4. dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi yang ASI nya lancar sebanyak 17 responden (39,5%), sedangkan responden dengan ASI yang tidak lancar sebanyak 26 responden (60,5%).

Hasil bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (pengetahuan, tehnik menyusui, pengaruh stress) dan variabel dependen (kelancaran pengeluaran ASI pada ibu menyusui) yang dianalisis menggunakan uji statistik yang digunakan yaitu *chi-square*.

1. Hubungan Pengetahuan dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen Tahun 2024

Berdasarkan hasil penelitian tabulasi silang pengetahuan dengan kelancaran pengeluaran ASI dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5. Tabulasi Silang Pengetahuan dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen Tahun 2024

Pengetahuan	Kelancaran pengeluaran ASI pada ibu Menyusui				Jumlah		P (Sig)
	Lancar		Tidak Lancar		f	%	
	f	%	f	%			
Baik	17	40,5	4	9,5	21	50,0	
Cukup	7	16,7	11	61,1	19	42,9	
Kurang	0	0,0	3	7,1	3	7,1	0,03
Total	24	57,1	18	42,9	43	100	

Dari tabel 5. Diatas menunjukkan hasil tabulasi silang antara hubungan pengetahuan ibu dengan kelancaran ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen diketahui responden yang memiliki pengetahuan yang baik sebanyak 21 responden (50,0%), ibu dengan pengetahuan baik yang pengeluaran ASI lancar sebanyak 17 responden (40,5%), ibu dengan pengetahuan baik ASI tidak lancar sebanyak 4 responden (9,5%), responden yang berpengetahuan cukup sebanyak 19 responden (42,9%), ibu dengan pengetahuan cukup yang ASI nya lancar sebanyak 7 responden (16,7%), ibu yang pengetahuan cukup namun ASI tidak lancar sebanyak 11 responden (61,1%), sedangkan ibu dengan pengetahuan kurang yang

ASInya lancar sebanyak 0 responden (0,0), dan responden yang berpengetahuan kurang yang ASI tidak lancar sebanyak 3 responden (7,1%).

Hasil analisis bivariat menggunakan *Chi-Square* diperoleh *p-value* sebesar $0,003 < 0,05$ artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kelancaran pengeluaran Asi pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen Tahun 2024.

2. Hubungan Teknik Menyusui dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen Tahun 2024

Berdasarkan hasil penelitian tabulasi silang tehnik menyusui dengan kelancaran pengeluaran ASI dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 7. Tabulasi Silang Teknik Menyusui dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Peulimbang Kabupaten Bireuen 2024

No	Teknik Menyusui	Kelancaran Pengeluaran ASI				Total	%	P value
		Lancar		Tidak Lancar				
		f	%	f	%			
1.	Salah	13	30,2	10	23,3	23	53,5	0,011
2.	Benar	4	9,3	16	37,2	20	46,5	
Total		17	39,5	26	60,5	43	100,0	

Berdasarkan Tabel 7. menunjukkan bahwa dari 43 responden, diketahui terdapat 23 orang (53,5%) responden dengan teknik menyusui yang salah pengeluaran ASI lancar sebanyak 13 orang (30,2%) dan 10 orang (23,3%) pengeluaran ASI tidak lancar. Sedangkan responden dengan teknik menyusui yang benar sebanyak 20 responden (46,7%) pengeluaran ASI tidak lancar sebanyak 16 orang (33,3%) .

Hasil analisis bivariat menggunakan *Chi-Square* diperoleh *p-value* sebesar $0,011 < 0,05$ artinya terdapat hubungan yang signifikan antara tehnik menyusui dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen Tahun 2024.

3. Hubungan Pengaruh Stress dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen Tahun 2024

Berdasarkan hasil penelitian tabulasi silang pengaruh stress dengan kelancaran pengeluaran ASI dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 8. Tabulasi Silang Pengaruh Stress dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen Tahun 2024

No	Pengaruh Stress	Kelancaran Pengeluaran ASI				Total	%	P value
		Lancar		Tidak Lancar				
		f	%	f	%			
1.	Pernah	14	30,2	9	23,3	23	53,5	0,002
2.	Tidak Pernah	3	7,0	17	39,5	20	46,5	
Total		17	39,5	26	60,5	43	100,0	

Berdasarkan Tabel 8. menunjukkan bahwa dari 43 responden, diketahui terdapat 23 orang (53,5%) responden yang pernah merasakan stress pengeluaran ASI lancar sebanyak 14 orang (30,2%) dan 9 orang (23,3%) pengeluaran ASI tidak lancar. Sedangkan responden yang tidak pernah merasakan stress sebanyak 20 responden (46,7%) pengeluaran ASI tidak lancar sebanyak 17 orang (39,5%) .

Hasil analisis bivariat menggunakan *Chi-Square* diperoleh *p-value* sebesar $0,002 < 0,05$ artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pengaruh stress dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen Tahun 2024.

PEMBAHASAN

Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kelancaran Asi Pada Ibu Menyusui:
 Berdasarkan Hasil penelitian yang telah dilakukan di Wilayah Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen di dapatkan Hasil analisis bivariat menggunakan *Chi-Square* diperoleh *p-value* sebesar $0,003 < 0,05$ artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen Tahun 2024.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Riska dengan judul Faktor yang berhubungan dengan kelancaran Asi pada ibu postpartum di desa rantang tahun 2019, dari hasil penelitian menunjukkan bahwa, dari 16 responden berpengetahuan kurang tentang pemberian ASI mayoritas ASInya tidak lancar yaitu sebanyak 11 orang (36,7%) dan yang lancar hanya 5 orang (16,7%). Sedangkan dari 14 responden yang berpengetahuan baik, mayoritas Asinya lancar yaitu sebanyak 13 orang (43.3%) dan yang tidak lancar hanya 1 orang (3,3%). 61 Setelah dilakukan uji *chi square* didapatkan hasil *P value* 0.002 (23).

Menurut WHO, masa pemberian ASI diberikan secara eksklusif pada 6 bulan pertama, kemudian dianjurkan untuk tetap diberikan setelah 6 bulan bersamaan dengan makanan pendamping ASI sampai anak 2 tahun. ASI Eksklusif atau lebih tepat pemberian ASI Eksklusif adalah bayi hanya diberikan ASI saja, tanpa tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, pepaya, bubur susu, biskuit, bubur nasi, dan tim, pemberian ASI secara eksklusif ini dianjurkan untuk jangka waktu setidaknya selama 6 bulan (Masita, 2020).

Menurut asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan yaitu didapatkan bahwa ibu dengan pengetahuan kurang lebih dominan mengalami kelancaran pengeluaran ASI tidak lancar sebanyak 3 responden (7,1%), hal itu bisa terjadi karena jika dilihat dari pengetahuan ibu yang kurang akan lebih sulit dan tidak akan paham bagaimana seharusnya dalam menjaga kesehatan dan nutrisi untuk kelancaran pengeluarannya dibandingkan dengan ibu yang berpengetahuan baik akan lebih paham dan mengerti bagaimana cara perawatan payudara yang baik, teknik menyusui yang benar serta lebih baik dalam memberikan ASI pada bayinya dibandingkan dengan ibu yang berpengetahuan kurang.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di wilayah Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen didapatkan Hasil analisis bivariat menggunakan *Chi-Square* diperoleh *p-value* sebesar $0,011 < 0,05$ artinya terdapat hubungan yang signifikan antara tehnik menyusui dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen Tahun 2024.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh, Septi Kurniawati, dengan judul “Hubungan tehnik menyusui dengan produksi ASI pada ibu primipara tahun 2021” berdasarkan hasil uji *chi square* didapatkan *p value* yaitu 0,008 ($p < 0,05$) disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tehnik menyusui dengan produksi ASI pada ibu primipara.

Menurut sulistyowati Teknik menyusui yang benar adalah dengan cara memberikan ASI kepada bayi dengan posisi dan pelekatan ibu dan bayi dengan benar. Seorang ibu dengan bayi pertamanya mungkin akan mengalami berbagai masalah, hanya karena tidak mengetahui cara-cara yang sebenarnya sangat sederhana, seperti misalnya cara menaruh bayi pada payudara ketika menyusui, isapan bayi yang mengakibatkan puting terasa nyeri, dan masih banyak lagi masalah lainnya. Teknik menyusui yang benar diperlukan agar bayi dan ibu merasa nyaman dan bayi bisa memperoleh manfaat terbesar dari menyusui. Apabila bayi tidak melekat pada posisi yang benar bayi akan menarik, mengigit dan menyebabkan puting menjadi luka. Pelekatan adalah istilah yang digunakan untuk menyebut cara bayi menahan puting dalam mulutnya.

Menurut asumsi peneliti jika ibu menyusui dengan tehnik yang benar tentunya Asi semakin lancar keluar, karena perlekatan ataupun hisapan bayi yang benar. Jika tehnik menyusui tidak benar maka dapat menyebabkan putting susu menjadi lecet dan menjadikan ibu enggan untuk menyusui bayi dan apabila bayi jarang menyusu akan berakibat kurang baik, karena hisapan bayi sangat berpengaruh pada rangsangan produksi Asi.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen Tahun 2024, hasil analisis bivariat menggunakan *Chi-Square* diperoleh *p-value* sebesar $0,002 < 0,05$ artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pengaruh stress dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen Tahun 2024.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Visti Delvina (2022). “Faktor Yang Berhubungan Dengan Produksi Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui”. penelitian ini dilakukan dengan metode deskriptif analitik dengan pendekatan crosssectional pada tanggal 10 juli sampai 10 agustus 2021 di wilayah kerja Puskesmas Rimbo Data Tahun 2021. populasi dalam penelitian ini 45 orang, dan sampel dalam penelitian ini sebanyak 45 orang, hasil bivariate didapatkan makanan ibu ($p=0,0015$, OR=6), pemberian ASI ibu ($p=0,019$, OR=6), perawatan Payudara ibu (0,000, OR=3), pola istirahat ibu ($p=0,000$, OR=19), dukungan suami ($p=0,000$, OR=22). kesimpulan ada hubungan makanan ibu, pemberian ASI ibu, perawatan payudara ibu, pola istirahat ibu, dukungan suami dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui.

Stress adalah reaksi tubuh terhadap suatu perubahan. Pada ibu menyusui, reaksi ini mungkin saja terjadi akibat perubahan status baru menjadi ibu atau pengalaman kehamilan dan melahirkan yang baru dialami. Ibu menyusui dianjurkan tidak boleh stres karena bisa memengaruhi produksi ASI. Stres bisa membuat produksi ASI menurun. Let down *reflex* atau *milk ejection reflex* (MER) adalah reaksi alami yang terjadi di tubuh ibu saat bayi menyusu. Ketika bayi menempel pada payudara ibu dan mulai mengisap, ia mengirim pesan ke otak ibu untuk melepas hormon prolaktin dan oksitosin. Hormon inilah yang memproduksi ASI dan pelepasan ASI.

Menurut asumsi peneliti pengaruh akibat dari stress bisa menyebabkan ASI keluar tidak lancar karena pengaruh dari hormon yang dihasilkan pada saat stress bisa menghambat keluarnya ASI pada ibu menyusui, disini perlu juga dukungan dari suami supaya ibu tidak terlalu stress dalam menjalankan masa menyusui bayinya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada hubungan Pengetahuan Ibu dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen Tahun 2024 dengan nilai *chi square* $p = 0,003$ ($p < 0,05$)
2. Ada hubungan Tehnik menyusui dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen Tahun 2024 dengan nilai *chi square* $p = 0,011$ ($p < 0,05$)
3. Ada hubungan Pengaruh Stress dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Peulimbang Kabupaten Bireuen Tahun 2024 dengan nilai *chi square* $p = 0,002$ ($p < 0,05$)

SARAN

Diharapkan kepada responden untuk lebih aktif dalam mencari informasi dan menambah pengetahuan dan wawasan ibu menyusui dalam meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI.

DAFTAR PUSTAKA

- WHO (2019), W. H. World Health Organization. Bendungan Asi [Internet]. Who.int. 2019 [cited 2020 jun 17]. Available from: <https://www.who.int/health-topics/bendungan-Asi/>.
- Lestari, A., Atoy, L. & Taamu, T (2019). Penerapan Perawatan Payudara pada Pasien Post Natal Care (PNC) terhadap Keberhasilan Menyusui.
- Khair Anwar, K., Syahrianti, S., Sarita, S. & Patongai, N. (2021) Pembinaan Kader Posyandu tentang Perawatan Masa Nifas. J. Inovasi, Pemberdaya. dan Pengabd. Masy.
- Endriyani, A. (2020) Pengalaman ibu nifas terhadap budaya dalam perawatan masa nifas. J. Kebidanan.
- Asuhan, M. et al. (2021) Manajemen Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Dengan Bendungan ASI. J. Miwifery.
- Astutik, R. Y. Payudara Dan Laktasi. (Salemba Empat, 2017).
- Jannah, M., Kusumawardani, D. & Setyowati, A. (2018) Perbedaan Efek Pijat Oksitosin dan Perawatan Payudara terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di Kota Pekalongan. J. Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan.
- Astuti S, Susanti AI, Nurparidah R, A. M. (2016) Asuhan Ibu Dalam Masa Kehamilan. Wahyuningsih, H. P. Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui. (Kesehatan, 2018).
- Taqiyah, Y., Sunarti, S. & Rais, N. F. (2019) Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Bendungan ASI Pada Ibu Post Partum Di RSIA Khadijah I Makassar. J. Islam. Nurs.
- Sarlis, N. P. (2020) Faktor Penyebab Terjadinya Bendungan Asi Pada Ibu Postpartum. J. Endur.
- Muhammad, I. (2011) Panduan Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Bidang Kesehatan Menggunakan Metode Ilmiah.

Megasari, K. Jurnal Komunikasi Kesehatan Vol.X No.1 Tahun 2019. J. Komun. Kesehatan.
Saryono, M. D. A. (2013) Metode Penelitian Kualitatif Dan Kuantitatif.