

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Bayi**

##### **1. Definisi**

Bayi (*infant*) adalah individu dengan umur 0 sampai 11 bulan dibagi menjadi masa neonatal atau masa neonatal lanjut. Pada usia infant, bayi mengalami perkembangan yang pesat dan disebut sebagai masa emas bayi sedangkan, bayi baru lahir atau neonatus adalah masa kehidupan (0– 28 hari), dimana terjadi perubahan yang sangat besar dari kehidupan di dalam rahim menuju luar rahim dan terjadi pematangan organ hampir pada semua sistem. Masa bayi merupakan masa emas untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi sehingga perlu mendapat perhatian khusus. Masa bayi adalah masa keemasan sekaligus masa kritis perkembangan seseorang. (Oti Aprillia et al., 2023)

##### **2. Pertumbuhan pada bayi**

Pertumbuhan adalah bertambah jumlah dan besarnya sel diseluruh tubuh yang secara kuantitatif dapat diukur. Pertumbuhan merupakan perubahan yang terbatas pada pola fisik dialami oleh individu pertumbuhan berkaitan dengan perubahan ukuran, besar, jumlah atau dimensi pada tingkat sel, organ maupun individu. (Sinta & Andriani, 2019)

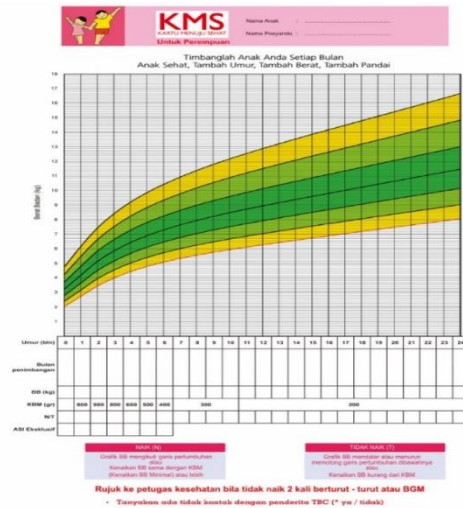
###### **a. Bertambahnya berat badan**

Berat badan bayi pasti akan adanya penambahan dari awal bayi baru lahir karena bayi mendapatkan zat gizi yang diperolehnya dari keluarga terutama diperoleh ibu sehingga akan berdampak pada kenaikan berat badan bayi. Timbangan merupakan alat pengukuran yang dapat digunakan pada bayi untuk mengetahui adanya kenaikan berat badan atau tidak, dan dapat dilakukan paling sedikitnya adalah 1 kali dalam satu bulan dan dicatat untuk mengobservasi bayi apakah normal atau bayi mengalami wasting. Rata-rata kenaikan berat badan bayi per bulan pada tahun pertama, berkisar antara:

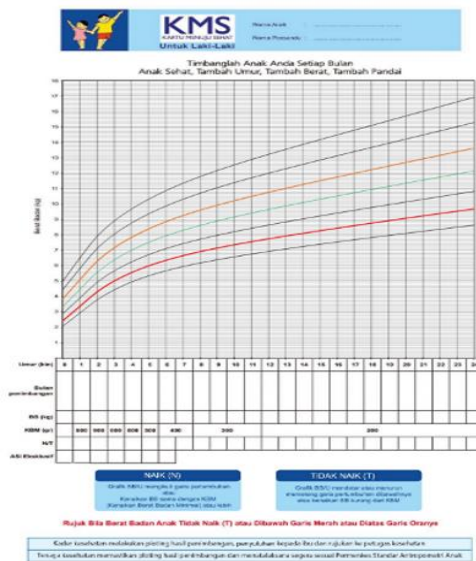
Tabel 1. Kenaikan Berat Badan Bayi Menurut WHO

| Usia bayi | Kenaikan berat badan minimal tiap bulan |
|-----------|-----------------------------------------|
| 1 bulan   | 800 gram                                |
| 2 bulan   | 900 gram                                |
| 3 bulan   | 800 gram                                |
| 4 bulan   | 600 gram                                |
| 5 bulan   | 500 gram                                |
| 6 bulan   | 400 gram                                |

Menurut grafik KMS dalam buku KIA 2023, berat badan pada bayi akan dikatakan gagal naik saat terlihat pada grafik bahwa grafik berat badan mendatar, atau menurun terlebih jika memotong batas garis merah pertumbuhan. Walaupun berat badan bayi pada bulan berikutnya naik, tetapi jika berat badannya tersebut kenaikannya kurang dari berat badan minimal atau yang seharusnya, maka kondisi bayi tersebut terbilang gagal tumbuh. Bertambahnya berat badan bayi adalah salah satu tolak ukur dari bayi apakah mengalami pertumbuhan yang baik atau malah mengalami gangguan kesehatan, maka dari itu bayi harus rutin di timbang minimal 1x dalam satu bulan, serta dicatat di buku KIA.



Gambar 1. Standar Berat Badan menurut Umur (BB/U) Anak Perempuan usia 0-24 bulan



Gambar 2. Standar Berat Badan menurut Umur (BB/U) Anak Laki-laki Umur 0-24 bulan  
(Buku KIA 2023)

## b. Panjang bayi meningkat

Bertambahnya Panjang atau tinggi pada bayi bisa dilihat dengan alat ukur panjang badan bayi atau tinggi badan bayi, Normalnya bayi akan bertambah panjang atau tinggi sesuai usia bayi karena adanya asupan

makanan yang bayi dapatkan, Peran orang tua, bidan dan tenaga kesehatan perlu mengamati status gizi pada bayi, karna dikhawatirkan bayi dapat terkena stunting.

Tabel 2. Rata-rata berat badan bayi normal

| Umur      | Berat Badan (kg) |           | Panjang Badan (cm) |            | Lingkar kepala (cm) |           |
|-----------|------------------|-----------|--------------------|------------|---------------------|-----------|
|           | Laki             | Perempuan | Laki               | Perempuan  | Laki                | Perempuan |
| 1 bulan   | 3,3-5,7          | 3,2-5,5   | 50,8-56,8          | 49,8-57,6  | 35-39,5             | 34,1-38,7 |
| 2 bulan   | 4,2-6,9          | 4,0-6,7   | 54,4-62,6          | 53-61,1    | 37-41               | 35,6-40,4 |
| 3 bulan   | 5,0-8,0          | 4,6-7,5   | 57,3-65,6          | 53,6-64    | 38,43               | 36,7-41,7 |
| 4 bulan   | 5,6-8,7          | 5-8,3     | 59,7-68            | 57,8-66,4  | 39,3-44             | 38,1-43,3 |
| 5 bulan   | 6-9,3            | 5,4-8,9   | 61,7-70,4          | 59,6-68,5  | 40-45               | 39-44     |
| 6 bulan   | 6,3-9,8          | 5,8-9,3   | 63,2-71,9          | 61,2-70,3  | 41-45,7             | 39,6-44,8 |
| 7 bulan   | 6,7-10,3         | 6-9,8     | 64,8-73,6          | 62,7-71,9  | 41,5-46,5           | 40,3-45,5 |
| 8 bulan   | 6,9-10,7         | 6,2-10,2  | 66,2-75            | 64-73,5    | 42-47               | 40,8-46   |
| 9 bulan   | 7,2-11,1         | 6,5-10,6  | 67,5-76,3          | 65,3-75    | 42,5-47,5           | 41,2-46,5 |
| 10 bulan  | 7,4-11,4         | 6,8-10,9  | 68,7-77,9          | 66,5-76,4  | 43-48               | 41,5-47   |
| 11 bulan  | 7,1-11,7         | 6,9-11,2  | 69,9-79,2          | 67,7-77,8  | 43,3-48,3           | 41,8-47,3 |
| 12 bulan  | 7,8-12           | 7,1-11,5  | 71-81,5            | 68-79,2    | 43,5-48,6           | 42,2-47,6 |
| 15 bulan  | 8,3-12,9         | 7,5-12,3  | 74,1-84,2          | 72-83      | 44,3-49,5           | 42,9-48,4 |
| 1,5 tahun | 8,8-13,7         | 8,1-13,2  | 76,9-87,7          | 74,9-86,5  | 44,8-50             | 43,5-49   |
| 2 tahun   | 9,7-15,3         | 9-14,8    | 81,7-93,9          | 80-92,9    | 45,5-51             | 44,4-50   |
| 2,5 tahun | 10,5-16,8        | 10-16,5   | 86,2-98,2          | 83,6-97,7  | 46,3-51,7           | 45,1-50,8 |
| 3 tahun   | 11,3-18,3        | 10,8-18,1 | 88,7-103,5         | 87,5-102,6 | 46,7-52,3           | 45,7-51,3 |

Sumber (*Sinta B et al.,2019*)

### c. Pertumbuhan kepala

Tulang kepala mengikuti pertumbuhan otak. Waktu lahir berat otak bayi sudah 1/4 berat otak dewasa, jumlah selnya mencapai 2/3 jumlah sel otak orang dewasa. Lingkar kepala waktu lahir rata-rata adalah 34-35 cm dan lingkar kepala ini lebih besar dari pada lingkar dada. Pada anak umur 6 bulan, lingkar kepala rata-rata adalah 44 cm, umur 1 tahun 47 cm dan 2 tahun 49 cm.(Ayurnani & Taufiqoh Syurotut, 2022)

### d. Pertambahan Ukuran Tubuh Bayi Atau Volume

Pengaruh nutrisi yang didapat bayi akan berdampak pada bentuk tubuhnya, terutama pada otot otot bayi yang memadat sesuai dengan pertambahannya usia bayi sehingga bertambahnya volume bayi dapat

diobservasi secara langsung dari bentuk tubuh bayi.(Ayurnani & Taufiqoh Syurotut, 2022)

### **3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kenaikan berat badan bayi**

Faktor yang mempengaruhi kenaikan berat badan bayi seperti pendidikan menyusui, praktik menyusui yang kurang baik, pemberian ASI yang tidak terus menerus, perawatan payudara tidak lanjut, dukungan keluarga, psikologi ibu dan kondisi Kesehatan ibu serta bayi yang sakit atau mempunyai kelainan bawaan yang mengganggu kemampuan menghisap(Mantzorou et al., 2022). Faktor faktor lainnya diantaranya :

#### **a. Inisiasi menyusu dini (IMD)**

Inisiasi menyusu dini adalah dimulainya kegiatan menyusui pada satu jam pertama setelah bayi lahir dengan usaha sendiri, dengan kata lain menyusui tidak dengan ASI. Cara bayi melakukan inisiasi menyusu dini disebut dengan *The Breast Crawl* atau merangkak mencari payudara. Rosita menjelaskan bahwa inisiasi menyusu dini adalah bayi baru lahir, setelah tali pusat dipotong, dibersihkan agar tidak terlalu basah dengan cairan dan langsung ditaruh di perut atau dada ibu, biarkan minimal 30 menit sampai 1 jam, bayi akan merangkak sendiri mencari puting susu ibu untuk dihisap. (Apipah, 2022)

#### **b. Frekuensi Menyusui**

Frekuensi menyusui merupakan salah satu usaha untuk memperbanyak ASI idealnya frekuensi menyusui 8 kali perhari. Ibu yang menyusui dengan frekuensi yang baik akan memiliki kemungkinan memproduksi ASI dengan lancar. frekuensi menyusu sangat mempengaruhi kenaikan berat badan bayi. Bayi yang diberikan ASI dengan frekuensi yang sangat baik, akan membantu peningkatan berat badan yang signifikan.(Manurung, 2022)

### **c. Durasi Menyusui**

Durasi adalah lamanya waktu bayi menerima ASI, baik melalui ASI atau ASI perah, baik secara eksklusif maupun dikombinasikan dengan makanan lain. Lamanya waktu menyusui merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap produksi ASI, hal tersebut karena menyusui yang terlalu singkat ataupun terlalu lama akan menyebabkan dampak yang kurang baik bagi ibu maupun bayi dalam proses menyusui. (Khasanah et al., 2020)

### **d. Genetik**

Faktor genetik merupakan modal dasar dalam mencapai hasil akhir proses tumbuh kembang anak. Melalui intruksi genetik yang terkandung di dalam sel telur yang telah dibuahi, dapat ditentukan kualitas dan kuantitas pertumbuhan. Ditandai dengan intensitas dan kecepatan pembelahan, derajat sensitivitas jaringan terhadap rangsangan, umur pubertas dan berhentinya pertumbuhan tulang. Termasuk faktor genetik antara lain adalah berbagai faktor bawaan yang normal dan patologik, jenis kelamin, dan suku. (B et al., 2019)

### **e. Kondisi kesehatan bayi**

Salah satu tanda bahwa bayi sehat adalah bayi yang mengalami pertumbuhan sesuai dengan usianya. Pertumbuhan lebih ditekankan pada pertambahan ukuran fisiknya, yaitu menjadi lebih besar atau lebih matang bentuknya, seperti pertambahan ukuran berat, tinggi badan, dan lingkaran kepala. Oleh karena itu, perubahan tinggi badan, berat bayi, dan lingkaran kepala adalah kunci penting yang menandai seluruh kesehatannya.

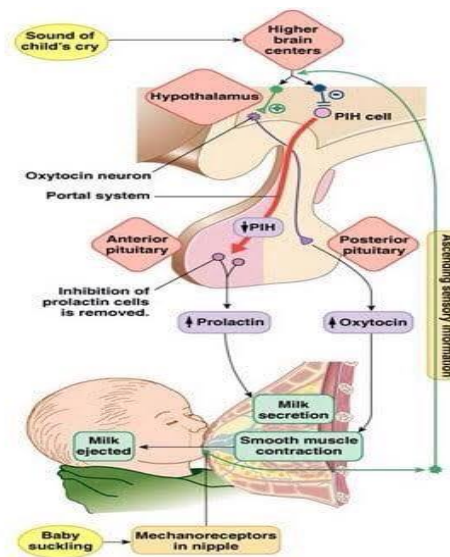
## **B. Manajemen Laktasi**

### **1. Definisi manajemen laktasi**

Manajemen laktasi adalah segala upaya yang dilakukan untuk menunjang keberhasilan menyusui. Ruang lingkup manajemen laktasi dimulai dari masa kehamilan, setelah persalinan, dan masa menyusui selanjutnya. Manajemen

laktasi adalah serangkaian tindakan, strategi, dan intervensi yang bertujuan untuk mendukung dan memaksimalkan proses menyusui, baik bagi ibu maupun bayi. Manajemen laktasi mencakup berbagai aspek yang berkaitan dengan produksi, penyimpanan, dan pemberian ASI, serta dukungan yang dibutuhkan oleh ibu menyusui untuk memastikan keberhasilan menyusui (Herien Yelly, 2024)

## 2. Fisiologi Laktasi



Gambar 3. Fisiologi Laktasi

Sumber (Aritonang, 2021)

Kemampuan laktasi setiap ibu berbeda-beda. Sebagian mempunyai kemampuan yang lebih besar dibanding dengan yang lain. Dari segi fisiologi, kemampuan laktasi mempunyai hubungan dengan makanan, faktor endokrin, dan faktor fisiologi.

Laktasi mempunyai dua pengertian berikut ini:

- a. Pembentukan/produksi air susu
- b. Pengeluaran air susu

Pada masa hamil terjadi perubahan payudara, terutama mengenai besarnya. Hal ini disebabkan oleh berkembangnya kelenjar payudara proliferasi sel-sel duktus laktiferus dan sel-sel-kelenjar pembuatan air susu ibu. Proses proliferasi dipengaruhi oleh hormon yang dihasilkan plasenta

yaitu laktogen, prolaktin, koriogonadotropin, estrogen dan progesteron. Selain itu, perubahan tersebut juga disebabkan bertambah lancarnya peredaran darah pada payudara.

Pada kehamilan lima bulan atau lebih, kadang-kadang dari ujung puting keluar cairan yang disebut kolostrum. Sekresi (keluarnya) cairan tersebut karena pengaruh hormon laktogen dari plasenta dan hormon prolaktin dari hipofisis. Keadaan tersebut adalah normal, meskipun cairan yang dihasilkan tidak berlebihan sebab meskipun kadar prolaktin cukup tinggi, pengeluaran air susu juga dihambat oleh hormon estrogen.

Setelah persalinan kadar estrogen dan progesteron menurun dengan lepasnya plasenta, sedangkan prolaktin tetap tinggi sehingga tidak ada lagi hambatan terhadap prolaktin dan estrogen. Oleh karena itu, air susu ibu segera keluar. Biasanya, pengeluaran air susu dimulai pada hari kedua atau ketiga setelah kelahiran. Setelah persalinan, segera susukan bayi karena akan memacu lepasnya prolaktin dari hipofisis sehingga pengeluaran air susu bertambah lancar. Dua hari pertama pasca persalinan, payudara kadang-kadang terasa penuh dan sakit. Keadaan yang disebut *engorgement* disebabkan oleh bertambahnya peredaran darah ke payudara serta mulainya laktasi yang sempurna. (Aritonang, 2021)

### **3. Patofisiologi Laktasi**

#### **a. Sebelum Pubertas**

Duktus primer dan duktus sekunder telah terbentuk saat masa fetus. Mendekati pubertas terjadi pertumbuhan yang amat cepat dari sistem duktus terutama dibawah pengaruh hormone estrogen dan pertumbuhan alveoli di pengaruhi oleh hormone yang dikeluarkan oleh kelenjar adenohipofise anterior. Sedangkan hormone yang kurang berperan antara lain hormone adrenalin, tiroid, paratiroid, dan hormone pertumbuhan.

#### **b. Masa Pubertas**

Pada masa ini terjadi pertumbuhan percabangan system duktus, proliferasi, dan kanalisasi dari unit-unit lobuloalveolar yang terletak pada

ujung distal ductulus. Jaringan penyangga stoma mengalami organisasi dan membentuk septum interlobalir.

**c. Masa Siklus Menstruasi**

Perubahan kelenjar payudara wanita dewasa selalu berhubungan dengan siklus menstruasi dan pengaruh hormone seperti estrogen dan progesteron yang dihasilkan oleh korpus luteum. Apabila kadar hormone tersebut meningkat maka akan terjadi edema lobulus, yang mana payudara dirasakan berat dan penuh. Setelah menstruasi kadar estrogen dan progesteron berkurang dan yang hanya bekerja adalah hormone prolaktin saja.

**d. Masa Kehamilan**

Pada awal kehamilan terjadi peningkatan duktulus yang baru, percabang-cabangan, dan lobulus, yang dipengaruhi oleh hormone plasenta dan korpus luteum. Hormon yang membantu proses pertumbuhan antara lain hormone prolaktin, laktogen plasenta, korionik gonado tropin, insulin, kortisol, hormone tiroid, parathyroid, dan hormon pertumbuhan.

**e. Pada 3 Bulan Kehamilan**

Prolaktin dan adenohipofise mulai merangsang kelenjar air susu untuk menghasilkan yang disebut dengan kolostrum. Pada masa ini kolostrum masih dihambat oleh estrogen dan progesteron. Tetapi jumlah prolaktin meningkat hanya saat aktifitas dalam pembuatan kolostrum yang ditekan.

**f. Pada Trimester Kedua Kehamilan (minggu ke-13 hingga ke-26)**

Pada masa ini asi yang terhambat oleh hormon estrogen dan hormone progesterone sudah mulai untuk dikeluarkan. Pada masa ini ukuran payudara akan bertambah berat dan besar, perubahan tersebut membuat pembuluh darah yang berada di bawah kulit akan menjadi lebih jelas.

**g. Trimester ketiga kehamilan (minggu ke-27 hingga akhir kehamilan)**

Pada masa ini minggu-minggu akhir kehamilan, putting dan payudara akan terus membesar seiring dengan meningkatnya produksi ASI. Pada masa ini lobulus dan alveoli memproduksi dan menyekresi cairan yang kental kekuningan yang biasa disebut dengan kolostrum. (Wahyuni Iin & Aditia Dita, 2022)

**4. Proses Laktasi**

**a. Proses Fisiologis Laktasi**

- 1) Progesteron, berfungsi mempengaruhi pertumbuhan dan ukuran alveoli. Tingkat progesteron dan estrogen menurun sesaat setelah melahirkan. Hal ini menstimulasi produksi secara besar-besaran.
  - 2) Estrogen, berfungsi menstimulasi sistem saluran ASI untuk membesar. Tingkat estrogen menurun saat melahirkan dan tetap rendah untuk beberapa bulan selama tetap menyusui. Sebaiknya ibu menyusui menghindari KB hormonal berbasis hormon estrogen, karena dapat mengurangi jumlah produksi ASI.
  - 3) *Follicle stimulating hormone* (FSH)
  - 4) *Luteinizing hormone* (LH)
  - 5) Prolaktin, berperan dalam membesarnya alveoli dalam kehamilan.
  - 6) Oksitosin, berfungsi mengencangkan otot halus dalam rahim pada saat melahirkan dan setelahnya, seperti halnya juga dalam orgasme. Selain itu, pasca melahirkan, oksitosin juga mengencangkan otot halus di sekitar alveoli untuk memeras ASI menuju saluran susu. Oksitosin berperan dalam proses turunnya susu *let-down/milk ejection reflex*.
  - 7) *Human plasental lactogen* (HPL): Sejak bulan kedua kehamilan, plasenta mengeluarkan banyak HPL, yang berperan dalam pertumbuhan payudara, puting, dan areola sebelum melahirkan. (Aritonang, 2021)
- Pada bulan kelima dan keenam kehamilan, payudara siap memproduksi ASI. Namun, ASI bisa juga diproduksi tanpa kehamilan (*induced lactation*).

Proses pembentukan laktogen melalui tahapan-tahapan berikut:

a) Laktogenesis I

Merupakan fase penambahan dan pembesaran lobulus-alveolus. Terjadi pada fase terakhir kehamilan. Pada fase ini, payudara memproduksi kolostrum, yaitu berupa cairan kental kekuningan dan tingkat progesteron tinggi sehingga mencegah produksi ASI. Pengeluaran kolostrum pada saat hamil atau sebelum bayi lahir, tidak menjadikan masalah medis. Hal ini juga bukan merupakan indikasi sedikit atau banyaknya produksi ASI.

b) Laktogenesis II

Pengeluaran plasenta saat melahirkan menyebabkan menurunnya kadar hormon progesteron, estrogen dan HPL. Akan tetapi kadar hormon prolaktin tetap tinggi. Hal ini menyebabkan produksi ASI besar-besaran.

Apabila payudara dirangsang, level prolaktin dalam darah meningkat, memuncak dalam periode 45 menit, dan kemudian kembali ke level sebelum rangsangan tiga jam kemudian. Keluarnya hormon prolaktin menstimulasi sel di dalam alveoli untuk memproduksi ASI, dan hormon ini juga keluar dalam ASI itu sendiri. Penelitian mengemukakan bahwa level prolaktin dalam susu lebih tinggi apabila produksi ASI lebih banyak, yaitu sekitar pukul 2 pagi hingga 6 pagi, namun level prolaktin rendah saat payudara terasa penuh.

Hormon lainnya, seperti insulin, tiroksin, dan kortisol, juga terdapat dalam proses ini, namun peran hormon tersebut belum diketahui. Penanda biokimiawi mengindikasikan bahwa proses laktogenesis II dimulai sekitar 30-40 jam setelah melahirkan, tetapi biasanya para ibu baru merasakan payudara penuh sekitar 50-73 jam (2-3 hari) setelah melahirkan. Artinya, memang produksi ASI sebenarnya tidak langsung keluar setelah melahirkan.

Kolostrum dikonsumsi bayi sebelum ASI sebenarnya. Kolostrum mengandung sel darah putih dan antibodi yang tinggidaripada ASI sebenarnya, khususnya tinggi dalam level imunoglobulin A (IgA), yang membantu melapisi usus bayi yang masih rentan dan mencegah kuman memasuki bayi. IgA ini juga mencegah alergi makanan. Dalam dua minggu pertama setelah melahirkan, kolostrum pelan-pelan hilang dan tergantikan oleh ASI sebenarnya.

### c) Laktogenesis III

Sistem kontrol hormon endokrin mengatur produksi ASI selama kehamilan dan beberapa hari pertama setelah melahirkan. Ketika produksi ASI mulai stabil, sistem kontrol autokrin dimulai. Pada tahap ini, apabila ASI banyak dikeluarkan, payudara akan memproduksi ASI banyak. Penelitian berkesimpulan bahwa apabila payudara dikosongkan secara menyeluruh juga akan meningkatkan taraf produksi ASI. Dengan demikian, produksi ASI sangat dipengaruhi seberapa sering dan seberapa baik bayi menghisap, dan juga seberapa sering payudara dikosongkan. (Wahyuni Iin & Aditia Dita, 2022)

Produksi ASI yang rendah adalah akibat dari:

1. Kurang sering menyusui atau memerah payudara.
2. Apabila bayi tidak bisa menghisap ASI secara efektif, antara lain akibat: struktur mulut dan rahang yang kurang baik; teknik perlekatan yang salah.
3. Kelainan endokrin ibu (jarang terjadi).
4. Jaringan payudara hipoplastik.
5. Kelainan metabolisme atau pencernaan bayi, sehingga tidak dapat mencerna ASI.
6. Kurangnya gizi ibu

## **b. Refleks Pada Proses Laktasi**

Ada beberapa refleks yang berpengaruh terhadap kelancaran laktasi. Refleks yang terjadi pada ibu, yaitu refleks prolaktin dan refleks aliran (*let down reflex*). Kedua refleks ini bersumber dari rangsangan puting susu akibat isapan bayi. Adapun refleks pada bayi, yaitu refleks menangkap (*rooting reflex*), refleks mengisap, dan refleks menelan. Refleks tersebut adalah dasar dari laktasi. (Aritonang, 2021)

### **1) Refleks prolaktin**

Sewaktu bayi menyusu, ujung saraf peraba yang terdapat pada puting susu terangsang. Rangsangan tersebut oleh serabut aferen dibawa ke hipotalamus di dasar otak, lalu dilanjutkan ke bagian depan kelenjar hipofisis yang memacu pengeluaran hormon prolaktin ke dalam darah.

Melalui sirkulasi, prolaktin memacu sel kelenjar memproduksi air susu. Jadi, semakin sering bayi menyusu, semakin banyak prolaktin yang dilepas oleh hipofisis, sehingga semakin banyak air susu yang diproduksi oleh sel kelenjar. Prolaktin terdiri dari protein yang sangat kompleks dan belum dapat dibuat secara sintesis. Oleh karena itu, tindakan sering menyusui bayi merupakan cara terbaik untuk mendapatkan air susu yang banyak.

### **2) Refleks Aliran**

Rangsangan yang ditimbulkan bayi saat menyusu diantar sampai bagian belakang kelenjar hipofisis yang akan melepaskan hormon oksitosin masuk ke dalam darah. Oksitosin akan memacu otot-otot polos yang mengelilingi alveoli dan duktuli berkontraksi sehingga memeras air susu dari alveoli, duktuli, dan sinus menuju puting susu.

Dengan demikian, sering menyusui sampai payudara terasa kosong sangat penting agar tidak terjadi pembendungan pada payudara. Pembendungan pada payudara akan menimbulkan rasa tidak nyaman dan sakit. Tidak jarang, mengakibatkan payudara mudah terkena infeksi. Kadang-kadang, tekanan akibat kontraksi otot-otot polos tersebut begitu kuat sehingga air susu menyembur keluar. Hal ini dapat menyebabkan

bayi tersedak. Keluarnya air susu karena kontraksi otot polos tersebut disebut refleks aliran.

Oksitosin juga mempengaruhi jaringan otot polos rahim berkontraksi sehingga mempercepat lepasnya plasenta dari dinding rahim dan membantu mengurangi terjadinya perdarahan. Oleh karena itu, setelah bayi lahir harus segera disusukan pada ibunya jika keadaan memungkinkan. Dengan seringnya menyusui, penciutan rahim akan semakin cepat dan makin baik. Perlu ibu ketahui, tidak jarang perut ibu terasa mulas yang sangat pada hari-hari pertama menyusui. Hal ini merupakan mekanisme alamiah yang baik untuk kembalinya rahim pada bentuk semula.

Refleks aliran dipengaruhi oleh keadaan kejiwaan ibu, Rasa khawatir dan rasa sakit (misalnya luka jahitan) yang dirasakan ibu dapat menghambat refleks tersebut. Diduga, hal tersebut menyebabkan lepasnya adrenalin yang menghambat oksitosin tidak dapat mencapai otot polos. Dengan demikian, tidak ada rangsangan kontraksi dari otot polos.

### 3) Refleks Menangkap (*Rooting Reflex*)

Jika disentuh pipinya, bayi akan menoleh ke arah sentuhan. Jika bibirnya dirangsang atau disentuh, bayi akan membuka mulut dan berusaha mencari puting untuk menyusu. Keadaan tersebut dikenal dengan istilah refleks menangkap.

### 4) Refleks Mengisap

Refleks mengisap pada bayi akan timbul jika puting merangsang langit-langit (*palatum*) dalam mulutnya. Untuk dapat merangsang langit-langit bagian belakan secara sempurna, sebagian besar areola harus tertangkap oleh mulut (masuk ke dalam mulut) bayi. Dengan demikian, sinus laktiferus yang berada di bawah areola akan tertekan oleh gusi, lidah, serta langit-langit sehingga air susu diperas secara sempurna ke dalam mulut bayi.

### 5) Refleks Menelan

Air susu yang penuh dalam mulut bayi akan ditelan sebagai pernyataan refleks menelan dari bayi. Pada saat bayi menyusui, akan terjadi peregangan puting susu dan areola untuk mengisi rongga mulut. Oleh karena itu, sebagian besar areola harus ikut ke dalam mulut. Lidah bayi akan menekan ASI keluar dari sinus laktiferus yang berada di bawah areola.

Mekanisme menyusui pada payudara berbeda dengan mekanisme minum dengan botol atau dot. Dot memiliki karet panjang yang tidak perlu diregangkan sehingga bayi tidak perlu mengisap kuat. Jika bayi telah diajarkan minum dari botol/dot, akan timbul kesulitan menyusui pada ibunya. Ia akan mencoba mengisap, seperti halnya mengisap dot. Pada keadaan ini, ibu dan bayi perlu bantuan untuk belajar proses ini dengan baik dan benar.

Berikut mekanisme menyusui pada ibu:

- a) Bibir bayi menangkap puting selebar areola.
  - b) Lidah menjulur ke depan untuk menangkap puting.
  - c) Lidah ditarik mundur untuk membawa puting menyentuh langit-langit dan areola di dalam mulut bayi.
  - d) Timbul refleks mengisap pada bayi dan refleks aliran pada ibu.
- (Aritonang, 2021)

## 5. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Manajemen Laktasi

Manajemen laktasi adalah upaya untuk mendukung keberhasilan menyusui, salah satu faktor yang berpengaruh pada kenaikan berat badan bayi adalah pemberian ASI. Produksi ASI yang lancar sangat esensial bagi kesejahteraan bayi, sebab ASI mengandung nutrisi yang dibutuhkan oleh bayi untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Oleh karena itu, optimalisasi manajemen laktasi terhadap ibu nifas sangat penting dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI dengan baik. Faktor yang mempengaruhi keberhasilan menyusui di antaranya (Gunarmi et al., 2023) :

#### **a. Dukungan keluarga**

terutama suami sehingga pemberdayaan melalui keluarga mencakup semua anggota keluarga yang berpengaruh terhadap ibu dalam menyelesaikan program. Dukungan ini tidak hanya dari keluarga saja, dalam pelayanan kesehatan pun perlu adanya dukungan dari lintas sektor serta lintas program untuk pencapaian yang lebih baik mengenai laktasi ini. Dukungan keluarga dan motivasi sangat diperlukan dalam hal psikologis ibu menyusui sehingga ibu hamil maupun ibu menyusui merasa sangat didukung dan diperhatikan dalam memberikan ASI kepada bayinya sehingga menekan angka penghentian ASI Eksklusif kepada bayi, Dukungan keluarga sangat dibutuhkan dalam pengendalian konsumsi susu formula untuk tidak digunakan. Karna faktor eksternal yang sangat berpengaruh dalam laktasi ini dari iklan susu formula atau dari media elektronik lainnya. Status pendidikan orang tua, keluarga dengan pendidikan tinggi akan lebih mudah menerima arahan terutama tentang peningkatan pertumbuhan dan perkembangan anak, penggunaan fasilitas kesehatan dan lain-lain dibandingkan dengan keluarga dengan latar belakang pendidikan rendah (Sulistyowati et al., 2020).

#### **b. Petugas kesehatan**

memiliki peran yang penting dalam memberi edukasi dan juga motivasi kepada ibu hamil untuk membantu ibu mencapai keberhasilan dalam menyusui bayinya. Dalam pelaksanaannya, jika manajemen laktasi yang dilakukan oleh petugas kesehatan cukup baik, maka akan merubah pandangan dan perilaku ibu dalam pemberian ASI secara eksklusif kepada bayinya, begitupun sebaliknya jika manajemen laktasi yang dilakukan oleh petugas kesehatan belum baik maka ibu menyusui akan mengalami kesulitan dalam memberikan ASI kepada bayinya (Gunarmi et al., 2023).

### **c. Faktor psikologis ibu**

dalam menyusui sangat besar pengaruhnya terhadap proses menyusui dan produksi ASI. Ibu yang stres, dapat menyebabkan produksi ASI berkurang (Gunarmi et al., 2023).

### **d. Pengetahuan Tentang Manajemen Laktasi**

Pengetahuan ibu merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan manajemen laktasi. Pengetahuan sangat berpengaruh terhadap ibu yang menyusui bayinya, ASI merupakan asupan gizi yang sesuai dengan kebutuhan akan membantu pertumbuhan dan perkembangan anak. Bayi yang tidak mendapatkan ASI dengan cukup berarti memiliki asupan gizi yang kurang baik dan dapat menyebabkan kekurangan gizi salah satunya dapat menyebabkan berat badan kurang. (Juriyah et al., 2024).

### **e. Nutrisi**

#### **1) Definisi**

Perempuan nifas membutuhkan nutrisi yang cukup, gizi seimbang, terutama kebutuhan protein dan karbohidrat. Gizi pada perempuan menyusui sangat erat kaitannya dengan produksi ASI, dimana ASI sangat dibutuhkan untuk tumbuh kembang bayi. Nutrisi perempuan menyusui tidaklah rumit, yang terpenting adalah makanan yang dapat memenuhi kebutuhan nutrisi perempuan nifas, serta menjamin pembentukan air susu yang berkualitas dalam jumlah yang cukup untuk memenuhi kebutuhan bayinya.

Kualitas dan jumlah makanan yang dikonsumsi perempuan nifas sangat mempengaruhi produksi ASI. Perempuan nifas harus mendapatkan zat makanan sebesar 800 kkal yang digunakan untuk produksi ASI dan untuk proses kesembuhan perempuan. Pemberian ASI sangat penting karena ASI merupakan makanan utama bagi bayi. Dengan ASI, bayi akan tumbuh dengan baik sebagai manusia yang sehat, bersifat

lemah lembut, dan mempunyai IQ yang tinggi. Hal ini disebabkan karena ASI mengandung asam lemak heksanoik (DHA). Bayi yang diberi ASI secara eksklusif akan mempunyai IQ yang lebih tinggi dibandingkan dengan bayi yang hanya diberi susu formula.(A'yun, 2022).

## 2) Pola Makan

Pola makan adalah tingkah laku sikap atau kebiasaan untuk memenuhi kebutuhan makanan yang menggambarkan konsumsi makanan harian seseorang yang ditentukan melalui jumlah, frekuensi, dan jenisnya. Pola makan pada ibu menyusui harus diperhatikan selain untuk kebaikan gizi dari ibu juga baik untuk memperhatikan pertumbuhan dan perkembangan bayinya sehingga kebutuhan nutrisi ibu meningkat saat ibu menyusui, menurut rekomendasi WHO asupan makanan selama menyusui berkisar antara 1.800 kalori hingga 2.700 atau 1800-2000 gr.(Nurul Asikin et al., 2023)

Pola makan yang sehat sangat perlu diperhatikan untuk ibu menyusui, pola makan sehat ialah makanan yang dikonsumsi dan juga mengandung jumlah kalori zat-zat gizi yang sesuai dengan segala kebutuhan vitamin, mineral, protein, karbohidrat, serat, dan air. Secara rasional pola makan juga harus diatur, ibu yang sebelum menyusui makan tiga kali sehari, selama menyusui makan harus ditambah selain memperlancar produksi ASI juga bagus untuk mempercepat proses pemulihan kesehatan ibu setelah persalinan. dan anak juga akan membaik. Secara umum pola makan memiliki 3 komponen yang terdiri dari: jenis, frekuensi Pola makan ibu dalam masa menyusui berkaitan dengan produksi ASI.(Nurul Asikin et al., 2023)

## f. Inisiasi menyusui dini (IMD)

### 1) Definisi

IMD adalah proses bayi menyusui segera setelah dilahirkan, dimana bayi dibiarkan mencari puting susu ibunya sendiri (tidak disodorkan ke puting susu). Inisiasi Menyusui Dini (early initiation) atau permulaan menyusui dini adalah bayi mulai menyusui sendiri segera setelah lahir.

Jadi, sebenarnya bayi manusia seperti juga bayi mamalia lain mempunyai kemampuan untuk menyusu sendiri. Asalkan dibiarkan kontak kulit bayi dengan kulit ibunya, setidaknya selama satu jam segera setelah lahir. Cara bayi melakukan inisiasi menyusu dini ini dinamakan *the breast crawl* atau merangkak mencari payudara.(Roesli, 2023)

## **2) Manfaat Inisiasi menyusu dini (IMD)**

### **a) Bagi Ibu:**

1. Meningkatkan jalinan kasih sayang ibu dan bayinya.
2. Merangsang produksi hormon oksitosin dan prolaktin, merangsang kontraksi uterus sehingga perdarahan pasca persalinan berkurang, merangsang pengeluaran kolostrum, meningkatkan produksi ASI, ibu lebih tenang dan lebih tidak merasa nyeri pada saat plasenta lahir dan prosedur pasca persalinan lainnya sehingga mengurangi stress ibu setelah melahirkan dan dapat menunda ovulasi.
3. Mendorong ibu untuk tidur dan relaksasi setelah bayi selesai menyusu.
4. Memperbesar peluang ibu untuk memantapkan dan melanjutkan kegiatan menyusui selama masa bayi.

### **b) Bagi Bayi :**

1. Mempertahankan suhu bayi tetap hangat.
2. Menenangkan ibu dan bayi serta regulasi pernapasan dan detak jantung.
3. Menjaga kolonisasi bakteri/kuman yang aman dari ibu didalam perut bayi sehingga memberikan perlindungan terhadap infeksi.
4. Mengurangi bayi menangis sehingga mengurangi stress dan tenaga yang dipakai bayi.
5. Mendorong ketrampilan bayi untuk menyusu lebih cepat dan efektif.
6. Meningkatkan kenaikan berat badan (kembali ke berat badan lahirnya lebih cepat).
7. Bilirubin akan lebih cepat normal dan mengeluarkan mekonium lebih cepat

8. Mencegah terlewatnya puncak "refleks mengisap" pada bayi yang terjadi 20- 30 menit setelah lahir. Jika bayi tidak disusui, refleks akan berkurang cepat, dan hanya akan muncul kembali dalam kadar secukupnya 40 jam kemudian.
9. Membantu perkembangan persyarafan bayi (nervous system) dan meningkatkan kecerdasan bayi.(Roesli, 2023)

### 3) Tahapan Bayi melakukan Inisiasi menyusui dini (IMD)

Jika bayi baru lahir segera dikeringkan dan diletakkan di perut ibu dengan kontak kulit ke kulit dan tidak dipisahkan oleh ibunya minimal 1 jam, semua bayi akan melakukan lima tahapan perilaku (pre-feeding behaviour) sebelum ia berhasil menyusui.(Roesli, 2023).

Dibawah ini yaitu tahapan-tahapan bayi melakukan Inisiasi menyusui dini:

- a) Dalam 30 menit pertama: Stadium istirahat/diam dalam keadaan siaga (rest/quiet alert stage). Bayi diam tidak bergerak. Sesekali matanya terbuka lebar melihat ibunya. Masa tenang yang istimewa ini merupakan penyesuaian peralihan dari keadaan dalam kandungan ke keadaan di luar kandungan. Bonding (hubungan kasih sayang) ini merupakan dasar pertumbuhan bayi dalam suasana aman. Hal ini meningkatkan kepercayaan diri ibu terhadap kemampuan menyusui dan mendidik bayinya. Kepercayaan diri ayah pun menjadi bagian keberhasilan menyusui dan mendidik anak bersama-sama ibu. Langkah awal keluarga.



Gambar 4. IMD tahap pertama

- b) Antara 30-40 menit: Mengeluarkan suara, gerakan mulut seperti mau minum, mencium, dan menjilat tangan. Bayi mencium dan merasakan cairan ketuban yang ada di tangannya. Bau ini sama dengan bau cairan yang dikeluarkan payudara ibu. Bau dan rasa ini akan membimbing bayi untuk menemukan payudara dan puting susu ibu.



Gambar 5. IMD tahap kedua

Saat menyadari ada air susu di sekitarnya, bayi mengeluarkan air liur (Roesli, 2023).

- c) Mengeluarkan air liur Saat menyadari bahwa ada makanan di sekitarnya, bayi mulai mengeluarkan air liurnya.(Roesli, 2023)
- d) Bayi mulai bergerak ke arah payudara. Areola (kalang payudara) sebagai sasaran, dengan kaki menekan perut ibu. Ia menjilat-jilat kulit



ibu, menghentak-hentakkan kepala ke dada ibu, menoleh ke kanan dan kiri, serta menyentuh dan meremas daerah puting susu dan sekitarnya dengan tangannya yang mungil.

Gambar 6. IMD tahap ketiga

Gerakan bayi menuju payudara(Roesli, 2023)

- e) Menemukan, menjilat, mengulum puting, membuka mulut lebar, dan melekat dengan baik.



Gambar 7. IMD tahap keempat

Akhirnya, ia menemukan sumber kehidupannya.(Roesli, 2023)

#### 4) Faktor-faktor pendukung inisiasi menyusui dini

Kesiapan fisik dan psikologi ibu yang sudah dipersiapkan sejak awal kehamilan :

- a) Informasi yang diperoleh ibu mengenai inisiasi menyusui dini.



- b) Tempat bersalin dan tenaga kesehatan



#### 5) Inisiasi menyusui dini yang kurang tepat

Saat ini, umumnya praktik inisiasi menyusui seperti berikut :

- Begitu lahir, bayi diletakkan di perut ibu yang sudah dialasi dengan kain kering
- Bayi segera dikeringkan dengan kain kering. Tali pusat di potong, lalu diikat.
- Karena takut kedinginan, bayi dibungkus atau digendong dengan selimut bayi.

- d) Dalam keadaan dibedong bayi diletakkan di dada ibu (tidak terjadi kontak dengan kulit ibu). Bayi dibiarkan di dada ibu (bonding) untuk beberapa lama (10-15 menit) atau sampai tenaga Kesehatan selesai menjahit perineum.
- e) Selanjutnya, diangkat dan disusukan pada ibu dengan cara memasukkan puting susu ibu ke mulut bayi. (membantu ibu menyusui dengan memasukkan puting susu ke mulut bayi).
- f) Setelah itu, bayi dibawa ke kamar transisi atau kamar pemulihan (*recovery room*) untuk ditimbang, di ukur, di cap, di azankan oleh ayah, diberi suntikan vitamin K, dan kadang diberi tetes mata. (Roesli, 2023)

#### **6) Akibat kegagalan inisiasi menyusui dini**

- a) Kegagalan inisiasi dini tersebut akan berpengaruh pada produksi ASI ibu.
- b) Hal ini disebabkan karena hormon oksitosin yang berpengaruh pada produksi ASI ibu akan dilepaskan jika dipacu dengan isapan bayi pada puting ibu saat menyusui.
- c) Sementara itu bayi tetap membutuhkan ASI sebagai nutrisi dan juga meningkatkan imunitas tubuhnya
- d) Jika tidak terjadi keseimbangan antara produksi ASI ibu dengan kebutuhan ASI yang diperlukan oleh bayi, maka akan berakibat kegagalan program ASI eksklusif 6 bulan pada bayi

#### **g. Frekuensi Menyusui**

##### **1) Definisi**

Frekuensi menyusui merupakan salah satu usaha untuk memperbanyak ASI idealnya frekuensi menyusui 8 kali perhari. Ibu yang menyusui dengan frekuensi yang baik akan memiliki kemungkinan memproduksi ASI dengan lancar. Frekuensi menyusui yang baik untuk kenaikan berat badan bayi adalah setiap 2-3 jam dengan durasi sekitar 20 menit frekuensi menyusui sangat mempengaruhi kenaikan berat badan bayi.

Bayi yang diberikan ASI dengan frekuensi yang sangat baik, akan membantu peningkatan berat badan yang signifikan. (Manurung, 2022) bayi yang mendapat cukup ASI mempunyai kenaikan berat badan rata-rata 500 gram perbulan bila menyusui sering, tiap 2-3 jam atau 8-12 kali dalam sehari. Kenaikan berat badan bayi yang mendapat cukup ASI pada minggu pertama yaitu antara 200- 2500 gram (Material & Companies, 2019).

## **2) Usia bayi dan frekuensi menyusui**

### **a) Bayi baru lahir 0 sampai 1 bulan**

Pada beberapa minggu pertama kehidupan, jadwal bayi untuk menyusui umumnya tergantung keinginannya. Jeda waktu antara setiap jadwal menyusui bayi baru lahir yakni berkisar 1,5—3 jam sekali. Hal ini karena di masa awal setelah melahirkan biasanya tubuh ibu dan bayi masih harus beradaptasi terlebih dahulu. Bayi bisa menunjukkan tanda ia merasa lapar dan ingin menyusu kapan pun. Namun, seiring bertambahnya usia, jadwal menyusui bayi umumnya akan menjadi lebih rutin dan teratur.

### **b) Bayi usia 1 sampai 6 bulan**

Setelah beberapa hari pasca melahirkan sampai usianya berkisar 1 bulan, keinginan bayi untuk menyusu bisa timbul setiap 2-3 jam sekali. Jadi dalam sehari, jadwal menyusui bayi yang baru lahir terhitung bisa sekitar 8-12 kali. Pada bulan kedua usianya, frekuensi bayi menyusu bisa berkisar 7-9 kali dalam sehari. Begitu pula masuk ke bulan ketiga, keempat, dan kelima usianya, bayi mungkin akan menyusui sekitar 7-8 kali sehari dengan rentang waktu kurang lebih 2,5-5 jam. Saat memasuki akhir masa ASI eksklusif atau di bulan keenam, jadwal menyusui bayi mungkin menurun hingga hanya 4-6 kali dalam sehari.

## **3) Tanda bayi cukup ASI**

Bayi usia 0-6 bulan, dapat dinilai mendapat kecukupan ASI bila mencapai keadaan sebagai berikut:

- a) Bayi minum ASI tiap 2-3 jam atau dalam 24jam minimal mendapatkan ASI 8 kali pada 2-3 minggu pertama.
- b) Kotoran berwarna kuning dengan frekuensi sering dan warna menjadi lebih muda pada hari kelima setelah lahir.
- c) Bayi akan buang air kecil (BAK) paling tidak 6-8 kali sehari.
- d) Ibu dapat mendengarkan bayi pada saat menelan ASI.
- e) Payudara terasa lebih lembek, yang menandakan ASI telah habis.
- f) Warna bayi merah (tidak kuning) dan kulit terasa kenyal.
- g) Pertumbuhan berat badan (BB) bayi dan tinggi badan (TB) bayi sesuai dengan rentang usianya.
- h) Perkembangan motorik baik (bayi aktif dan motoriknya sesuai dengan rentang usianya).
- i) Bayi kelihatan puas, sewaktu-waktu lapar bangun dan tidur dengan cukup.
- j) Bayi menyusu dengan kuat (rakus), kemudian melemah dan tertidur pulas. (Nurakilah & Sulastri, 2024)

#### **4) Frekuensi menyusu yang cukup**

Bayi yang mendapatkan cukup ASI biasanya akan menyusu setidaknya 8-12 kali dalam 24 jam, terutama pada minggu-minggu pertama setelah kelahiran. Frekuensi menyusui yang tinggi sangat penting untuk merangsang produksi ASI dan memastikan bayi mendapatkan nutrisi yang cukup. Berikut adalah hal-hal yang perlu diperhatikan mengenai frekuensi menyusui:

- a) durasi menyusu : Setiap bayi memiliki durasi menyusu yang berbeda, tetapi secara umum, bayi yang menyusu. Durasi ini bisa lebih lama atau lebih pendek tergantung kebutuhan bayi dan aliran ASI ibu.
- b) Bangun untuk menyusu : Bayi yang cukup ASI akan bangun sendiri untuk menyusu, terutama selama 2-4 jam sekali. Jika bayi tidur terlalu lama atau jarang bangun untuk menyusu, ibu perlu memeriksa apakah bayi mendapatkan cukup ASI dan mungkin perlu membangunkannya untuk menyusu lebih sering (Indrasari et al., 2024)

## **h. Durasi atau Lamanya Menyusui**

### **1) Definisi**

Lamanya menyusui berbeda-beda, bayi rata-rata menyusui 5-15 menit, terkadang lebih. Pada hari-hari pertama atau pada bayi berat lahir rendah (kurang dari 2500 gram) proses menyusui terkadang sangat lama dan hal ini merupakan hal yang wajar. Sebaiknya bayi menyusui pada satu payudara sampai selesai kemudian bila bayi masih mengiginkan dapat diberikan pada payudara yang satu agar kedua payudara mendapat stimulasi yang sama untuk menghasilkan ASI. Menyusui bayi sesering mungkin sesuai dengan kebutuhan bayi, bayi yang mendapatkan ASI 20-30 menit akan mengalami pertumbuhan berat badan yang meningkat. Menyusui pada malam hari membantu mempertahankan suplai ASI karena hormone prolaktin dikeluarkan terutama pada malam hari. Bayi yang puas menyusui akan melepaskan payudara ibu dengan sendirinya. (saleh, 2021)

Menurut Roesli Utami waktu menyusui yang terlalu singkat atau 5 menit, Sebaliknya bayi yang disusui terlalu lama juga akan mengakibatkan proses menyusui kurang berjalan efektif, karena ibu akan merasa kelelahan sehingga dapat menyebabkan produksi ASI menurun. (Khasanah et al., 2020)

### **2) Tanda untuk menilai kecukupan ASI antara lain:**

- a) ASI akan cukup bila posisi dan perlekatan benar
- b) Bila bayi mengeluarkan air kecil selama 6 kali sehari dengan warna urine yang tidak pekat dan bau tidak menyegat
- c) Berat badan bayi naik lebih dari 500 gram dalam sebulan dan telah melebihi berat lahir pada usia 2 minggu.
- d) Bayi akan relaks dan puas setelah menyusui dan melepas sendiri payudara ibu. (saleh, 2021)

## **i. Perlekatan Menyusui**

### **1) Definisi**

Pelekatan adalah posisi payudara dan mulut bayi saat menyusui. Pelekatan yang tepat sangat membantu ibu dan bayi selama proses menyusui. Memahami posisi pelekatan yang tepat akan menjamin bayi dapat menyusui dengan baik. Pelekatan yang tepat membuat proses menyusui menjadi lebih nyaman. Ibu tidak merasakan sakit pada payudara terutama pada puting. Pelekatan yang tepat dapat mencegah terjadinya puting lecet dan timbulnya rasa sakit karena bayi tidak mengisap puting ibu. Selain itu, akan membantu Ibu untuk memproduksi lebih banyak ASI. Teknik menyusui yang dapat dilakukan ibu, sehingga proses pemberian ASI tidak monoton hanya satu posisi, teknik pelekatan yang benar akan mampu memudahkan anak untuk menyusui dengan baik dan lancar. (Nurbaya, 2021)

### **2) Manfaat**

Menerapkan pelekatan menyusui yang benar memiliki berbagai manfaat penting baik untuk ibu maupun bayi. Pertama-tama, pelekatan yang baik membantu memastikan bahwa bayi dapat menghisap susu dengan efektif, yang berkontribusi pada pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Saat bayi terlekat dengan benar, mereka dapat mengeluarkan lebih banyak susu, yang mendukung kebutuhan nutrisi mereka, mengurangi risiko kekurangan gizi, dan mendorong pertumbuhan yang sehat (Khaerunnisa et al., 2021).

Selain manfaat bagi bayi, pelekatan yang tepat juga memberikan keuntungan bagi ibu. Dengan teknik menyusui yang benar, ibu dapat mengurangi risiko nyeri atau permasalahan payudara. Hal ini penting karena ketidaknyamanan dapat menyebabkan ibu merasa enggan untuk menyusui, yang pada gilirannya dapat memengaruhi produksi susu.

Selain itu, menyusui dengan pelekatan yang baik dapat meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam proses menyusui, mengurangi stres, dan

menciptakan ikatan emosional yang lebih kuat antara ibu dan bayi (Sulastiawati Bai et al., 2024).

### 3) Prosedur perlekatan menyusui

Posisi dan perlekatan bayi pada saat menyusui sangat menentukan kelancaran ASI, apabila posisi dan perlekatan mulut bayi tidak baik maka proses pengeluaran ASI tidak lancar. (Gunarmi et al., 2023)

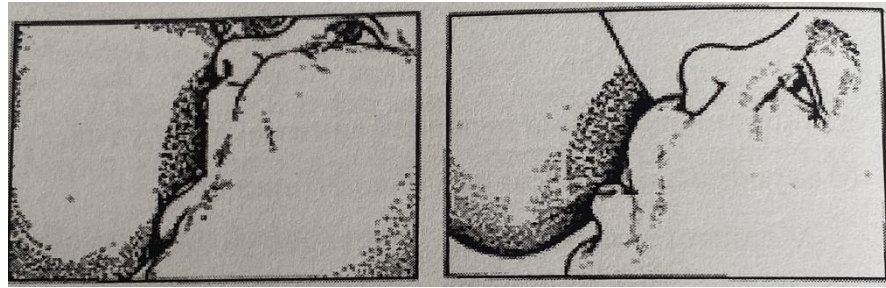
#### a) Tanda bayi menyusui dengan posisi atau perlekatan benar

Pada bayi baru lahir mengisap (sucking) utamanya menggunakan tongue stripping, yaitu gerakan untuk mengosongkan ASI dari payudara, gerakan lidah menyerupai ombak. Gerakan pada bayi yang menyusui pada payudara berlawanan dengan bayi yang mendapatkan susu formula, pada bayi yang mendapatkan susu formula gerakan atas bawah sedangkan bayi yang menyusui pada payudara gerakan peristaltik dari lidah ini bergerak dari bagian anterior mulut ke arah posterior. Pada saat bayi menyusui langsung ke payudara ibu maka diperlukan perlekatan yang baik agar tidak menimbulkan masalah contohnya adanya rasa sakit di daerah puting susu atau puting susu lecet ketika bayi menyusui, kunci utama pada perlekatan ketika bayi menyusui, sebagian besar areola ibu masuk ke dalam mulut bayi, bukan hanya sebatas puting susu saja. (Munthe Novta et al., 2022)

Ada beberapa posisi perlekatan menyusui yang benar antara lain yaitu :

1. Seluruh tubuhnya berdekatan dan terarah pada ibu (perut bayi menempel pada perut ibu)
2. Mulut dan dagunya berdekatan dengan payudara
3. Areola tidak akan bisa terlihat jelas
4. Dapat dilihat hisapan lambat dan dalam serta menelan
5. Bayi terlihat senang dan tenang
6. Ibu tidak merasakan nyeri pada puting susu (Sutanto Andina, 2020)

#### 4) Teknik Perlekatan yang benar

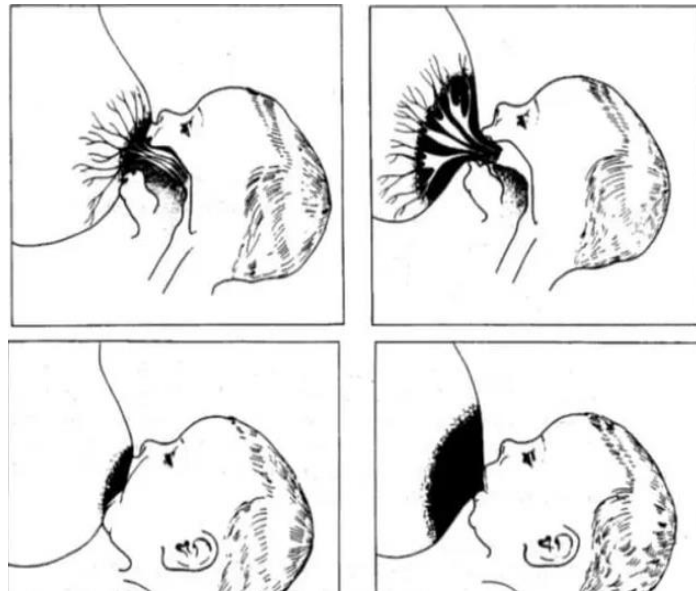


Perlekatan Benar

Perlekatan Salah

Bayi melekat dengan baik bayi tidak melekat dengan baik pada  
Pada payudara ibunya payudara ibunya

Gambar 8 Tanda Perlekatan Menyusui yang Baik



Gambar 9 Perlekatan Menyusu yang Benar

Perlekatan yang benar adalah kunci untuk keberhasilan menyusui. Perlekatan yang baik memungkinkan bayi untuk mendapatkan ASI dengan efektif dan mencegah masalah seperti putting lecet dan produksi ASI yang kurang. Berikut adalah Langkah-langkah untuk memastikan perlekatan yang benar:

- 1) Posisi bayi : pastikan bayi dalam posisi yang benar, yaitu dengan kepala, leher, dan tubuh bayi dalam satu garis lurus. Dagunya bayi harus menempel pada payudara ibu.

- 2) Bukaan mulut yang lebar : arahkan puting ibu ke arah langit-langit mulut bayi. Bayi harus membuka mulutnya lebar-lebar, dan sebagian besar areola (bagian gelap di sekitar puting) harus masuk ke dalam mulut bayi.
- 3) Bibir bayi : perhatikan bahwa bibir bayi mengarah ke luar, dan bukan tertarik ke dalam.
- 4) Tanda-tanda perlekatan yang benar : tanda bahwa perlekatan sudah benar antara lain tidak ada rasa sakit pada ibu, pipi bayi terlihat penuh saat menghisap, dan suara menelan ASI terdengar secara teratur. (Indrasari et al., 2024).

### **C. Hubungan Manajemen Laktasi dengan kenaikan Berat Badan Bayi**

Manajemen laktasi merupakan segala daya upaya yang dilakukan untuk membantu ibu mencapai keberhasilan dalam menyusui bayinya. Manajemen laktasi yang tepat membantu ibu memproduksi ASI sesuai dengan kebutuhan bayi. ASI merupakan makanan sempurna bagi bayi, mengandung semua nutrisi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangannya. (Priatna & Evi Nurafiah, 2020)

Berat badan merupakan ukuran antropometrik yang terpenting yang dipakai pada setiap kesempatan memeriksa kesehatan anak pada kelompok umur. Berat badan merupakan hasil peningkatan atau penurunan semua jaringan yang ada dalam tubuh antara lain, tulang, otot, lemak, cairan tubuh dan lainnya. Berat badan dipakai sebagai indikator yang terbaik pada saat ini untuk mengetahui keadaan Gizi dan tumbuh kembang anak, sensitive terhadap perubahan sedikit saja, pengukuran obyektif dan dapat diulangi, dapat digunakan timbangan apa saja yang relative murah, mudah dan tidak memerlukan banyak waktu (Harningtyas & Kurniawati, 2020)

Manajemen laktasi merupakan faktor penting dalam memastikan bayi mendapatkan nutrisi yang cukup dan tumbuh dengan optimal. Dengan menerapkan manajemen laktasi yang baik, ibu dapat membantu bayinya mencapai kenaikan berat badan yang sesuai dengan usianya.

#### D. Penelitian Terkait

Terkait Dalam penyusunan proposal ini, penulis sedikit banyak terinspirasi dan referensi dari penelitian-penelitian sebelumnya berkaitan dengan latar belakang masalah pada laporan tugas akhir skripsi ini.

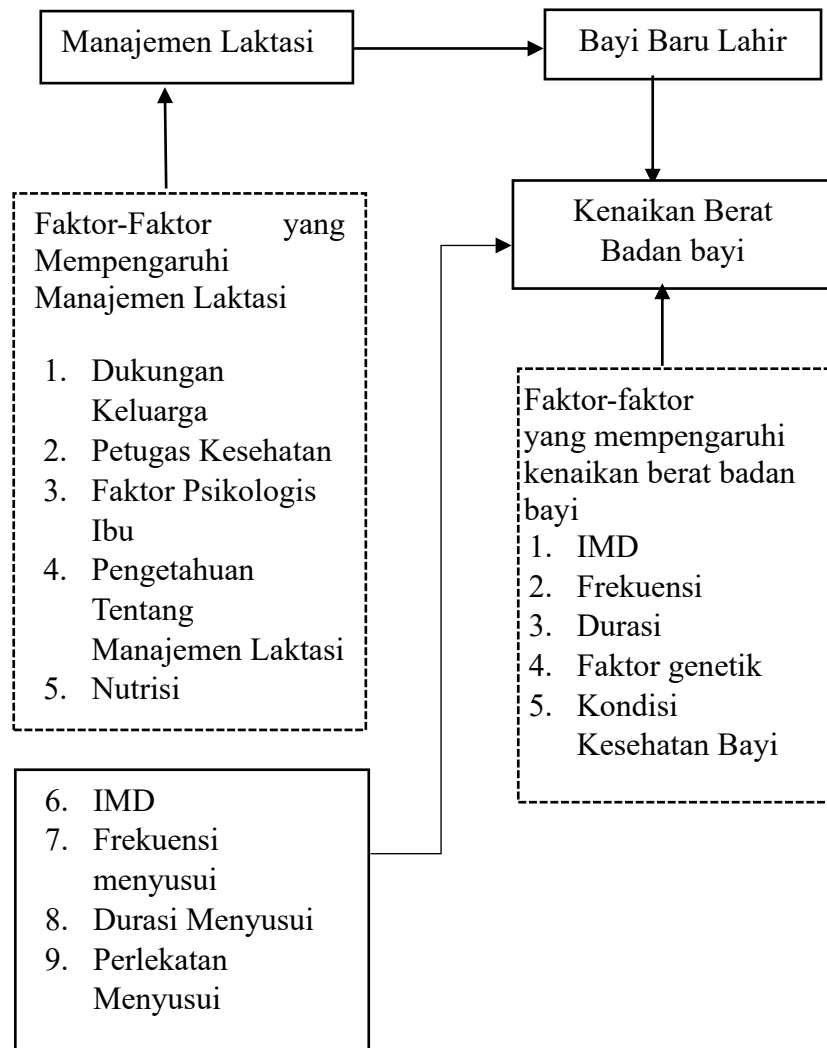
Berikut ini penelitian terdahulu yang berhubungan dengan laporan tugas akhir ini antara lain:

1. Menurut penelitian jurnal *Excellent Midwifery Journal* Volume 4 No. 1, April 2021 di dalam penelitian Hubungan frekuensi dan lama menyusui dengan berat badan bayi di wilayah puskesmas Karo Kota Madya Pematang Siantar tahun 2020. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 26 orang responden yang termasuk dalam kategorial lama menyusui baik, diketahui sebanyak 21 orang (80,8%) mengalami kenaikan berat badan bayi, sedangkan 5 orang responden (19,2%) tidak mengalami kenaikan berat badan. Dari 14 responden yang termasuk dalam kategorial lama menyusui cukup, diketahui sebanyak 11 orang responden (78,65%), tidak mengalami kenaikan berat badan, hanya 3 orang responden (21,4%) yang mengalami kenaikan berat badan. Sedangkan 7 orang responden yang termasuk dalam kategorial lama menyusui kurang, sebanyak 5 orang responden (71,4%) tidak mengalami kenaikan berat badan, hanya 2 orang responden (28,6%).
2. Menurut penelitian jurnal *simfisis Jurnal Kebidanan Indonesia* Volume 02, Nomor 02, November 2022 di dalam penelitian Hubungan Frekuensi Menyusui, Berat Badan Bayi Waktu Lahir, dan Perawatan Payudara Ibu dengan Peningkatan Berat Badan Bayi Usia 1-6 Bulan di Klinik PT. Rea Kaltim Tahun 2022. Hasil penelitian uji statistik didapatkan p-value 0,024 ( $p < 0,05$ ), Maka  $H_0$  di tolak, yang berarti secara statistik menunjukan bahwa ada hubungan frekuensi menyusui dengan kejadian peningkatan berat badan bayi 1-6 bulan dengan nilai OR 4,156. Hal ini berarti responden dengan frekuensi menyusui yang tidak sering berpeluang sebanyak 4,1 kali terhadap kejadian peningkatan berat badan bayi 1-6 bulan. Bayi memiliki jadwal menyusui yang harus diketahui oleh

ibu, biasanya bila bayi merasa lapar, ia akan menangis minta disusui. Bayi sebaiknya diberi selang waktu dua jam dari minumnya yang terakhir.

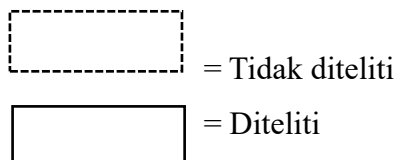
3. Menurut penelitian Jurnal *International Journal of Medicine and Health* (IJMH) Vol.1, No.3 September 2022 di dalam penelitian *The Effectiveness of IMD Implementation on Infant Weight Gain at The Kolelet Health Center Lebak Banten in 2022*. Hasil penelitian dari 30 responden dengan berat badan bayi rata-rata sebelum IMD = 2.965,00 gram dengan minimum = 2.700 gram dan maksimum = 3.400 gram, sedangkan berat badan bayi sesudah dilakukan IMD rata-rata = 3.333,67 gram dengan minimum = 3.070 gram dan maksimum = 3.760 gram sehingga didapatkan selisih rata-rata sebesar 368,67 gram. Hasil uji beda menggunakan Paired Sample Test sebelum dan sesudah IMD diperoleh nilai  $p = 0,000 < 0,005$ , dengan demikian dari hasil analisis dapat diketahui bahwa terdapat efektivitas pelaksanaan IMD terhadap kenaikan berat badan bayi di Puskesmas Kolelet Lebak Banten Tahun 2022.
4. Menurut penelitian jurnal *Indian Journal of Neonatal Medicine and Research* Vol 11, No,4 Oktober 2023 di dalam penelitian *LATCH Score as a Tool to Predict Weight Gain in Term Babies at Six Weeks Post-discharge: A Prospective Cohort Study*. Hasil penelitian rata-rata usia ibu 26,21 sampai 40 tahun dan terdapat 200 bayi laki-laki dan 155 bayi Perempuan. Rata-rata skor LATCH pada saat menyusui pertama ditemukan sebesar 3,91. Alasan skor LATCH yang buruk Sebagian besar disebabkan oleh ibu primipara (42%) dan posisi yang salah (35,5%). Korelasi positif yang signifikan ditemukan antara peningkatan skor LATCH dan penambahan berat badan pada bayi. (Lakshmi et al., 2023)

### E. Kerangka Teori



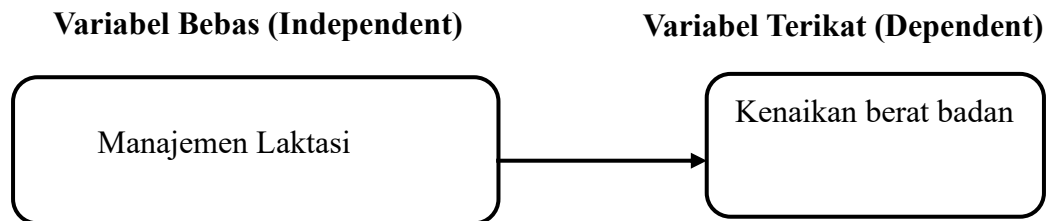
Sumber Modifikasi : (Simanjuntak, 2019) (Prihatini, 2023) (Anggraeni, Bange, 2022) & (Norma, 2019)

Keterangan :



## F. Kerangka Konsep

Kerangka konsep menjelaskan secara konseptual hubungan antara variable penelitian, hubungan masing masing teori, dan menjelaskan hubungan antara dua variable yaitu keterangan situasi masalah (Variabel independent) dan situasi masalah (Variabel dependen).(Sutriyawan, 2021)



Gambar 10. Kerangka Konsep

## G. Variable Penelitian

Variabel penelitian adalah nilai yang berbeda-beda serta memiliki variasi dari satu objek/kategori dengan objek/kategori yang lainnya, nilai-nilai yang ada dapat dinyatakan dengan satu ukuran atau dapat diukur (Adiputra, 2021). Definisi Menurut (Sugiyono, 2019) definisi variabel penelitian adalah karakteristik atau atribut dari individu atau organisasi yang dapat diukur atau diobservasi yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dijadikan pelajaran dan kemudian ditarik kesimpulannya. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel bebas (independent variable) dan variabel terikat (dependent variable). Variable dalam penelitian ini adalah Manajemen Laktasi (independent) dan Kenaikan Berat Badan Bayi (dependent).

## H. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah suatu asumsi atau perkiraan yang bersifat logis, prediksi atau ramalan ilmiah yang dapat mengarahkan jalan pikiran dari peneliti mengenai masalah penelitian yang akan dihadapi, yang perlu diujikan kebenarannya (Sutriyawan, 2021).

H1 : Ada Hubungan Manajemen Laktasi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi di Puskesmas Banyumas.

## I. Definisi Operasional

Definisi Operasional merupakan Batasan dari variable-variabel yang akan diteliti secara operasional atau aplikatif di lapangan. Manfaat dari definisi operasional adalah untuk mengarahkan pengukuran atau melakukan pengamatan terhadap variabel-variabel yang akan diteliti serta dapat digunakan sebagai pengembangan instrument penelitian. (Sutriyawan, 2021).

Tabel 3. Definisi Operasional

| No                          | Variabel                     | Definisi Operasional                                                                                                                                                                   | Alat Ukur                             | Cara Ukur         | Hasil Ukuran                                                                                                     | Skala Ukur |
|-----------------------------|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>Variabel Dependent</b>   |                              |                                                                                                                                                                                        |                                       |                   |                                                                                                                  |            |
| 1.                          | Kenaikan Berat Badan Bayi    | Hasil pengukuran berat badan bayi dalam satuan gram dibandingkan hasil pengukuran bulan lalu bila sesuai dengan standar KMS sama dengan atau lebih naik atau kurang dengan standar KMS | <i>baby scale</i> atau timbangan bayi | Ditimbang         | Hasil pengukuran berat badan bayi dalam satuan gram<br>0 : kurang dari standar KMS<br>1 : lebih dari standar KMS | Numerik    |
| <b>Variabel Independent</b> |                              |                                                                                                                                                                                        |                                       |                   |                                                                                                                  |            |
| 2.                          | IMD (Inisiasi menyusui dini) | Pengakuan ibu terhadap pelaksanaan IMD pertama kali kepada bayi segera setelah lahir.                                                                                                  | Kuesioner                             | Mengisi Kuesioner | 0: tidak IMD<br>1: IMD                                                                                           | Ordinal    |
| 3.                          | Frekuensi menyusui           | Pengakuan ibu seberapa sering bayi diberi ASI dalam 24 jam                                                                                                                             | Kuesioner                             | Mengisi Kuesioner | 0 :frekuensi menyusui kurang dari 8 kali dalam sehari<br>1 : frekuensi menyusui                                  | Ordinal    |

|    |                     |                                                                                                                                                                                               |           |                                             |                                                                                                                                       |         |
|----|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
|    |                     |                                                                                                                                                                                               |           |                                             | lebih dari 8 kali dalam sehari                                                                                                        |         |
| 4. | Durasi menyusui     | Pengakuan ibu lamanya waktu bayi menyusui pada satu kali sesi menyusui, berapa menit dalam menyusui                                                                                           | Kuesioner | Mengisi Kuesioner dan juga lembar observasi | 0 : lama menyusui kurang dari 20-30 menit per sesi dalam menyusui<br>1 : lama menyusui lebih dari 20-30 menit per sesi dalam menyusui | Ordinal |
| 5. | Perlekatan menyusui | Merupakan posisi dan cara bayi menempel pada payudara ibu saat menyusui, proses di mana bayi menggigit dan menghisap payudara ibu dengan benar, yang memastikan pengambilan ASI yang efektif. | Observasi | Lembar observasi                            | 0 : perlekatan menyusui kurang tepat<br>1 : perlekatan menyusui tepat                                                                 | Ordinal |