**Faktor yang Berhubungan Dengan Produksi Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui**

**Visti Delvina,S.ST.M.Keb1), Resty Noflida Putri, S.ST, M.Kes2), Mira Angraini3),**

Fakultas Kesehatan Program Studi kebidanan Program Sarjana Terapan,

Universitas Fort De Kock Bukittinggi,

Email : [vistidelvina@fdk.ac.id](mailto:vistidelvina@fdk.ac.id)

**ABSTRAK**

Data Badan Kesehatan Dunia (WHO) 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. Sumatra Barat didapatkan dilakukan IMD 62,7% dengan lama IMD < 1 jam sebanyak 86,8%. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rimbo Data Tahun 2021. Penelitian dilakukan dengan metode *Deskriptif analitik* dengan pendekatan *crosectional* pada tanggal 10 Juli sampai 10 Agustus 2021 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rimbo Data, populasi dalam penelitian ini 45 orang, dan sampel penelitian sebanyak 45 orang, dengan teknik pengambilan sampel *total sampling* dan data di olah secara *univariate* dan *bivariate.* Hasil univariat didapatkan 55,6% makanan cukup, 51,1% pemberian ASI tidak sesuai, 57,8% tidak dilakukan perawatan payudara, 62,2% pola istirahat kurang cukup, 55,6% responden bekerja, 51,1% dukungan suami, 62,2% produksi ASI cukup. 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). artinya ada hubungan makanan ibu, pemberian ASI ibu, perawatan payudara ibu, pola istirahat ibu, dukungan suami dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui. Kesimpulan dari penelitian ini adanya hubungan makanan ibu, pemberian ASI ibu, perawatan payudara ibu, pola istirahat ibu, dukungan suami dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui. Disarankan pada pelayanan kesehatan untuk memberikan pendidikan kesehatan kepada ibu tentang jenis makanan yang dapat meningkatkan produksi ASI.

**Kata Kunci : Faktor Produksi ASI**

***ABSTRACT***

*According to World Health Organization (WHO) data in 2020, the average rate of exclusive breastfeeding in the world was only around 38 percent. In Indonesia though a large number of women (96%) breastfeed their children. West Sumatra, it was found that 62.7% IMD was performed with IMD duration < 1 hour as much as 86.8%. The purpose of this study was to determine Factors Related to Breast Milk Production for Breastfeeding Mothers in Rimbo Data Community Health Center in 2021. The type of this study was analytical descriptive method with a cross-sectional approach from 10 July to 10 August 2021 in working area of Rimbo Data Community Health Center. The population was 45 people and by using total sampling technique 45 people were chosen as the samples. The data were analyzed by univariate and bivariate. Analysis. The univariate results obtained 55.6% of the respondents had adequate diet, 51.1% of them had inappropriate breastfeeding, 57.8% of the respondents did not do breast care, 62.2% of them had insufficient rest pattern, 55.6% of respondents had a job, 51.1% of them stated that they receivedgood support from their husband, 62.2% of them had sufficientbreast milk production. Moreover, the bivariate results obtained maternal food (p = 0.0015, OR = 6), mother's breastfeeding (p = 0.019, OR = 6), maternal breast care (0.000, OR = 3), mother's rest pattern (p = 0.000, OR =19), husband's support (p=0.000, OR=22). it means that there was a relationship between mother's food, mother's breastfeeding, mother's breast care, mother's rest pattern, husband's support toward breast milk production in breastfeeding mothers. In short, there was a correlation between maternal food, maternal breastfeeding, maternal breast care, maternal rest patterns, husband's support and breast milk production in breastfeeding mothers. It is recommended that health services provide health education to mothers in order to increase breast milk production.*

***Keywords : Breast Milk Production Factors***

**PENDAHULUAN**

Data Badan Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2018 masih menunjukkan rata-rata angka pemberian ASI eksklusif di dunia baru berkisar 38 persen. Di Indonesia meskipun sejumlah besar perempuan (96%) menyusui anak mereka dalam kehidupan mereka, hanya 42% dari bayi yang berusia di bawah 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif. Pada saat anak-anak mendekati ulang tahunnya yang ke dua, hanya 55% yang masih diberi ASI. Jika dibandingkan dengan target WHO yang mencapai 50%, maka angka tersebut masihlah jauh dari target.

Berdasarkan Riskesdas 2018 didapatkan bahwa proporsi IMD dan lamanya IMD pada anak 0-23 bulan menurut umur 0-5 bulan terdapat 56,7% dengan lama IMD < 1 jam sebanyak 83,8%. Proporsi waktu mulai menyusui pada anak 0-23 bulan 1-6 jam terdapat 43,5%. Pemberian ASI saja dalam 24 jam terakhir pada bayi 0-5 bulan menurut kelompok umur yaitu 74,5%. Secara Nasional cakupan bayi mendapat ASI eksklusif tahun 2018 yaitu sebesar 67,74 %. Angka tersebut sudah melampaui target Renstra tahun 2019 yaitu 50 %. Persentase tertinggi cakupan pemberian ASI eksklusif adalah terdapat pada Provinsi Nusa Tenggara Barat (82,26 %), sedangkan persentase terendah terdapat di Provinsi Papua Barat (41,12 %). Terdapat empat Provinsi yang belum mencapai target Renstra 2019 yaitu Gorontalo, Maluku, dan Papua Barat (RISKESDAS, 2018).

Berdasarkan data Riskesdas 2018, Sumatra Barat didapatkan dilakukan IMD 62,7% dengan lama IMD < 1 jam sebanyak 86,8%. Waktu menyusui pada anak 0-23 bulan 30,2% waktunya < 1 jam, 49,6% waktu mulai menyusui 1-6 jam, 6,5% waktu mulai menyusui 7-23 jam, 6,2% waktu menyusui 24-47 jam, dan 7,4% waktu mulai menyusui ≥ 48 jam. Pemberian ASI ekslusif pada bayi umur 0-5 bulan (dalam 24 jam terakhir hanya konsumsi ASI saja dan tidak mengonsumsi makanan/minuman dalam 24 jam terakhir) yaitu 35% (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Sumatera Barat, cakupan pemberian ASI eksklusif di Provinsi Sumatera Barat tiga tahun terakhir cenderung mengalami peningkatan, dimana pada tahun 2016 cakupan pemberian ASI eksklusif adalah 67,4% dengan target 75.0 %, tahun 2017 cakupannya adalah 72,5% dengan target 80.0%, dan cakupan ASI eksklusif tahun 2018 adalah 75,1%dengan target 83,0%. Hal ini menunjukkan bahwa Provinsi Sumatera Barat belum mencapai target program nasional. Kota Padang berada di urutan ke 14 tertinggi dengan cakupan ASI eksklusif 70,5% (Dinas Kesehatan Kota, 2020).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Lima Puluh Kota, cakupan pemberian ASI eksklusif di Kabupaten Lima Puluh Kota 2 tahun terakhir cenderung mengalami peningkatan, dimana pada tahun 2019 cakupan pemberian ASI eksklusif adalah 67,18% dengan target 75.0 %, tahun 2020 cakupannya adalah 69,88% dengan target 80.0%. Cakupan pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Rimbo Data 2 tahun terakhir cenderung mengalami peningkatan, dimana pada tahun 2019 cakupan pemberian ASI eksklusif adalah 66,67% dengan target 75.0 %, tahun 2020 cakupannya adalah 71,43% dengan target 80.0%. Hal ini menunjukkan bahwa Kabupaten Lima Puluh Kota belum mencapai target program nasional. (Dinas Kesehatan Kota, 2020).

ASI merupakan cairan ciptaan Allah swt yang tiada tandingannya untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi dan melindungi terhadap infeksi. Keseimbangan zat-zat gizi dalam air susu ibu berada pada tingkat terbaik dan air susunya memeiliki bentuk paling baik bagi tubuh bayi yang baru lahir. Pada saat yang sama, ASI juga sangat kaya akan nutrisi yang mempercepat pertumbuhasel- sel otak dan perkembangan system saraf. Makanan bayi yang terbuat dengan teknologi dapat menggantikan keajabain cairan ciptaanNya ( Wiji, 2013).

Produksi ASI dapat meningkat atau menurun tergantung pada stimulasi pada kelenjer payudara terutama pada minggu pertama laktasi. Faktor- fakor yang mempengaruhi produksi ASI adalah makanan, frekuensi pemberian ASI, perawatan payudara, pola istirahat (Atikah Proverawati, 2010). Selain itu produksi ASI lancer atau tidak lancarnya ditandai dengan bayi minum ASI 2-3 jam mendapatkan ASI 8-10 kali pada minggu pertama, kotoran bewarna kuning dengan frekuensi sering dan warna menjadi lebih muda, bayi akan buang air kecil (BAK) setidaknya 6-8 kali sehari, pertumbuhan berat badan (BB) bayi dan tinggi badan (TB) sesuai dengan gafik pertumbuhan, bayi kelihatan puas, sewaktu-waktu saat lapar bangun dan bangun tidur dengan cukup ( Wiji, 2013)

Pada ibu yang normal dapat menghasilkan ASI kira- kira 550-1000 ml setiap hari, jumlah ASI tersebut dipengaruhi oleh beberapa factor sebagai berikut makanan sangat dipengaruhi oleh produksi ASI, makanan ibu harus memenuhi jumlah kalori, protein, lemak dan vitamin serta mineral yang cukup selain itu ibu- ibu di anjurkan minum lebih banyak kurang lebih 8- 12 grlas / hari ( Kristiyanasari, 2011).

Masalah dalam proses menyusui dapat kita jumpai pada ibu menyusui yaitu puting susu datar atau terbenam, payudara bengkak yang disebabkan oleh bayi tidak menyusu dengan kuat, posisi bayi pada payudara salah sehingga proses menyusui tidak benar, bayi sering menangis disebabkan oleh sering lapar karena bayi tidak kenyang dalam menyusui ( Nugroho, 2011).

Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon oksitosin, hormon prolakatin, refleks prolaktin dan *let down refleks*. Pada saat bayi menghisap puting maka akan terjadi refleks prolaktin yang akan merangsang hormon prolaktin untuk memproduksi ASI dan *let down refleks* yang akan merangsang pengaliran ASI Ramlannarie, 2010).

Dalam kondisi normal, jumlah produksi ASI yang dihasilkan ibu selalu mengikuti kebutuhan bayi. Produksi ASI optimal tercapai setelah hari ke 10-14 setelah kelahiran. pada hari-hari pertama setelah kelahiran produksi ASI sekitar 10–100 ml sehari, produksi ASI yang efektif akan terus meningkat sampai 6 bulan dengan rata-rata produksi 700-800ml setiap hari, selanjutnya poduksi ASI menurun menjadi 500-700 ml setelah 6 bulan pertama (Mulyani, 2013).

Faktor yang mempengaruhi produksi ASI berasal dari internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik, psikologis, pengetahuan ibu dan faktor fisik bayi sedangkan faktor eksternal diantaranya inisiasi menyusui dini (IMD) dan frekuensimenyusui (Kadir, 2014). Kondisi fisik seperti kelainan anatomi fisiologi, usia, paritas, dan asupan nutrisi ibu merupakan faktor internal yang mempengaruhi produksi ASI. Sebagian besar ibu bekerja telah memiliki intensi untuk memberikan ASI eksklusifsejak hamil, namun setelah kembali bekerja produksiASI menjadi sedikit dan tidak mencukupi kebutuhanbayi sehingga ibu memberikan tambahan susuformula ( Padmawati, 2015).

Makanan yang dikonsumsi ibu menyusui sangat berpengaruh terhadap produksi ASI. Apabila makanan yang ibu makan cukup akan gizi dan pola makan yang teratur, maka produksi ASI akan berjalan dengan lancer. (Rizki Natia Wiji, 2013). Untuk memproduksi ASI yang baik, maka kondisi kejiwaan dan pikiran harus tenang. Keadaan psikologis ibu yang tertekan, sedih dan tegang akan menurunkan volume ASI. (Rizki Natia Wiji, 2013).

Semakin sering bayi menyusu pada payudara ibu, maka produksi dan pengeluaran ASI akan semakin banyak. Akan tetapi, freuensi penyusuan pada bayi premature dan cukup bulan berbeda. Studi mengatakan bahwa pada produksi ASI bayi premature akan optimal dengan pemompaan ASI lebih dari 5 kali perhari selama bulan pertama setelah melahirkan. Pemompaan dilakukan karena bayi premature belum dapat menyusu. Sedangkan bayi yang cukup bulan, frekuensi penyusuan 10 kali perhari selama 2 minggu pertama setelah melahirkan berhubungan dengan produksi ASI yang cukup. Sehingga direkomendasikan penyusuan paling sedikit 8 kali perhari pada periode awal setelah melahirkan. Frekuensi penyusuan ini berkaitan dengan kemampuan stimulasi hormone dalam kelenjer payudara. Dan ASI diberikan secara on demand dan sesuai kebutuhan, setiap hari selama 24 jam ( Wiji, 2013).

Indikasi perawatan payudara ini dilakukan pada payudara yang tidak mengalami kelainan seperti bengkak, lecet dan putting inverted (putting tidak menonjol / masuk kedalam) terdapat beberapa cara dalam melakukan perawatan payudara pada ibu menyusui dengan cara pemijatan payudara pada ibu menyusui yang dilakukan 2 kali sehari. (Weni Kristiyanasari, 2013). Faktor istirahat mempengaruhi produksi dan pengeluaran ASI. Apabila kondisi ibu terlalu capek, kuang istirahat maka ASI juga berkurang ( Wiji, 2013)

Berdasarkan Survey data awal yang didapatkan dari bulan januari sampai Maret 2021 di Puskesmas Rimbo Data, didapatkan jumlah ibu yang menyusui sebanyak 45 orang. Berdasarkan hasil wawancara dengan 10 orang ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Rimbo Data di dapatkan 3 dari 10 orang ibu menyusui mengatakan produksi ASI nya normal sedangkan 7 orang ibu menyusui lainnya mengatakan produksi ASI kurang lancar dan jumlah ASI nya sedikit menyebabkan bayinya sering menangis dan ibu menyusui tidak mengetahui apa saja faktor-faktor yang berhubungan dengan produksi ASI. Berdasarkan wawancara dengan petugas kesehatan di Puskesmas Rimbo Data, Peran petugas puskesmas tentang masalah ini yaitu petugas puskesmas memberikan penyuluhan atau memberikan informasi kepada ibu menyusui tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan produksi ASI pada saat puskesmas melakukan posyandu (*Medical Record* Puskesmas Rimbo Data, 2021).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rimbo Data Tahun 2021.

**METODE PENELITIAN**

Penelitian dilakukan dengan metode *Deskriptif analitik* dengan pendekatan *crosectional* pada tanggal 10 Juli sampai 10 Agustus 2021 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rimbo Data, populasi dalam penelitian ini 45 orang, dan sampel penelitian sebanyak 45 orang, dengan teknik pengambilan sampel *total sampling* dan data di olah secara *univariate* dan *bivariate.*

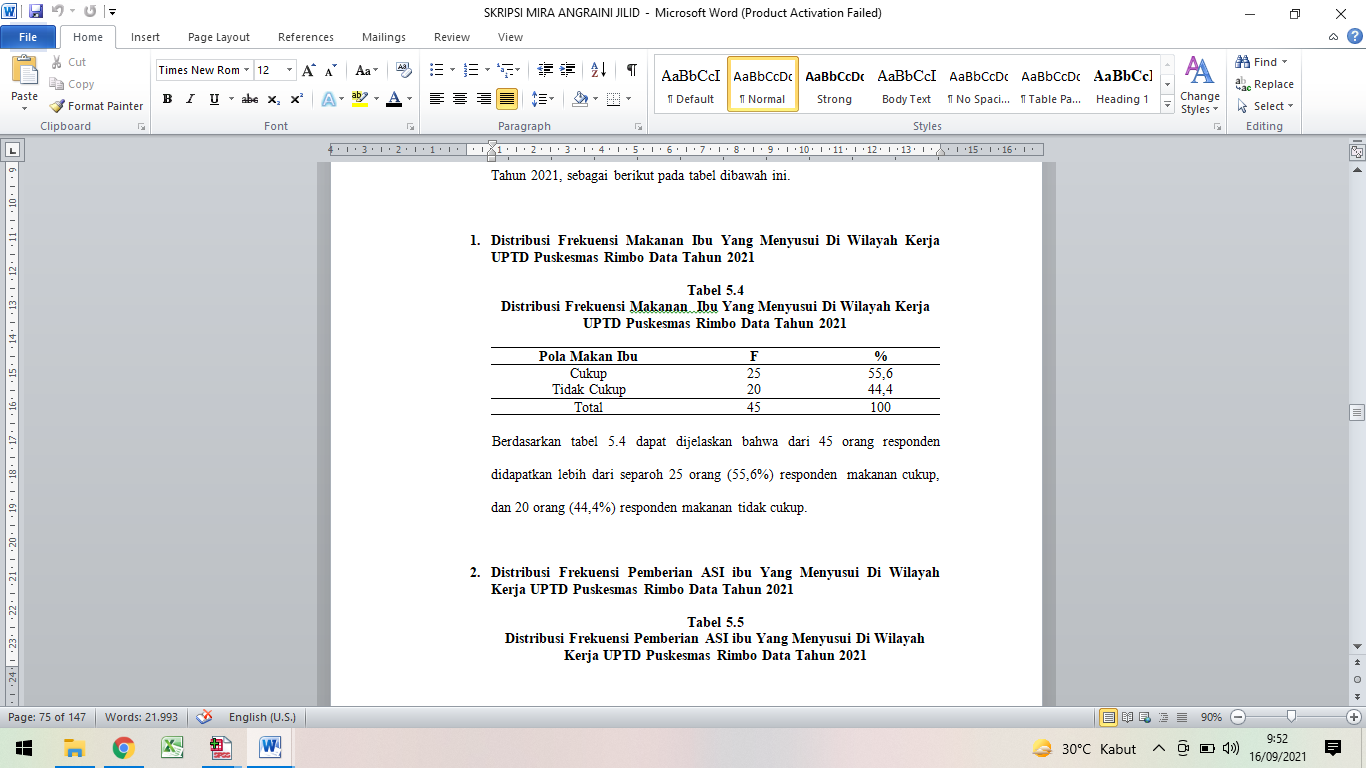
**Hasil Penelitian**

**Analisa Univariat**

1. **Distribusi Frekuensi Makanan Ibu Yang Menyusui**

**Tabel 1**

**Distribusi Frekuensi Makanan Ibu Yang Menyusui**

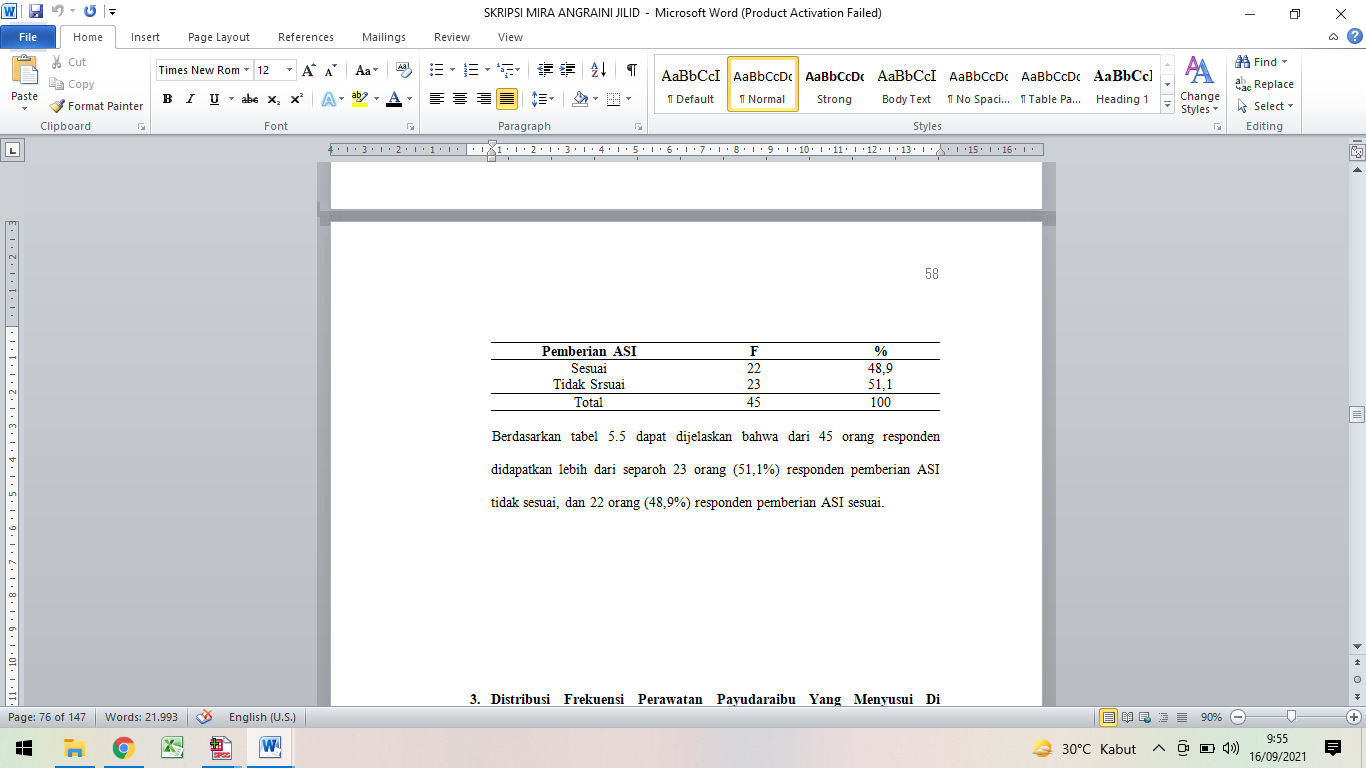


Berdasarkan tabel 1 dapat dijelaskan bahwa dari 45 orang responden didapatkan lebih dari separoh 25 orang (55,6%) responden makanan cukup, dan 20 orang (44,4%) responden makanan tidak cukup.

1. **Distribusi Frekuensi Pemberian ASI ibu Yang Menyusui**

**Tabel 2**

**Distribusi Frekuensi Pemberian ASI ibu Yang Menyusui**

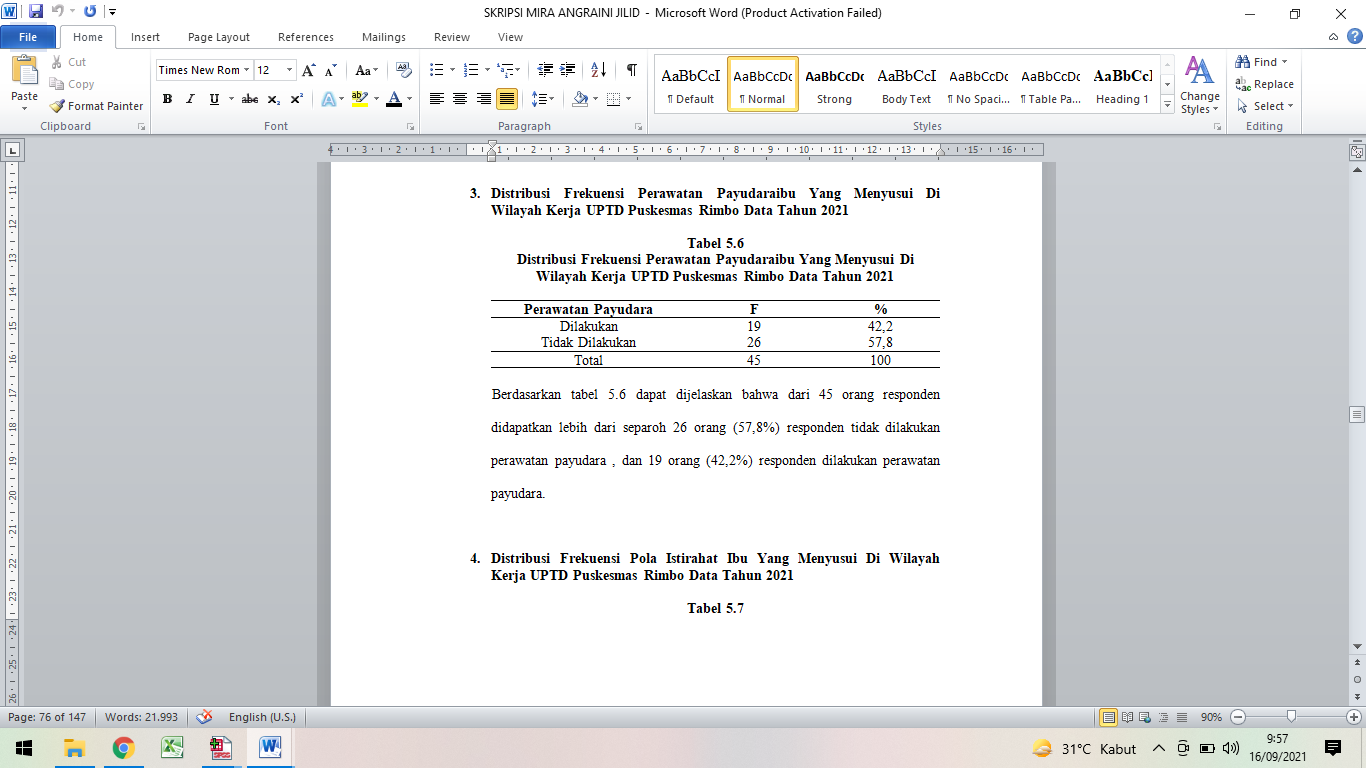


Berdasarkan tabel 2 dapat dijelaskan bahwa dari 45 orang responden didapatkan lebih dari separoh 23 orang (51,1%) responden pemberian ASI tidak sesuai, dan 22 orang (48,9%) responden pemberian ASI sesuai

1. **Distribusi Frekuensi Perawatan Payudaraibu Yang Menyusui**

**Tabel 3**

**Distribusi Frekuensi Perawatan Payudaraibu Yang Menyusui**

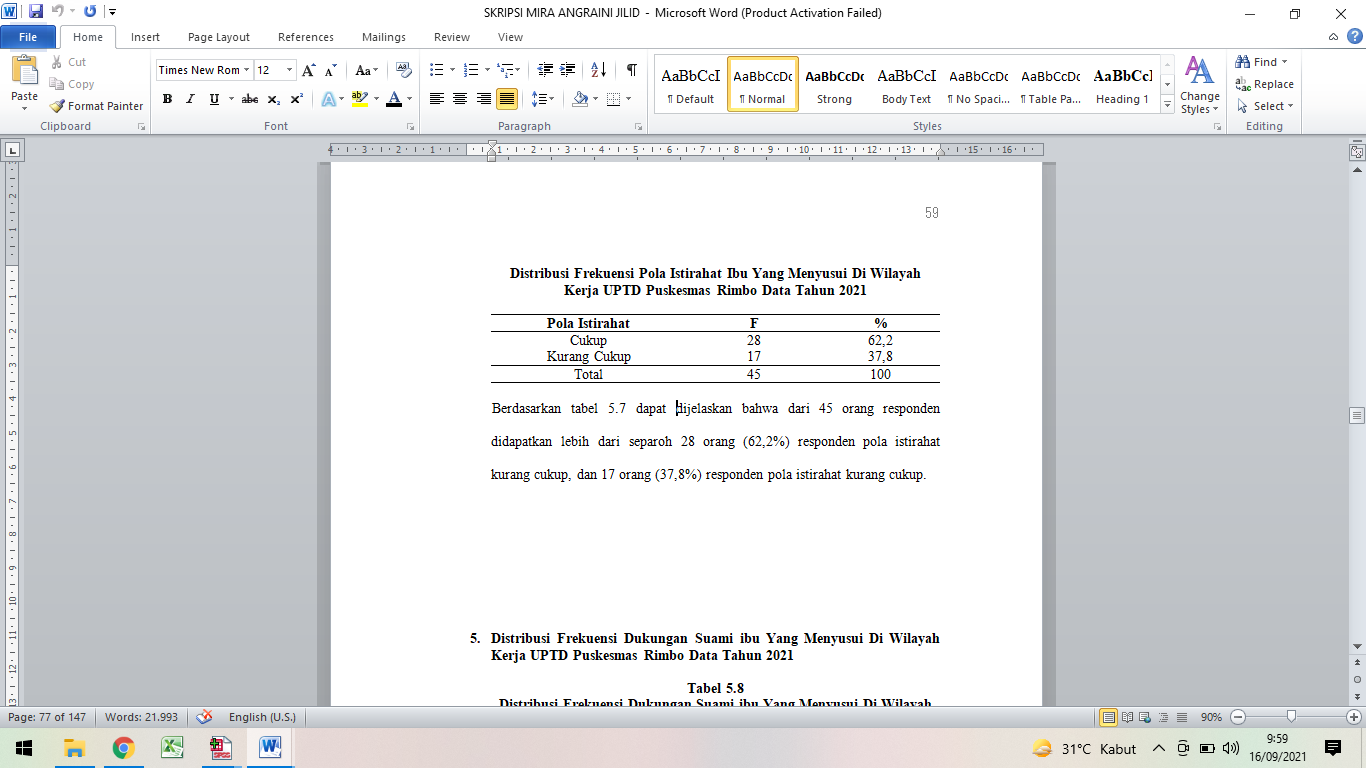


Berdasarkan tabel 3 dapat dijelaskan bahwa dari 45 orang responden didapatkan lebih dari separoh 26 orang (57,8%) responden tidak dilakukan perawatan payudara , dan 19 orang (42,2%) responden dilakukan perawatan payudara.

1. **Distribusi Frekuensi Pola Istirahat Ibu Yang Menyusui**

**Tabel 4**

**Distribusi Frekuensi Pola Istirahat Ibu Yang Menyusui**

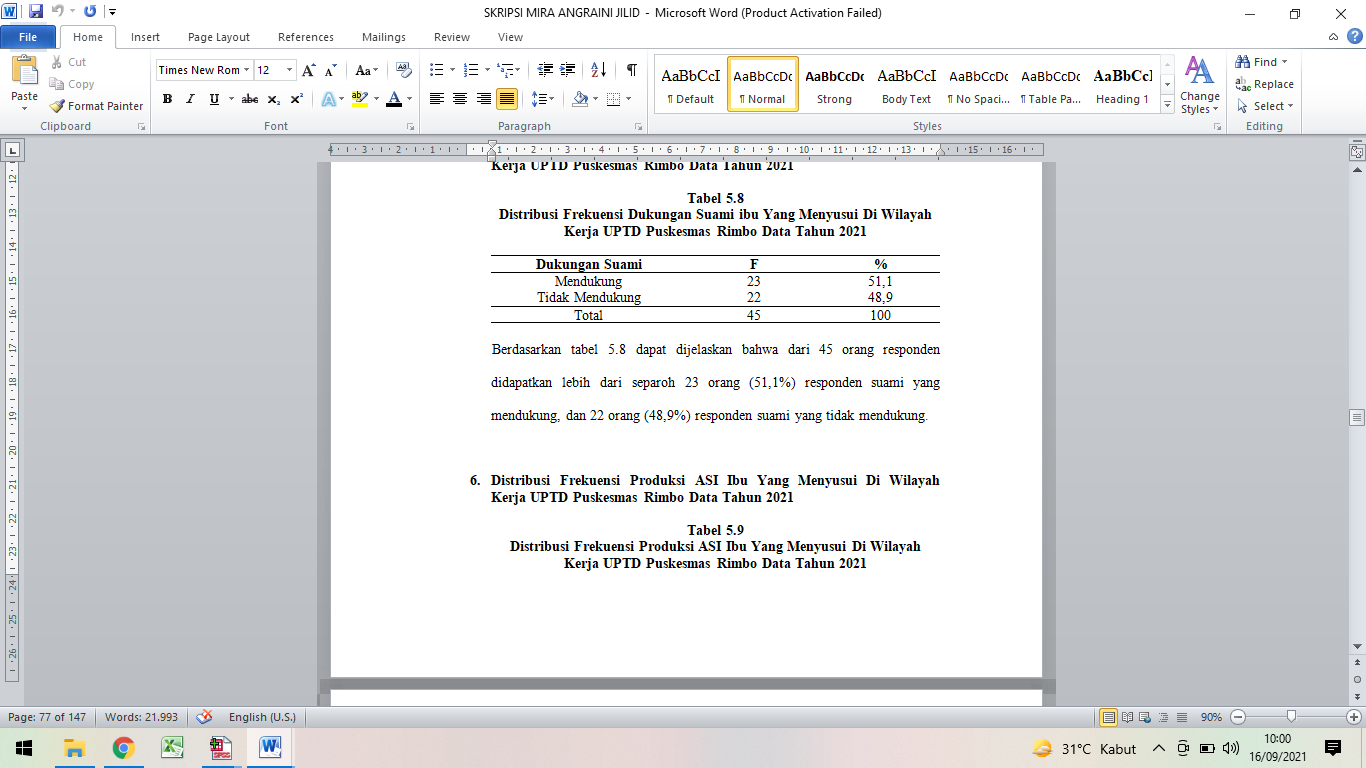


Berdasarkan tabel 4 dapat dijelaskan bahwa dari 45 orang responden didapatkan lebih dari separoh 28 orang (62,2%) responden pola istirahat kurang cukup, dan 17 orang (37,8%) responden pola istirahat kurang cukup.

1. **Distribusi Frekuensi Dukungan Suami ibu Yang Menyusui**

**Tabel 5**

**Distribusi Frekuensi Dukungan Suami ibu Yang Menyusui**

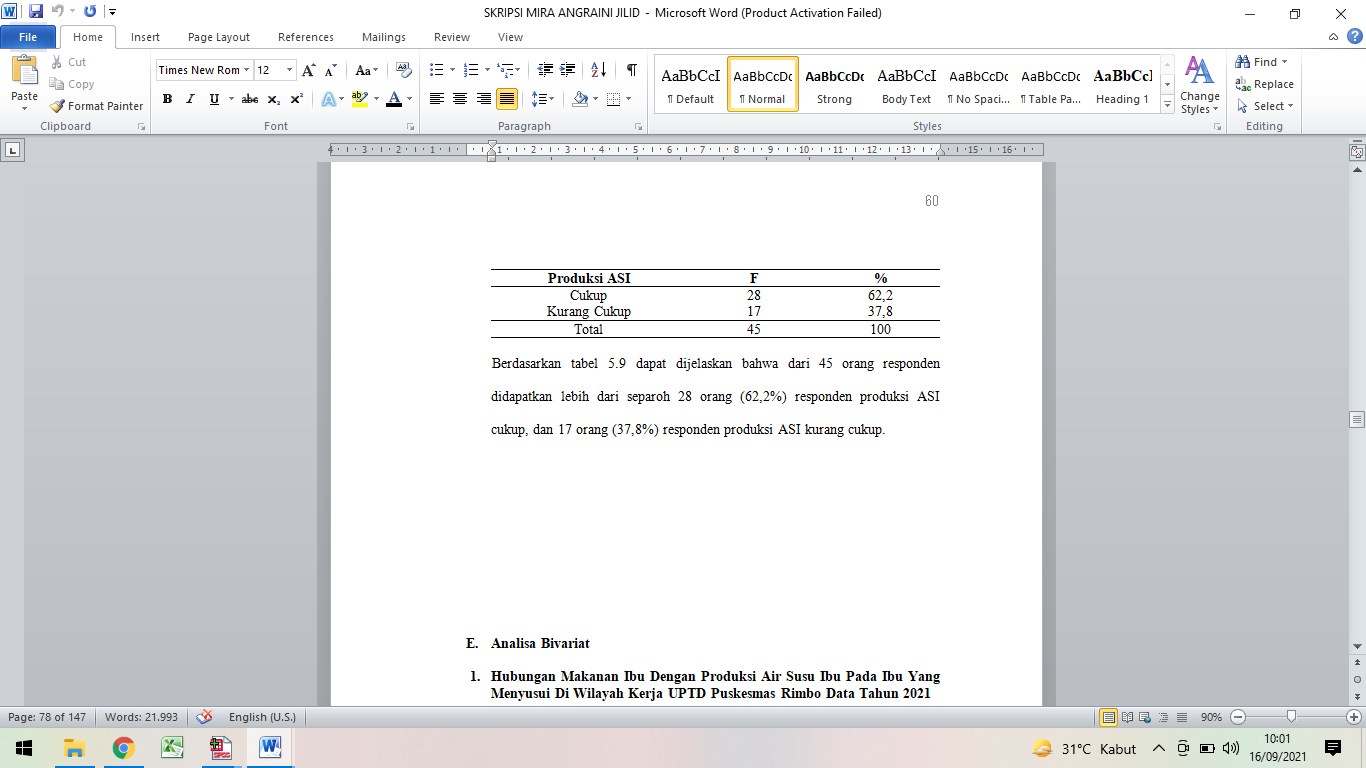


Berdasarkan tabel 5 dapat dijelaskan bahwa dari 45 orang responden didapatkan lebih dari separoh 23 orang (51,1%) responden suami yang mendukung, dan 22 orang (48,9%) responden suami yang tidak mendukung.

1. **Distribusi Frekuensi Produksi ASI Ibu Yang Menyusui**

**Tabel 6**

**Distribusi Frekuensi Produksi ASI Ibu Yang Menyusui**



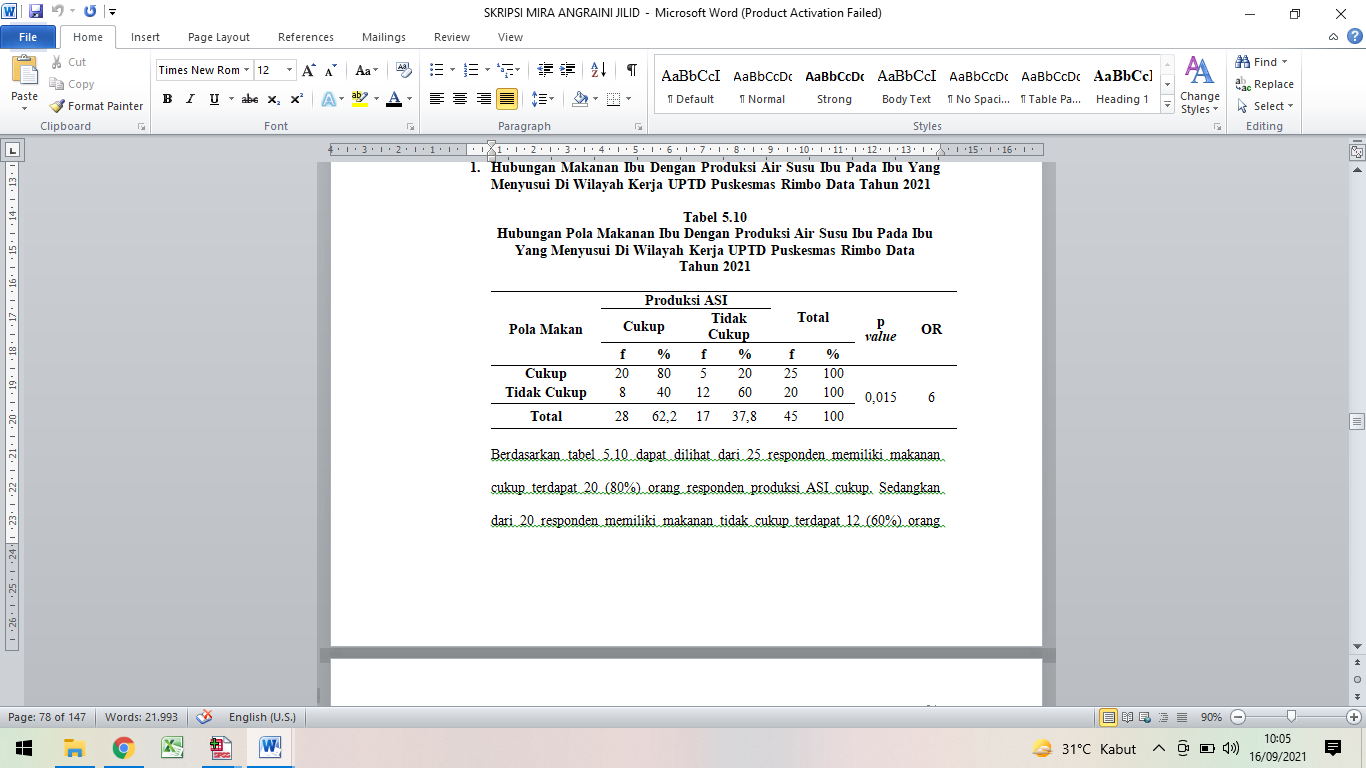
Berdasarkan tabel 6 dapat dijelaskan bahwa dari 45 orang responden didapatkan lebih dari separoh 28 orang (62,2%) responden produksi ASI cukup, dan 17 orang (37,8%) responden produksi ASI kurang cukup.

**Analisa Univariat**

1. **Hubungan Makanan Ibu Dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui**

**Tabel 7**

**Hubungan Pola Makanan Ibu Dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui**

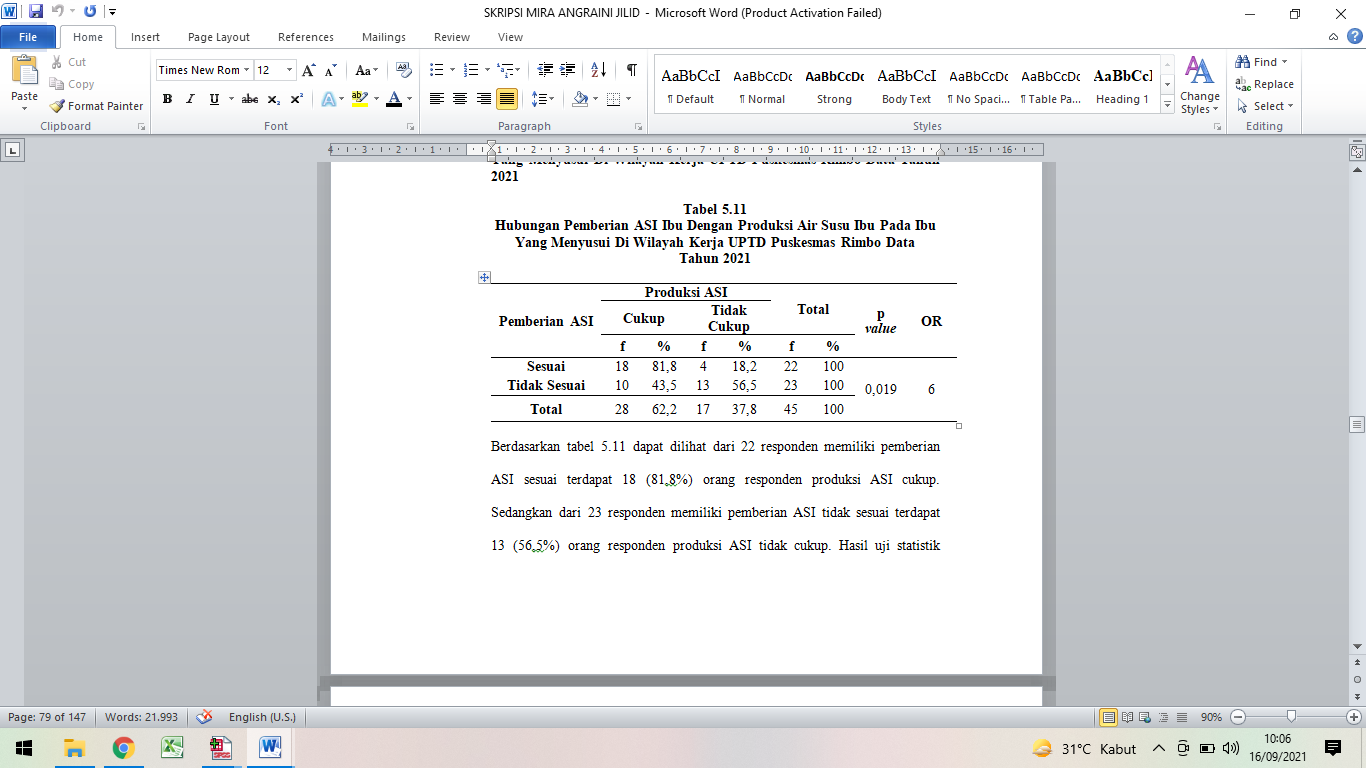


Hasil uji statistik diperoleh p *value* = 0,015 (p<α) maka dapat disimpulkan adanya hubungan makanan ibu dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rimbo Data Tahun 2021. Didapatkan nilai OR 6 dapat dibaca dengan responden yang memiliki makanan tidak cukup beresiko 6 kali produksi ASI tidak cukup dibandingkan dengan responden yang memiliki makanan cukup.

1. **Hubungan Pemberian ASI Ibu Dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui**

**Tabel 8**

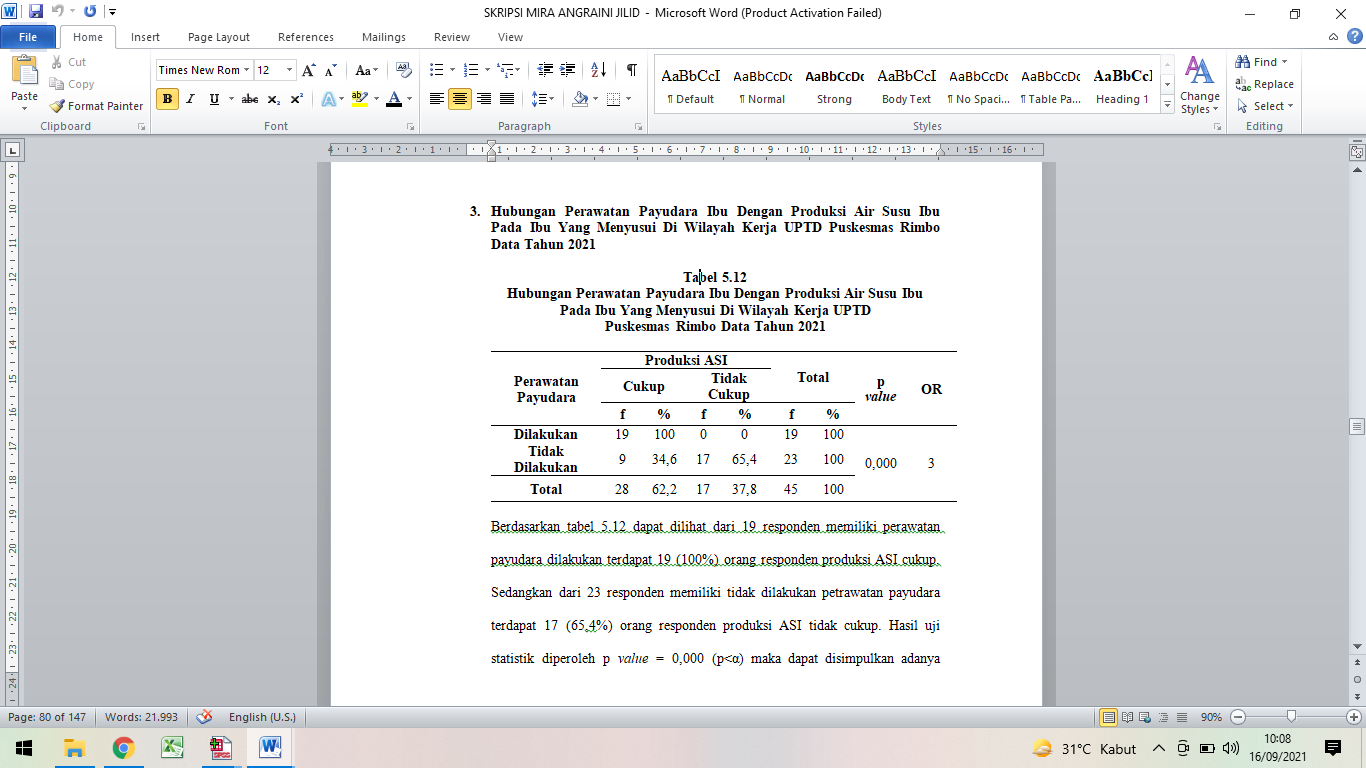
**Hubungan Pemberian ASI Ibu Dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui**

Hasil uji statistik diperoleh p *value* = 0,019 (p<α) maka dapat disimpulkan adanya hubungan pemberian ASI ibu dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rimbo Data Tahun 2021. Didapatkan nilai OR 6 dapat dibaca dengan responden yang memiliki Pemberian ASI tidak sesuai beresiko 6 kali produksi ASI tidak cukup dibandingkan dengan responden yang memiliki Pemberian ASI sesuai.

1. **Hubungan Perawatan Payudara Ibu Dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui**

**Tabel 9**

**Hubungan Perawatan Payudara Ibu Dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui**

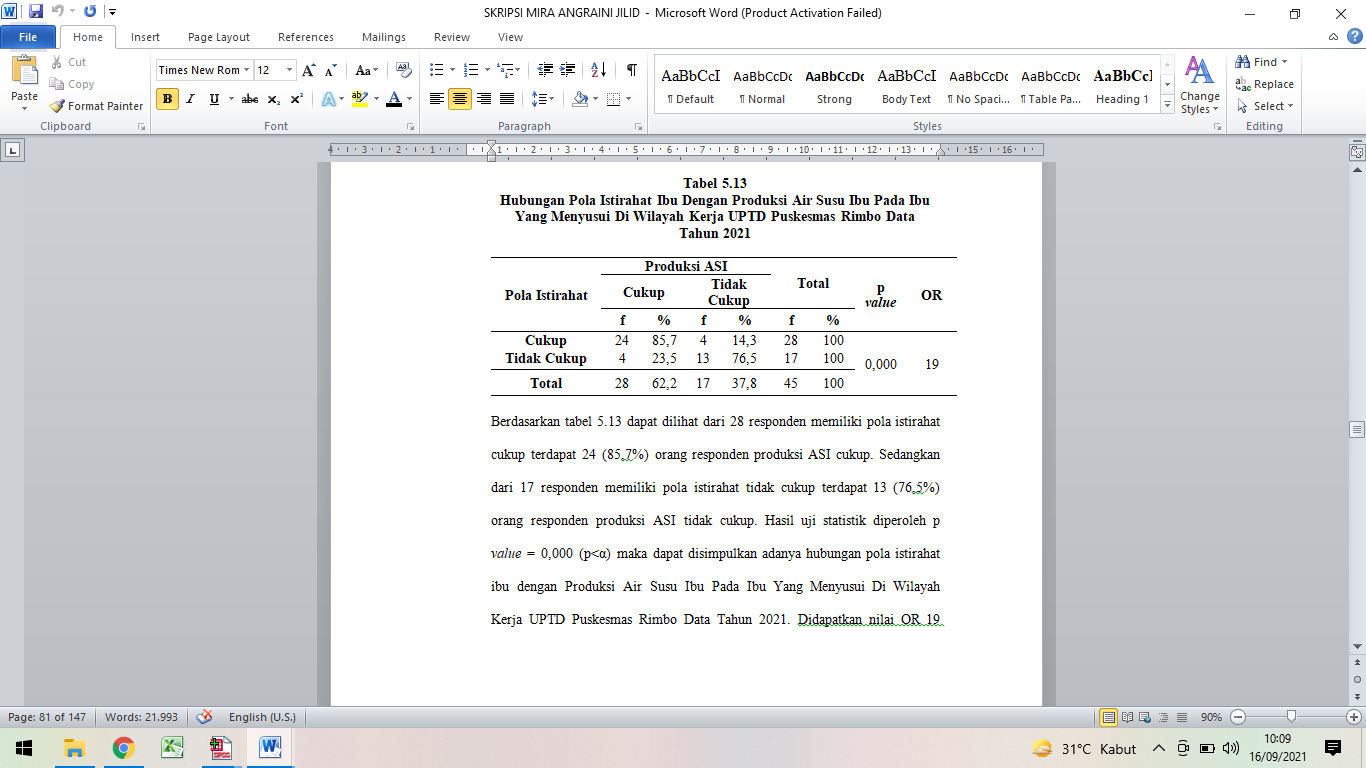


Hasil uji statistik diperoleh p *value* = 0,000 (p<α) maka dapat disimpulkan adanya hubungan perawatan payudara ibu dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rimbo Data Tahun 2021. Didapatkan nilai OR 3 dapat dibaca dengan responden yang memiliki tidak dilakukan perawatan payudara beresiko 3 kali produksi ASI tidak cukup dibandingkan dengan responden yang dilakukan perawatan payudara.

1. **Hubungan Pola Istirahat Ibu Dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui**

**Tabel 10**

**Hubungan Pola Istirahat Ibu Dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui**

 Hasil uji statistik diperoleh p *value* = 0,000 (p<α) maka dapat disimpulkan adanya hubungan pola istirahat ibu dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rimbo Data Tahun 2021. Didapatkan nilai OR 19 dapat dibaca dengan responden yang memiliki pola istirahat tidak cukup beresiko 19 kali produksi ASI tidak cukup dibandingkan dengan responden yang memiliki pola istirahat cukup.

1. **Hubungan Dukungan Suami Ibu Dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui**

**Tabel 11**

**Hubungan Dukungan Suami Ibu Dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui**



Hasil uji statistik diperoleh p *value* = 0,000 (p<α) maka dapat disimpulkan adanya hubungan dukungan suami ibu dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rimbo Data Tahun 2021. Didapatkan nilai OR 22 dapat dibaca dengan responden suami mendukung beresiko 22 kali produksi ASI tidak cukup dibandingkan dengan responden suami tidak mendukung.

**Pembahasan**

1. **Distribusi Frekuensi Makanan Ibu Yang Menyusui**

Berdasarkan tabel 5.4 dapat dijelaskan bahwa dari 45 orang responden didapatkan lebih dari separoh 25 orang (55,6%) responden makanan cukup, dan 20 orang (44,4%) responden makanan tidak cukup

Menurut analisa peneliti makanan atau nutrisi merupakan factor penting yang berpengaruh terhadap pertumbuhan fisik, baik pada bayi maupun pada ibu yang sedang menyusui. Manfaat nutrisi untuk ibu  
menyusui selain untuk memenuhi kebutuhan ibu juga untuk masa menyusui dan untuk memenuhi asupan nutrisi bayinya, sehingga dengan nutrisi yang sesuai dengan kebutuhan ibu menyusui menghasilkan produksi ASI yang cukup. Bukan saja pada masa kehamilannya, pada masa laktasi pun ibu masih membutuhkan nutrisi dan asupan makanan yang cukup supaya produksi ASI-nya dapat memenuhi kebutuhan bayinya.

Pada penelitian ini makanan ibu cukup dapat dibuktikan dari jawaban responden yang banyak menjawab ya pertanyaan ibu pada usia 6 bulan pertama dibutuhkan tambahan protein sebesar 20 g/hari, ibu mengkonsumsi kacang-kacangan yang merupakan sumber vitamin, mineral dan serat yang baik.

Makanan pada ibu kurang dapat dibuktikan dari jawaban responden yang sedikit menjawab ya pertanyaan ibu mengkonsumsi bahan-bahan makanan seperti udang, ayam, daging dan ikan merupakan contoh bahan makanan yang kaya protein hewani, ibu mengkonsumsi kacang-kacangan yang memiliki gizi tinggi seperti kacang panjang, kacang kedelai dan kacang merah.

1. **Distribusi Frekuensi Pemberian ASI ibu Yang Menyusui**

Berdasarkan tabel 5.2 dapat dijelaskan bahwa dari 45 orang responden didapatkan lebih dari separoh 23 orang (51,1%) responden pemberian ASI tidak sesuai, dan 22 orang (48,9%) responden pemberian ASI sesuai.

Menurut analisa peneliti Semakin sering bayi diberikan ASI pada, maka produksi dan pengeluaran ASI akan semakin banyak. Frekuensi pemberian ASI ini berkaitan dengan kemampuan stimulasi hormon dalam kelenjar payudara. Pada puting dan areola payudara terdapat ujung-ujung saraf yang sangat penting untuk refleks menyusui. Apabila puting susu dihisap oleh bayi maka rangsangannya akanditeruskan ke hipotalamus untuk mengeluarkan prolaktin dan oksitosin. Hal tersebut menyebabkan air susu diproduksi dan dialirkan dengan baik dan cukup.

Semakin sering dihisap bayinya, maka produksi ASI akan selalu diproduksi. Apabila ASI tidak dihisap dalam seharian, maka produksinya untuk sementara akan berkurang dan ASI akan tetap terjaga  
dengan pengaturan suhu tubuh ibu sehingga tetap segar, sehat dan steril untuk diminum termasuk untuk disimpan setelah dipompa dalam botol/tabung air susu.

Pada penelitian ini frekuensi pemberian ASI ibu cukup dapat dibuktikan dari jawaban responden yang banyak menjawab ya pertanyaan ibu menyusui bayi 8-12 kali dalam 24 jam, ibu menyusui bayi secara on demand (sesuai kebutuhan bayi), sehari ibu memberikan ASI 15- 20 menit pada masing-masing payudara.

1. **Distribusi Frekuensi Perawatan Payudara Ibu Yang Menyusui**

Berdasarkan tabel 5.3 dapat dijelaskan bahwa dari 45 orang responden didapatkan lebih dari separoh 26 orang (57,8%) responden tidak dilakukan perawatan payudara , dan 19 orang (42,2%) responden dilakukan perawatan payudara.

Menurut asumsi peneliti perawatan payudara sangat penting dilakukan untuk menjaga kebersihan payudara pada saat bayi menyusui, sehingga bayi menghisap payudara yang bersih sehingga membuat produksi ASI lancar. Perawatan payudara pada Ibu menyusui harus dilakukan untuk mendapatkan produksi ASI yang baik sehingga anak mendapatkan ASI yang optimal. Ibu yang kurang dalam melakukan perawatan payudara terutama pada langkah pengurutan pertama dan pengurutan ketiga didapatkan mengalami masalah dalam produksi ASI.

Ibu melakukan perawatan payudara agar tetap bersih dan terawat.  
Perawatan yang tepat tentunya bisa merangsang payudara untuk memproduksi ASI lebih banyak. Melakukan perawatan payudara, hipofisis dipengaruhi untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin. Kedua hormon inilah yang berperan besar dalam produksi ASI. Selain itu, dengan perawatan payudara yang benar dan dilakukan secara teratur, ibu akan terhindar dari berbagai masalah selama menyusui yang dapat mengganggu kenyamanan. Misalnya, pembengkakan payudara, puting susu yang lecet, dan sebagainya.

Pada penelitian ini perawatan payudara ibu baik dapat dibuktikan dari jawaban responden yang banyak menjawab ya pertanyaan ibu melakukan pengurutan dengan cara Buah dada kiri diurut dengan tangan kiri dan buah dada kanan diurut dengan tangan kanan bila ibu mengerjakan sendiri, ibu menjaga kebersihan payudara terutama putting susu, perawatan payudara adalah salah satu cara yang dilakukan agar ASI keluar dengan lancar.

1. **Distribusi Frekuensi Pola Istirahat Ibu Yang Menyusui**

Berdasarkan tabel 5.4 dapat dijelaskan bahwa dari 45 orang responden didapatkan lebih dari separoh 28 orang (62,2%) responden pola istirahat kurang cukup, dan 17 orang (37,8%) responden pola istirahat kurang cukup.

Menurut analisa peneliti, kebutuhan istirahat pada ibu menyusui kebanyakan tidur malam hari rata-rata 6-8 jam, tetapi hal ini bervariasi. Ibu yang mengalami kecapekan atau kurang dalam pemenuhan  
kebutuhan istirahat dan tidurnya akan mempengaruhi produksi ASI. Oleh karena itu ibu yang menyusui harus memperhatikan pola istirahat karna akan mempengaruhi produksi ASI.

Pada penelitian ini pola istirahat ibu cukup dapat dibuktikan dari jawaban responden yang banyak menjawab ya pertanyaan ibu cukup tidur pada malam hari 6-8 jam, ibu bangun pada malam hari untuk menyusui bayi ibu, ibu memiliki waktu untuk istirahat pada siang hari, keadaan ibu releks tanpa ada tekanan emosional pada saat ini.

1. **Distribusi Frekuensi Dukungan Suami ibu Yang Menyusui**

Berdasarkan tabel 5.6 dapat dijelaskan bahwa dari 45 orang responden didapatkan lebih dari separoh 23 orang (51,1%) responden suami mendukung dan 22 orang (48,9%) responden suami tidak mendukung.

Menurut asumsi peneliti suami mendukung dalam pemberian ASI karena dari beberapa faktor yaitu diantaranya suami ingin bayinya mendapatkan nutrisi yang baik, suami selalu mendukung walaupun ada beberapa istri yang tidak mau memberikan ASI, suami selalu memberikan semangat agar ibu memberikan ASI dengan cara memperhatikan ibu dari pola makannya yang lebih menarik, mengingatkan ibu untuk memberikan ASI pada bayinya. Dukungan seperti ini akan menjadikan istri lebih tanggung jawab terhadap bayinya. Sehingga kebutuhan nutrisi bayi dapat terpenuhi.Karena tidak hanya dukungan materil saja, dukungan secara moril juga sangat dibutuhkan ibu untuk kelancaran produksi ASI.

Pada penelitian ini dukungan keluarga ibu baik dapat dibuktikan dari jawaban responden yang banyak menjawab ya pertanyaan Suami mendukung ibu untuk memberikan ASI, Suami memperhatikan gizi ibu selama menyusui, Suami membantu ibu memilih posisi menyusui yang benar, Suami berusaha meluangkan waktu dan memperhatikan ibu.

1. **Distribusi Frekuensi Produksi ASI Ibu Yang Menyusui**

Berdasarkan tabel 5.7 dapat dijelaskan bahwa dari 45 orang responden didapatkan lebih dari separoh 28 orang (62,2%) responden produksi ASI cukup, dan 17 orang (37,8%) responden produksi ASI kurang cukup.

Menurut analisa peneliti prolaktin memengaruhi jumlah produksi ASI, sedangkan oksitosin memengaruhi proses pengeluaran ASI. Prolaktin  
berkaitan dengan nutrisi ibu, semakin asupan nutrisinya baik maka  
produksi yang dihasilkan juga banyak. Namun demikian untuk  
mengeluarkan ASI di perlukan hormon oksitosin yang kerjanya di  
pengaruhi oleh proses hisapan bayi. Semakin sering puting susu dihisap  
oleh bayi maka semakin banyak pula pengeluaran ASI.

Pada ibu yang menyusui memiliki dua refleks yang masing-masing  
berperan sebagai pembentukan dan pengeluaran air susu, yaitu refleks  
prolaktin dan refleks let down. Refleks prolaktin itu merupakan pada  
akhir kehamilan, hormon prolaktin memegang peranan untuk membuatkolostrum, namum jumlah kolostrum terbatas karena aktivitas prolactin dihambat oleh estrogen dan progesteron yang kadarnya memang tinggi sedangkan refleks let down merupakan pembentukan prolaktin oleh  
hipofisis anterior, rangsangan yang berasal dari isapan bayi ada yang  
dilanjutkan ke hipofisis posterior (neurohipofisis) yang kemudian dikeluarkan oksitosin.

Pada penelitian ini produksi ASI ibu baik dapat dibuktikan dari jawaban responden yang banyak menjawab ya pertanyaan ASI ibu keluar memancar tanpa memencet payudara, payudara ibu terasa penuh atau tegang sebelum menyusui, bayi menyusu dengan kuat, bayi ibu tertidur /tenang selama 3-4 jam, ASI ibu masih menetes setelah menyusui, ASI yang banyak atau penuh dapat merembes keluar melalui puting susu.

## Analisa Bivariat

1. **Hubungan Makanan Ibu Dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui**

Berdasarkan tabel 5.8 dapat dilihat dari 25 responden memiliki makanan cukup terdapat 20 (80%) orang responden produksi ASI cukup. Sedangkan dari 20 responden memiliki makanan tidak cukup terdapat 12 (60%) orang responden produksi ASI tidak cukup. Hasil uji statistik diperoleh p value = 0,015 (p<α) maka dapat disimpulkan adanya hubungan makanan ibu dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rimbo Data Tahun 2021. Didapatkan nilai OR 6 dapat dibaca dengan responden yang memiliki makanan tidak cukup beresiko 6 kali produksi ASI tidak cukup dibandingkan dengan responden yang memiliki makanan cukup.

Menurut asumsi peneliti produksi ASI sangat dipengaruhi oleh  
makanan yang dimakan ibu, karena kelenjar pembuat ASI tidak dapat  
bekerja dengan sempurna tanpa makanan yang cukup. Untuk membentuk  
produksi ASI yang baik, makanan ibu harus memenuhi angka kecukupan  
gizi. makanan yang dikonsumsi ibu menyusui sangat berpengaruh terhadap produksi ASI. Apabila makanan yang ibu makan mengandung cukup gizi dan pola makan yang teratur, maka produksi ASI akan berjalan dengan lancar. Dalam tubuh ibu terdapat berbagai zat makanan yang diperlukan untuk produksi ASI. Akan tetapi apabila ibu kekurangan nutrisi dalam jangka waktu yang cukup lama maka produksi ASI juga akan berkurang dan akhirnya berhenti.

Pada penelitian ini makanan ibu cukup dapat dibuktikan dari jawaban responden yang banyak menjawab ya pertanyaan ibu pada usia 6 bulan pertama dibutuhkan tambahan protein sebesar 20 g/hari, ibu mengkonsumsi kacang-kacangan yang merupakan sumber vitamin, mineral dan serat yang baik. Makanan pada ibu kurang dapat dibuktikan dari jawaban responden yang sedikit menjawab ya pertanyaan ibu mengkonsumsi bahan-bahan makanan seperti udang, ayam, daging dan ikan merupakan contoh bahan makanan yang kaya protein hewani, ibu mengkonsumsi kacang-kacangan yang memiliki gizi tinggi seperti kacang panjang, kacang kedelai dan kacang merah

1. **Hubungan Pemberian ASI Ibu Dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui**

Berdasarkan tabel 5.9 dapat dilihat dari 22 responden memiliki pemberian ASI sesuai terdapat 18 (81,8%) orang responden produksi ASI cukup. Sedangkan dari 23 responden memiliki pemberian ASI tidak sesuai terdapat 13 (56,5%) orang responden produksi ASI tidak cukup. Hasil uji statistik diperoleh p value = 0,019 (p<α) maka dapat disimpulkan adanya hubungan pemberian ASI ibu dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rimbo Data Tahun 2021. Didapatkan nilai OR 6 dapat dibaca dengan responden yang memiliki Pemberian ASI tidak sesuai beresiko 6 kali produksi ASI tidak cukup dibandingkan dengan responden yang memiliki Pemberian ASI sesuai.

Menurut asumsi peneliti Pemberian ASI pada bayi sebaiknya tidak dijadwalkan. Bayi disusukan sesuai dengan permintaan bayi (on demand). Pada umumnya bayi yang sehat akan menyusui 8-12 kali perhari dengan lama menyusui 15-20 menit pada masing-masing payudara. semakin sering bayi menyusu pada payudara ibu, maka produksi dan pengeluaran ASI akan semakin banyak. Apabila puting susu dihisap oleh bayi maka rangsangannya akan diteruskan ke hipotalamus untuk mengeluarkan prolaktin dan oksitosin. Hal tersebut menyebabkan air susu diproduksi dan dialirkan. Dan sebaiknya  
pemberian ASI pada bayi sebaiknya tidak dijadwalkan. Bayi disusukan  
sesuai dengan permintaan bayi.

Pengisapan anak mempunyai peranan penting dalam produksi air susu  
ibu, karena memiliki pengaruh dalam pengeluaran hormon pituirin. Isapan anakakan merangsang otot polos yang terdapatdalam buah dada. Untuk berkontraksi yang kemudian merangsang susunan syaraf disekitarnya dan meneruskan rangsangan inike otak. Otak akan memerintahkankelenjar hypophyse bagian belakang untukmengeluarkan pituirin lebih banyak, akan  
mempengaruhi kuatnya kontraksi otot-ototpolos buah dada dan uterus. Kontraksi otot-otot polos pada buah dada berguna untuk pembentukan air susu ibu,sedangkan kontraksi otot-otot polos padauterus berguna untuk mempercepatinvolusi.

Pada penelitian ini frekuensi pemberian ASI ibu cukup dapat dibuktikan dari jawaban responden yang banyak menjawab ya pertanyaan ibu menyusui bayi 8-12 kali dalam 24 jam, ibu menyusui bayi secara on demand (sesuai kebutuhan bayi), sehari ibu memberikan ASI 15- 20 menit pada masing-masing payudara

1. **Hubungan Perawatan Payudara Ibu Dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui**

Berdasarkan tabel 5.10 dapat dilihat dari 19 responden memiliki perawatan payudara dilakukan terdapat 19 (100%) orang responden produksi ASI cukup. Sedangkan dari 23 responden memiliki tidak dilakukan petrawatan payudara terdapat 17 (65,4%) orang responden produksi ASI tidak cukup. Hasil uji statistik diperoleh p value = 0,000 (p<α) maka dapat disimpulkan adanya hubungan perawatan payudara ibu dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rimbo Data Tahun 2021. Didapatkan nilai OR 3 dapat dibaca dengan responden yang memiliki tidak dilakukan perawatan payudara beresiko 3 kali produksi ASI tidak cukup dibandingkan dengan responden yang dilakukan perawatan payudara.

Menurut asumsi peneliti perawatan payudara sangat penting dilakukan untuk menjaga kebersihan payudara pada saat bayi menyusui, sehingga bayi menghisap payudara yang bersih sehingga membuat produksi ASI lancar. Perawatan payudara pada Ibu menyusui harus dilakukan untuk mendapatkan produksi ASI yang baik sehingga anak mendapatkan ASI yang optimal.. bu yang kurang dalam melakukan perawatan payudara terutama pada langkah pengurutan pertama dan pengurutan ketiga didapatkan mengalami masalah dalam produksi ASI.

Ibu melakukan perawatan payudara agar tetap bersih dan terawat.  
Perawatan yang tepat tentunya bisa merangsang payudara untuk memproduksi ASI lebih banyak. Melakukan perawatan payudara, hipofisis dipengaruhi untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin. Kedua hormon inilah yang berperan besar dalam produksi ASI. Selain itu, dengan perawatan payudara yang benar dan dilakukan secara teratur, ibu akan terhindar dari berbagai masalah selama menyusui yang dapat mengganggu kenyamanan. Misalnya, pembengkakan payudara, puting susu yang lecet, dan sebagainya.

Didapatkan juga masih terdapat ibu yang melakukan perawatan payudara namun produksi ASI tidak cukup dan ada ibu yang tidak melakukan perawatan payudara tapi mampu memproduksi ASI dengan cukup.Pada ibu yang sudah melakukan perawatan payudara namun tidak diikuti dengan frekuensi menyusui yang cukup juga dapat menurunkan produksi ASI. Pada penelitian ini perawatan payudara ibu baik dapat dibuktikan dari jawaban responden yang banyak menjawab ya pertanyaan ibu melakukan pengurutan dengan cara Buah dada kiri diurut dengan tangan kiri dan buah dada kanan diurut dengan tangan kanan bila ibu mengerjakan sendiri, ibu menjaga kebersihan payudara terutama putting susu, perawatan payudara adalah salah satu cara yang dilakukan agar ASI keluar dengan lancar.

1. **Hubungan Pola Istirahat Ibu Dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui**

Berdasarkan tabel 5.11 dapat dilihat dari 28 responden memiliki pola istirahat cukup terdapat 24 (85,7%) orang responden produksi ASI cukup. Sedangkan dari 17 responden memiliki pola istirahat tidak cukup terdapat 13 (76,5%) orang responden produksi ASI tidak cukup. Hasil uji statistik diperoleh p value = 0,000 (p<α) maka dapat disimpulkan adanya hubungan pola istirahat ibu dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rimbo Data Tahun 2021. Didapatkan nilai OR 19 dapat dibaca dengan responden yang memiliki pola istirahat tidak cukup beresiko 19 kali produksi ASI tidak cukup dibandingkan dengan responden yang memiliki pola istirahat cukup.

Menurut asumsi peneliti Kebutuhan istirahat pada ibu menyusui kebanyakan tidur malam hari rata-rata 6-8 jam, tetapi hal ini bervariasi. Ibu yang mengalami kecapekan atau kurang dalam pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidurnya akan mempengaruhi produksi ASI. ika ibu yang mengalami kecapekan atau kurang dalam pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidurnya ini akan mempengaruhi produksi ASI. Oleh karena itu maka pada masa menyusui ibu harus menjaga kesehatannya. Istirahat adalah keadaan relaks tanpa adanya tekanan emosional, bukan hanya dalam keadaan tidak beraktifitas tetapi juga kondisi yang membutuhkan ketenangan.

Kondisi ibu yang terlalu letih dankurang istirahat akan menyebabkan ASIberkurang, hal yang bisa diantisipasi dengan mengikuti pola tidur bayi,  
setidaknya ibu bisa terbantu dengan mendapatkan waktu istirahat yang lebihcukup. Kelelahan yang dialami oleh ibu ketika menyusuiakan berdampak pada kondisi psikologis.Kondisi psikologis yang memburuk akan berpengaruh terhadap kerja hormone hormone menyusui sehingga terjadi masalah pada kelancaran produksi ASI.

Pada penelitian ini pola istirahat ibu cukup dapat dibuktikan dari jawaban responden yang banyak menjawab ya pertanyaan ibu cukup tidur pada malam hari 6-8 jam, ibu bangun pada malam hari untuk menyusui bayi ibu, ibu memiliki waktu untuk istirahat pada siang hari, keadaan ibu releks tanpa ada tekanan emosional pada saat ini.

1. **Hubungan Dukungan Suami Ibu Dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui**

Berdasarkan tabel 5.13 dapat dilihat dari 23 responden suami mendukung terdapat 21 (91,3%) orang responden produksi ASI cukup. Sedangkan dari 22 responden suami tidak mendukung terdapat 15 (68,2%) orang responden produksi ASI tidak cukup. Hasil uji statistik diperoleh p *value* = 0,000 (p<α) maka dapat disimpulkan adanya hubungan dukungan suami ibu dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rimbo Data Tahun 2021. Didapatkan nilai OR 22 dapat dibaca dengan responden yang suami tidak mendukung beresiko 22 kali produksi ASI tidak cukup dibandingkan dengan responden suami mendukung.

Menurut asumsi peneliti suami mendukung dalam pemberian ASI karena dari beberapa faktor yaitu diantaranya suami ingin bayinya mendapatkan nutrisi yang baik, suami selalu mendukung walaupun ada beberapa istri yang tidak mau memberikan ASI, suami selalu memberikan semangat agar ibu memberikan ASI dengan cara memperhatikan ibu dari pola makannya yang lebih menarik, mengingatkan ibu untuk memberikan ASI pada bayinya. Dukungan seperti ini akan menjadikan istri lebih tanggung jawab terhadap bayinya. Sehingga kebutuhan nutrisi bayi dapat terpenuhi.Karena tidak hanya dukungan materil saja, dukungan secara moril juga sangat dibutuhkan ibu untuk kelancaran produksi ASI.

Pada penelitian ini dukungan keluarga ibu baik dapat dibuktikan dari jawaban responden yang banyak menjawab ya pertanyaan Suami mendukung ibu untuk memberikan ASI, Suami memperhatikan gizi ibu selama menyusui, Suami membantu ibu memilih posisi menyusui yang benar, Suami berusaha meluangkan waktu dan memperhatikan ibu.

**KESIMPULAN**

Hasil univariat didapatkan 55,6% makanan cukup, 51,1% pemberian ASI tidak sesuai, 57,8% tidak dilakukan perawatan payudara, 62,2% pola istirahat kurang cukup, 51,1% suami yang mendukung, 62,2% produksi ASI cukup. Hasil bivariate didapatkan p value makanan (0,015), pemberian ASI (0,019), perawatan payudara (0,000), dukungan suami (0,000) maka dapat disimpulkan adanya hubungan makanan, pemberian ASI, perawatan payudara, dukungan suami dengan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Yang Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rimbo Data Tahun 2021.

**Ucapan Terima Kasih**

Kepada pihak terkait di tempat penelitian, prodi D4 Kebidanan dan LPPM Universitas Fort De Kock yang telah memfasilitasi terlaksananya penelitian ini.

**DAFTAR PUSTAKA**

Aditama, V. S., & Sari, D. I. (2014). Tiga Faktor yang Mempengaruhi Produksi ASI Pada Ibu Menyusui. *Journal of Chemical Information and Modeling*, *53*(9), 1689–1699.

Arzakiyah, Istiadhatul. (2020). *FAKTOR- FAKTOR YANG MEMENGARUHI PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI 0- 6 BULAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS*. *3*(1).

Buhari, S., Jafar, N., & Multazam, M. (2018). Perbandingan Pijat Oketani dan Oksitosin terhadap Produksi Air Susu Ibu pada Ibu Post Partum Hari Pertama sampai Hari Ketiga di Rumah Sakit TK II Pelamonia Makassar. *Jurnal Kesehatan Delima Pelamonia*, *2*(2), 159–169. https://doi.org/10.37337/jkdp.v2i2.84

Bulan, M., Months, B. M., & Hardiani, R. S. (2017). STATUS PARITAS DAN PEKERJAAN IBU TERHADAP PENGELUARAN ASI PADA IBU MENYUSUI 0-6 BULAN. *NurseLine Journal*. *2*(1).

Bataha, Y. B. (2017). *ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN*. *5*, 1–8.

Buhari, S., Jafar, N., & Multazam, A. (2018). *Perbandingan Pijat Oketani dan Oksitosin terhadap Produksi Air Susu Ibu pada Ibu Post Partum Hari Pertama sampai Hari Ketiga di Rumah Sakit TK II Pelamonia Makassar*. *2*(2).

Devita, A., & Dewi, C. (2019). *FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KELANCARAN PRODUKSI ASI. 2013*. *4*.

Dewi, A. D. C. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kelancaran Produksi Asi. *Jurnal ’Aisyiyah Medika*, *4*(1). https://doi.org/10.36729/jam.v4i1.230

*Deswita Sari*. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Produksi Air Susu Ibu (Asi) Eksklusif Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Plus Mandiangin Kota Bukittinggi Tahun 2018. SKRIPSI

Direktorat Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak. (2013). *Pedoman Pemberian Makanan Pendamping ASI Berbasis Pangan Lokal*. Kementrian Kesehatan RI.

Ditjen Bina Gizi dan KIA. (2013). *Rencana Aksi Akselerasi Pemberian ASI Eksklusif 2012-2014*. Kementrian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar. *Kementerian Kesehatan RI*, 1–582.

Kementrian Kesehtan RI. (2019a). *Pegangan Fasilitator Kelas Ibu Balita*.

Kementrian Kesehtan RI. (2019b). *Pegangan Fasilitator Kelas Ibu Hamil*.

Kristiyanasari, W. (2011). *ASI, Menyusui dan Sadari* (A. Sujiantini. Setiawan (Ed.); 2nd ed.). Nuhamedica.

Marwiyah, N. (2016). NurseLine Journal. *Nurseline Journal*, *1*(2), 257–266.

Mufdalilah. (2017). *Kebijakan Pemberian ASI Eksklusif Kendala dan Komunikasi* (J. Budi (Ed.)). Nuhamedica.

Nirwana, A. B. (2014). *ASI dan Susu Formula* (I). Nuhamedica.

Nugroho, T. (2011). *ASI dan Tumor Payudara* (J. Budi (Ed.); I). Nuhamedica.

Pollard. 2015. Analisa Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Produksi ASI Pada Ibu Postpartum (Skripsi).

Pranajaya & Novita. (2013). Determinan Produksi ASI pada Ibu Menyusui. *Jurnal Keperawatan*, *IX*(2), 227–237.

Pranata, R. h. (2020). *Motivasi Ala Mak Marmet Indonesia* ( s Lis (Ed.); Pertama). Visi Media Pustaka.

Proverawati, Atikah. Rahmawati, E. (2010). *Kapita Selekta ASI dan Menyusui* (J. Budi (Ed.); I). Nuha Medika.

Rahayu, T., Arzakiyah, I., & W, A. Y. (2020). Faktor- Faktor Yang Memengaruhi Produksi ASI Pada Ibu Menyusui 0- 6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangetayu. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, *3*(1), 28. https://doi.org/10.32584/jikm.v3i1.565

Rahmawati, A., & Prayogi, B. (2017). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Produksi Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui Yang Bekerja. *Jurnal Ners Dan Kebidanan*, *4*(2), 134–140. https://media.neliti.com/media/publications/232701-analysis-of-factors-affecting-breastmilk-a8fa2353.pdf

Rayhana . (2017). *hubungan faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI dengan kecukupan ASI pada bayi usia 1-6 bulan*.

Rey, R. (2017). Kecukupan Asi the Factors Influencing Breast Milk Production With. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, *Vol 2*, *No*.

Saraung, M., Rompas, S., & Bataha, Y. (2017). Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Ranotana Weru. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, *5*(2), 113033.

Subekti, R., & Faidah, D. A. (2019). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Postpartum Normal. *Penelitian Dan Pengabdian Pada Masyarakat*, 140–147.

Walyani, Ekisabeth Siwi. Purwoastuti, E. (2017). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui* (I). PUSTAKABARUPRESS.

wiji, R. N. (2013). *ASI dan Panduan Ibu Menyusui* (Haikhi (Ed.); I). Nuhamedica.

Yuliarti, N. (2010). *Keajaiban ASI* (R. Fiva (Ed.); I). CV Andi Offset.