	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

**LAPORAN PENELITIAN**  
**FREKUENSI MENYUSUI DENGAN KELANCARAN AIR**  
**SUSU IBU**




**Disusun Oleh :**

**Ketua : Ns. Andri Yulianto, S.Kep, M.Kes (0222087403)**

**Anggota : Ns. Yeti Septiasari, S.Kep, M.Kes (0202098501)**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN DAN NERS**  
**FAKULTAS KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU**  
**TAHUN 2022**

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

## 1. Identitas Penelitian

### A. Judul penelitian

Frekuensi Menyusui Dengan Kelancaran Produksi Air Susu Ibu

### B. Waktu Penelitian

Tahun Usulan	Tahun Pelaksanaan	Semester	Lama Penelitian
2022	2023	Ganjil	1 Tahun

### C. Mata Kuliah

Kode MK	Mata Kuliah
2034319	Keperawatan Maternitas

### D. Dasar alqur'an


Surah dan ayat	Maryam · Ayat 23
Ayat alquran	فَاجَاءَهَا الْمَخَاضُ إِلَى جِذْعِ النَّخْلَةِ قَالَتْ يَلَيْتَنِي مِتُّ قَبْلَ هَذَا وَكُنْتُ
Artinya	Rasa sakit akan melahirkan memaksanya (bersandar) pada pangkal pohon kurma. Dia (Maryam) berkata, “Oh, seandainya aku mati sebelum ini dan menjadi seorang yang tidak diperhatikan dan dilupakan (selama-lamanya).”
Hadist Hadis	سَدِّ بْنِ أَبِي قَاصٍ قَوْلُ يُّغْتَمَسُ غَدَاً قَوْلُ يُّمَعْتَسِدُ سَوْلُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَوْلُ يُّ «مَنْ يَحْتَصِدُ بِعَيْسٍ آتَتْ مَرْتَدَةً فَجَوَّعَتْ لَمْ تُرْضِ كَذَا مَا لِيَوْمِ سَمِ

## 2. Identitas Peneliti

Nama	Peran	Tugas
Andri Yulianto	Ketua Penelitian	Mengkoordinir pelaksanaan penelitian
Yeti Septiasari	Anggota 1	Mengkoding dan mengolah data
Nia sagita	Mahasiswa 1	Membantu mengumpulkan data dan mengkoding data

## 3. Mitra Penelitian

Institusi	Nama mitra	Kepakaran	e-mail dan no WA

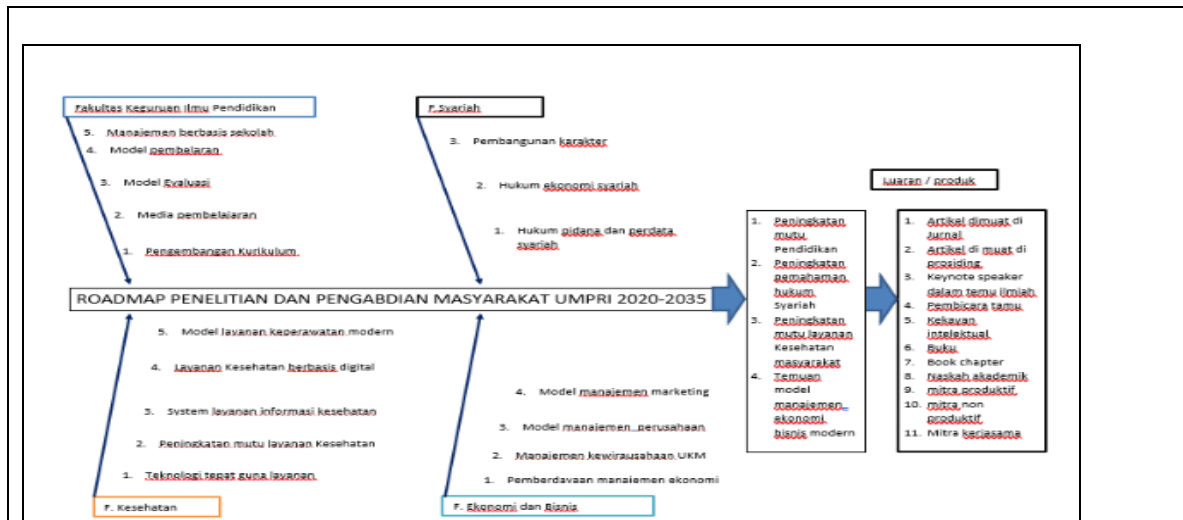
	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

UPTD Puskesmas Kalirejo	-	Kesehatan bayi dan anak	-
-------------------------	---	-------------------------	---

#### 4. Luaran dan Target capaian

Tahun	Jenis Luaran
2022	Jurnal nasional (sinta 1-4)

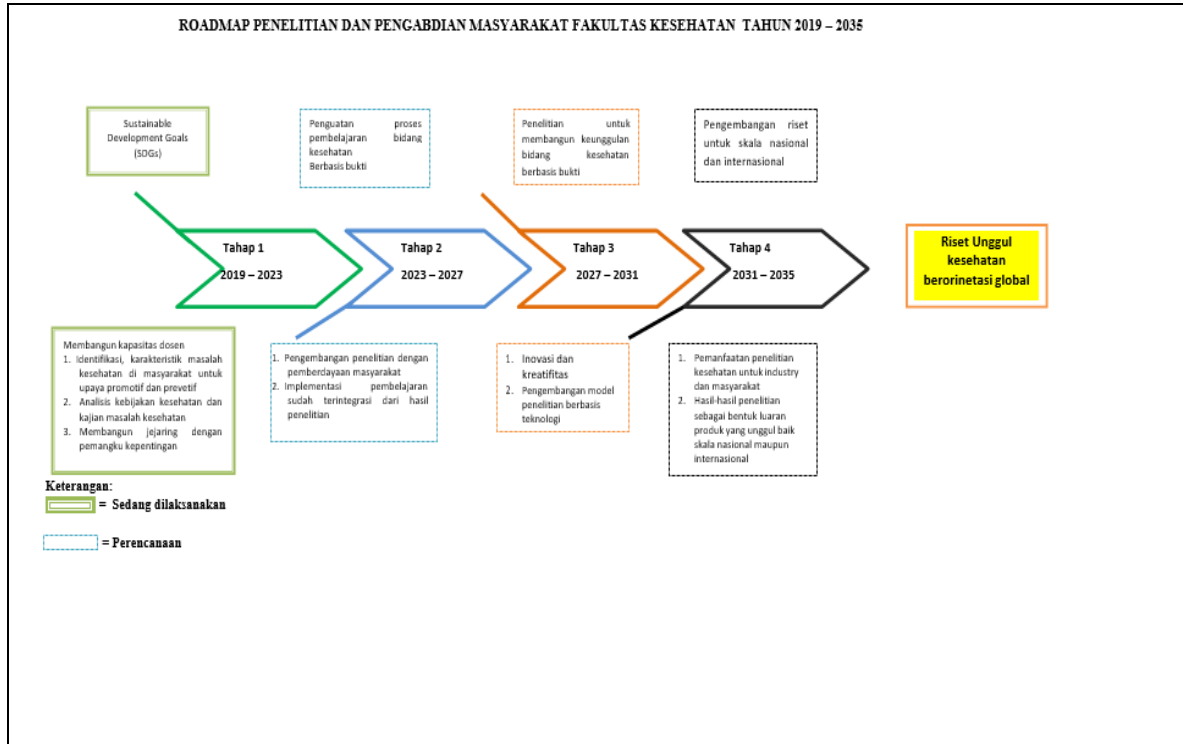
#### 5. Roadmap Universitas



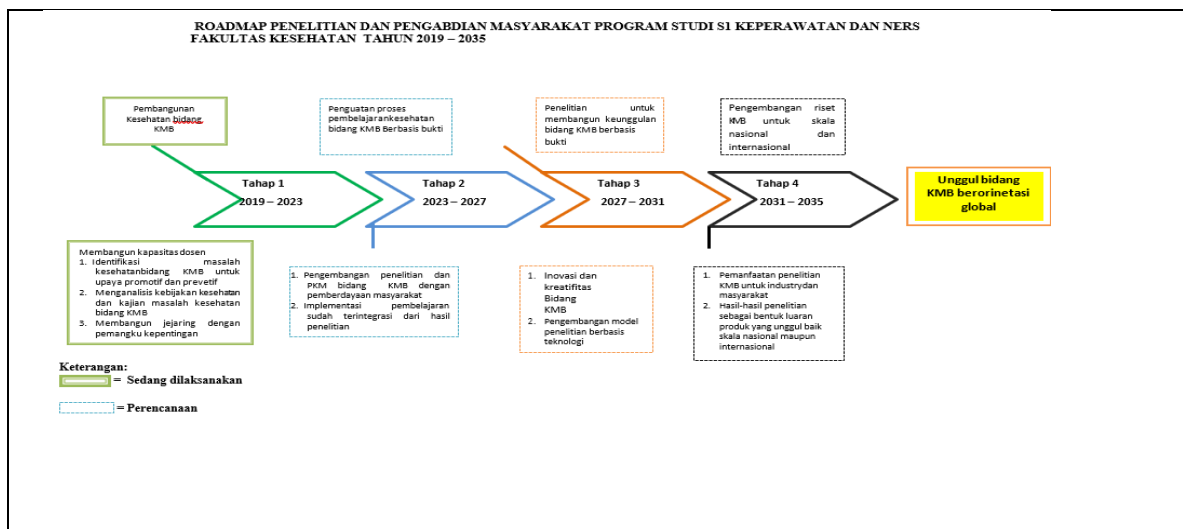
#### 6. Roadmap Fakultas

--

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1



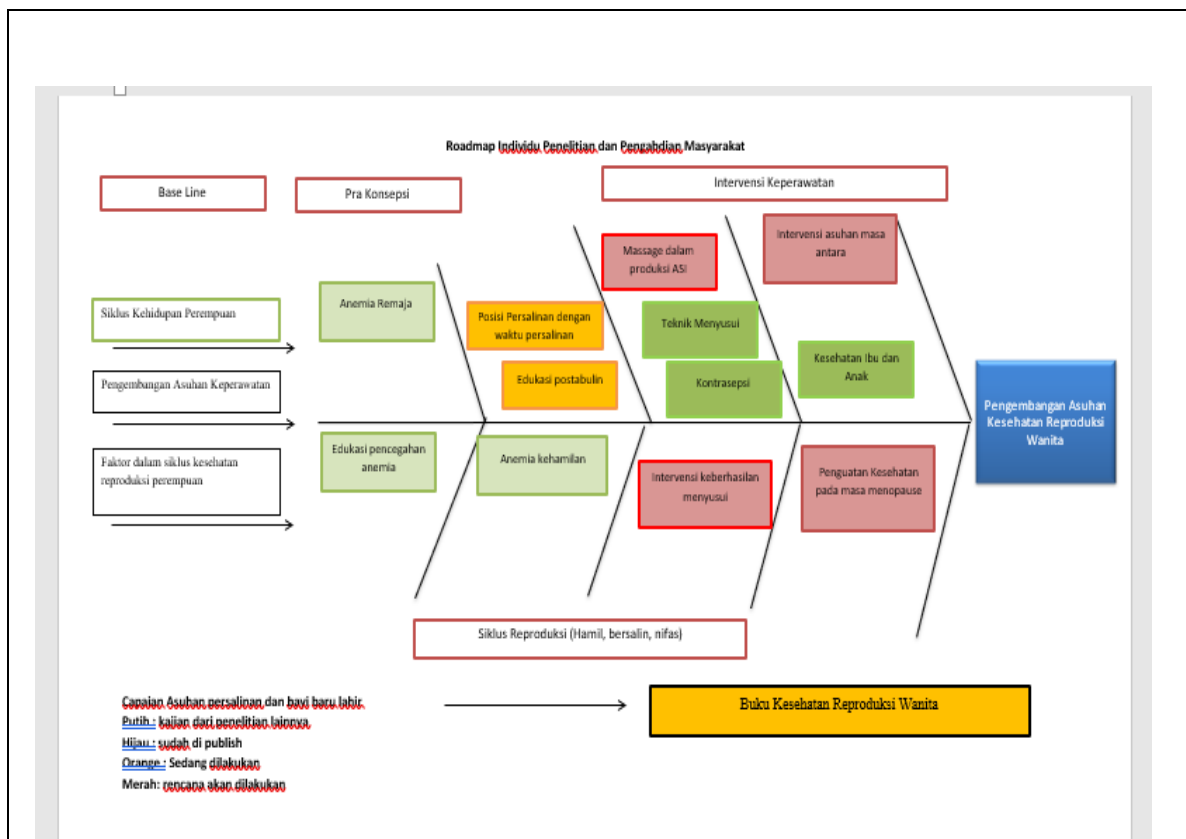
## 7. Roadmap Prodi



## 8. Roadmap dosen


--

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1









## 9. Anggaran Penelitian


NO	URAIAN	SATUAN	VOLUME	JUMLAH
1	Honor peneliti	1	Rp 1.500.000,00	Rp 1.500.000,00
2	Belanja barang habis pakai	1	Rp 3.000.000,00	Rp 3.500.000,00
3	Biaya perjalanan ( survey, ambil data, transpot )	10	RP 300.000,00	Rp 3.000.000,00
4	Publikasi	1	Rp 1.000.000,00	Rp 1.000.000,00
5	Lain-lain	1	Rp 1.000.000,00	Rp 1.000.000,00

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

	Jumah			Rp 10.000.000,00
--	-------	--	--	------------------

## 10. Halaman pengesahan

<b>HALAMAN PENGESAHAN</b>			
<p>1. Judul Penelitian : Frekuensi Menyusui Dengan Kelancaran Produksi Air Susu Ibu</p> <p>2.</p> <p>1. Bidang Penelitian : Kesehatan/Keperawatan</p> <p>2. Ketua Peneliti</p> <p>a. Nama lengkap : Ns Yeti Septiasari, S.Kep., M.Kes</p> <p>b. NIDN : 0202098501</p> <p>c. Jabatan / golongan : Asisten Ahli / III.b</p> <p>d. Program Studi : S1 Keperawatan</p> <p>e. No Hp : 081379777098</p> <p>3. Anggota Peneliti 1</p> <p>a. Nama lengkap : Ns. Andri Yulianto, S.Kep.M.Kes</p> <p>b. NIDN : 0210118702</p> <p>5. Lokasi Peneliti : UPTD Puskesmas Kalirejo</p> <p>6. Jumlah biaya yang diusulkan : Rp.10.000.000</p>	<p style="text-align: center;">Pringsewu, September 2021</p> <p style="text-align: center;">Mengetahui</p> <table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%; text-align: center;"> <p>Dekan FKes,</p>  <p>Elna Nuryati, M.Epid, Ph.D NIDN. 0215117601</p> </td> <td style="width: 50%; text-align: center;"> <p>Kepala LPPM UMPRI</p>  <p>Sofwan Adiputra, M.Pd., Kons. NIDN 0213108601</p> </td> </tr> </table>	<p>Dekan FKes,</p>  <p>Elna Nuryati, M.Epid, Ph.D NIDN. 0215117601</p>	<p>Kepala LPPM UMPRI</p>  <p>Sofwan Adiputra, M.Pd., Kons. NIDN 0213108601</p>
<p>Dekan FKes,</p>  <p>Elna Nuryati, M.Epid, Ph.D NIDN. 0215117601</p>	<p>Kepala LPPM UMPRI</p>  <p>Sofwan Adiputra, M.Pd., Kons. NIDN 0213108601</p>		

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

#### 4. Isi Penelitian

##### a. Abstrak

Sebagian besar ibu menyusui mengeluh tidak lancarnya ASI di karenakan jumlah ASI yang sangat sedikit dan tidak memadai sehingga ibu memilih untuk memberikan susu formula, Produksi ASI yang tidak lancar menjadi salah satu faktor yang menyebabkan kegagalan dalam pemberian ASI. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara frekuensi menyusui dengan kelancaran produksi ASI di wilayah kerja UPT Puskesmas Kalirejo Kabupaten Pesawaran. Penelitian ini menggunakan pendekatan rancangan crosssectional. Populasi tempat penelitian ini 620 ibu menyusui dan besar sampel dalam penelitian ini sebanyak 56 ibu menyusui yang memiliki anak 0-1 tahun. Pengambilan sampel menggunakan tehnik cluster sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner berupa 7 pertanyaan Frekuensi menyusui nilai 0,772-0,797 ( $> 0,468$ ) dan 10 Pertanyaan kelancaran asi 0.595-0,968 ( $< 0,468$ ), teknik yang digunakan dengan wawancara. Analisis data yang digunakan yaitu uji chisquare. Hasil analisis bivariat hubungan frekuensi menyusui dengan kelancaran produksi ASI di dapatkan hasil P-value  $\leq 0,05$ . Kesimpulan terdapat hubungan antara frekuensi menyusui dengan kelancaran produksi ASI Analisis data yang digunakan yaitu uji chisquare. Hasil P-Value = .000 ( $<0,05$ ) yang artinya ada hubungan antara frekuensi menyusui dengan kelancaran produksi ASI. Hasilnya terdapat hubungan antara frekuensi menyusui dengan kelancaran produksi ASI

##### b. Key word


Frekuensi Menyusui, Kelancaran Produksi Air Susu Ibu

##### c. Latar Belakang

Rendahnya pemberian ASI merupakan ancaman bagi tumbuh kembang bayi, jika ASI eksklusif tidak di berikan bayi akan rentan mengalami kekurangan gizi dan berpengaruh besar terhadap tumbuh kembang dan daya tahan tubuh anak 1. Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan yang sangat baik bagi bayi sejak usia 30 menit setelah di lahirkan sampai usia 6 bulan karena selain memiliki komposisi yang lengkap Air Susu Ibu (ASI) juga berpengaruh besar terhadap tumbuh kembang dan meningkatkan daya tahan tubuh.

Produksi Air Susu Ibu (ASI) yang tidak lancar menjadi salah satu faktor yang menyebabkan kegagalan dalam pemberian Air Susu Ibu (ASI) 3. Sedangkan faktor internal yang mempengaruhi produksi meliputi kondisi fisik, psikologis, pengetahuan ibu dan faktor fisik bayi sedangkan faktor eksternal di antaranya inisiasi menyusui dini dan frekuensi Air Susu Ibu (ASI). Salah satu cara untuk memperbanyak Air Susu Ibu (ASI) adalah dengan cara menyusui bayi sesering mungkin dan secara teratur.

Frekuensi menyusui yang baik sekitar 10 sampai 12 kali perhari atau minimal 8 kali perhari

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

dan 10 sampai 20 menit untuk masing masing payudara. Jarak menyusui satu setengah jam atau 2 jam sekali 4. Sedangkan untuk kriteria kelancaran Air Susu Ibu (ASI) dapat dilihat dengan ciri-ciri bayi akan terlihat puas setelah menyusui, bayi akan tertidur pulas, tidak menangis, bayi tampak sehat, dan terdapat kenaikan berat badan 500 gram setiap.

Menurut penelitian yang di lakukan oleh 13 semakin sering anak menghisap puting susu ibu maka akan terjadi peningkatan produksi Air Susu Ibu (ASI) dan sebaliknya jika anak berhenti menyusui maka terjadi penurunan produksi Air Susu Ibu (ASI). Bila bayi menghisap puting payudara maka akan di produksi hormon prolaktin yang mengatur sel dalam alveoli agar memproduksi air susu. Air susu tersebut akan di kumpulkan kedalam kumpulan air susu. Isapan bayi juga akan merangsang produksi hormon oksitosin yang membuat otot di sekitar alveoli berkontraksi, sehingga air susu di dorong menuju puting payudara.

Hasil penelitian yang di lakukan oleh 4 bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi ibu menyusui pada bayi 0-6 bulan dengan kelancaran ASI kesimpulan dari penelitian adalah semakin sering ibu menyusui maka produksi ASI atau pengeluaran ASI juga semakin lancar. Hasil dari penelitian 1 bahwa terdapat hubungan frekuensi menyusui dengan kelancaran produksi ASI ibu post partum dapat di simpulkan bahwa ibu yang memiliki ferkuensi menyusui yang baik memiliki peluang 2,438 kali memiliki produksi ASI yang lancar di bandingkan ibu yang memiliki frekuensi menyusui kurang. Penelitian yang di lakukan oleh 5 meningkatkan frekuensi menyusui dapat mempercepat onset laktasi terutama untuk ibu post partum diharapkan menyusui bayinya dengan frekuensi lebih sering untuk mencegah terjadinya keterlambatan onset laktasi. Tujuan penelitian adalah untuk Diketahui hubungan frekuensi menyusui dengan produksi kelancaran ASI di Wilayah kerja UPT Puskesmas Kalirejo Kabupaten Pesawaran.

#### **d. Metode**

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja IPT Puskesmas Kalirejo Kabupaten Pesawaran pada bulan Juni - Juli 2019. Penelitian ini menggunakan metode analitik survey untuk menilai hubungan antara variabel-variabel yang di teliti yang di lakukan dengan menggunakan pendekatan rancangan crosssectional yaitu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor risiko dan efek, observasi atau pengumpulan data di lakukan sekaligus pada suatu saat. Data di analisis dengan menggunakan uji statistic chi square untuk menuji perbedaan presentase antara dua atau lebih kelompok (sampel) dan menyimpulkan ada atau tidaknya hubungan dua variabel kategorik dengan nilai p-value  $0,05(\alpha \leq 0,05)$ .

Populasi yang dipakai dalam penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui yang berada di wilayah kerja UPT Puskesmas Kalirejo berjumlah 620. Sampel yang dipakai dalam

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

penelitian ini adalah memiliki seluruh ibu menyusui bayi 0-1 tahun tidak mengkonsumsi obat-obatan rutin dan obat-obatan di luar resep dokter, ibu yang tidak mengonsumsi obat pelancar ASI dan ibu yang tidak memiliki bayi premature berjumlah 56 responden. Variabel dalam penelitian ini variabel bebasnya adalah frekuensi menyusui dan variabel terikatnya adalah kelancaran produksi ASI. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner berupa 7 pertanyaan frekuensi menyusui dan 10 pertanyaan kelancaran ASI, yaitu suatu bentuk pertanyaan dimana responden hanya tinggal memilih atau menjawab pada jawaban yang sudah ada menggunakan checklist 7. Uji validitas dalam penelitian ini dilakukan dengan 20 responden di Puskesmas Pringsewu karena memiliki karakteristik yang sama. Kuesioner frekuensi menyusui dan kelancaran produksi ASI dinyatakan valid bila nilai  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel dengan ketetapan  $r$  tabel ( $df=2$ ) dengan  $\alpha$  5% yaitu sebesar 0,468.

Hasil uji validitas yang dilakukan oleh peneliti untuk kuesioner frekuensi menyusui di dapatkan dari 7 pertanyaan yang dinyatakan valid dengan nilai 0,772-0,797 ( $>$  0,468) hasil uji validitas untuk kuesioner kelancaran produksi ASI dengan 10 pertanyaan dinyatakan valid dengan nilai 0,595-0,968 ( $<$  0,468).

#### e. Hasil


- a. Distribusi frekuensi berdasarkan usia pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kalirejo Kabupaten Pesawaran

Usia	Frekuensi	%
15 – 20	6	10,7
21 – 35	50	89,3
<b>Total</b>	<b>56</b>	<b>100</b>

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 56 responden dengan kategori usia 21-35 tahun (89,3%) yaitu 50 responden sedangkan responden dengan kategori usia 15-20 tahun yaitu 6 responden (10,7%).

- b. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Kalirejo Kabupaten Pesawaran

Tingkat Pendidikan	Frekuensi	%
S1	1	1,8
D3	3	5,4
SMA	15	26,8
SMP	27	48,2
SD	10	17,9
<b>Total</b>	<b>56</b>	<b>100</b>

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

Berdasarkan tabel di atas didapatkan hasil dari 56 responden terlihat bahwa responden dengan tingkat pendidikan SMP 27 (48,2%) responden dengan tingkat pendidikan SMA yaitu 15 responden (26,8 %) responden dengan tingkat pendidikan SD yaitu 10 (17,9 %).responden dengan Tingkat pendidikan DIII yaitu (5,4 %) sedangkan responden dengan tingkat Pendidikan S1 1 yaitu responden (1,8 %).

- c. Distribusi Frekuensi Responden Pada Ibu Menyusui Berdasarkan Pekerjaan Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Kalirejo Kabupaten Pesawaran

<b>Pekerjaan</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
Guru	2	3,6
Wiraswasta	1	1,8
Petani	1	1,8
Buruh	2	3,6
IRT	50	89,3
<b>Total</b>	<b>56</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel menunjukkan dari 56 responden sebagian besar ibu menyusui tidak bekerja atau hanya menjalankan tugas sebagai IRT sebanyak 50 orang (89% responden yang bekerja sebagai guru 2 orang (3,6%) responden yang bekerja sebagai buruh sebanyak 2 orang (3,6%) sedangkan responden yang bekerja sebagai petani 1 orang (1,8 %) dan responden yang bekerja sebagai wiraswasta 1 orang (1,8%).

- d. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan suku pada ibu menyusui Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kalirejo Kabupaten Pesawaran.


<b>Suku</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
Jawa	44	78,6
Lampung	4	7,1
Sunda	8	14,3
<b>Total</b>	<b>56</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa 56 ibu menyusui di wilayah kerja UPT Puskesmas Kalirejo yang bersuku jawa yaitu 44 orang (78%) sedangkan yang bersuku sunda 8 orang (14%) dan yang bersuku lampung sebanyak 4 orang (7,1).

- e. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan frekuensi menyusui Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kalirejo Kabupaten Pesawaran.

<b>Frekuensi menyusui</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
baik	40	71,4
tidak baik	16	28,6
<b>Total</b>	<b>56</b>	<b>100</b>

Dari table di atas menunjukkan bahwa dari 56 responden sebagian responden menyusui secara baik atau sering yaitu 40 (71,4%) dan tidak baik yaitu 16 (28%) responden.

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

f. Frekuensi Responden Berdasarkan Kelancaran Produksi ASI

Kelancaran	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Lancar	37	66,1
Tidak lancar	19	33,9
Total	56	100

Menunjukkan bahwa dari 56 responden sebagian besar menyusui dengan lancar yaitu 37 (66,1%) responden sedangkan yang menyusui tidak lancar 19 (33,9%) responden.

g. Hubungan frekuensi menyusui dengan kelancaran produksi ASI

Frekuensi menyusui	Kelancaran produksi ASI						p-value	OR
	Lancar		Tidak lancar		Total			
	N	%	N	%	N	%		
Baik	35	62,5	5	8,9	40	71,4	0.000	49.000
Tidak baik	2	3,6%	14	25,0	16	28,6		
Total	37	66,1	19	33,9	56	100		

Berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan bahwa responden dengan frekuensi menyusui tidak baik yaitu sebanyak 16 (28,6) dan yang tidak lancar yaitu 19 responden sedangkan responden dengan frekuensi menyusui 40 (71,4%), 37 responden menyusui dengan lancar (66,1%) sedangkan ibu menyusui secara baik dan lancar yaitu 35 (62,5%). Responden menyusui dengan frekuensi menyusui kurang 16 (28,6%) sedangkan responden yang menyusui tidak lancar 19 (33,9%) dan yang menyusui kurang dengan menyusui tidak lancar 14 responden (25%). Hasil P- Value = .000 (<0,05) yang artinya ada hubungan antara frekuensi menyusui dengan kelancaran produksi ASI.


f. **Pembahasan**

a. **Usia**

Usia ideal untuk bereproduksi termasuk memproduksi ASI adalah usia 20–35 tahun ibu yang berumur kurang dari 20 tahun belum matang atau belum siap untuk melahirkan ataupun menyusui sehingga akan berdampak pada psikologisnya seperti takut cemas bingung dan gugup. Respon psikologis tersebut akan mempengaruhi produksi ASI karna terhambatnya hormon prolaktin dan oksitosin. Menurut penelitian yang dilakukan oleh 8. Pada usia diatas 35 tahun sudah mulai terjadi penurunan fungsi hormon reproduksi tetapi pada usia tersebut kematangan emosi sudah tercapai dan biasanya ibu sudah mempunyai berbagai pengalaman dalam pemberian ASI baik dari diri sendiri maupun orang lain. Pada penelitian peneliti berpendapat bahwa usia > 20 memiliki kematangan baik fisik maupun psikis dan lebih banyak memiliki pengalaman dalam pemberian ASI.

b. **Pendidikan**

Menjelaskan bahwa pendidikan responden merupakan salah satu unsur penting yang menentukan keadaan gizi keluarga. Orang yang memiliki dasar pendidikan yang tinggi lebih mudah mengerti dan memahami informasi yang diterimannya bila dibanding dengan orang yang berpendidikan lebih rendah.

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

**c. Pekerjaan**

Menurut penelitian yang dilakukan oleh 14 ibu yang bekerja sebagai IRT memiliki keberhasilan dalam memproduksi ASI atau memberikan ASI eksklusif dibandingkan dengan ibu yang bekerja di luar rumah itu dikarenakan ibu yang bekerja sebagai IRT akan memiliki lebih banyak waktu untuk memberikan atau menyusui bayinya.

**d. Suku**

Menurut karakteristik suku menunjukkan bahwa 56 ibu menyusui di wilayah kerja UPT Puskesmas Kalirejo yang bersuku jawa yaitu 44 orang (78%) sedangkan yang bersuku sunda 8 orang (14%) dan yang bersuku lampung sebanyak 4 orang (7,1%). Menurut 15 suku bangsa dapat mempengaruhi kondisi stres seseorang, karena kebiasaan dan aturan yang terdapat pada masing-masing suku serta kondisi lingkungan yang diciptakan oleh suku tertentu bisa mempengaruhi kondisi psikologis seseorang sehingga dapat meningkatkan maupun mengurangi stres yang dirasakan kondisi ini akan mempengaruhi kelancaran produksi ASI. Selain itu beberapa suku juga memiliki larangan untuk ibu menyusui yaitu larangan memakan ikan laut karena takut ASI nya amis yang fakanya adalah ikan laut merupakan salah satu makanan terbaik bagi ibu menyusui, kandungan asam lemak omega 3 pada ikan laut.


**e. 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 penyusuan ini berkaitan dengan kemampuan stimulasi hormon dalam kelenjar payudara. Semakin sering bayi menyusu pada payudara ibu, maka produksi dan pengeluaran ASI lebih banyak.

Menurut Simbolon P,2017 sebaiknya lama dan frekuensi menyusui bayi tanpa di jadwal (on demand) karena bayi akan menentukan sendiri kebutuhannya. Cara ini dinamakan dengan menyusui atas permintaan sendiri atau self demand feeding. Pemberian ASI tidak dibatasi ini akan merangsang produksi ASI dan membantu mencegah pembengkakan payudara. Ibu harus menyusui bila bayinya menangis bukan karena sebab lain atau karena ibu sudah merasa perlu untuk menyusui bayinya. Bayi yang sehat akan mengosongkan satu payudara 4-7 menit.

**f. Kelancaran produksi ASI**

Menurut Chan S, Nelson E, Leung S, Li C,2000 Produksi ASI yang tidak lancar menjadi salah satu faktor yang menyebabkan kegagalan dalam pemberian ASI. Sedangkan faktor internal yang mempengaruhi produksi meliputi kondisi fisik, psikologis, pengetahuan ibu dan faktor fisik bayi sedangkan factor eksternal di antaranya inisiasi menyusui dini dan frekuensi ASI. Salah satu cara untuk memperbanyak ASI adalah dengan cara menyusui bayi sesering mungkin dan secara teratur 1. Kelancaran produksi ASI sangat penting karna dapat berpengaruh pada kecukupan ASI nutrisi pada bayi. menurut prsetyono produksi ASI di pengaruhi oleh

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

2 hormon yaitu hormone prolaktin dan hormone oksitosin hormone prolaktin adalah hormone yang di produksi oleh kelenjar pituitari yang berfungsi untuk memproduksi ASI dan hormone oksitosin yang berfungsi untuk merangsang keluarnya ASI.

**g. Hubungan Frekuensi Menyusui Dengan Kelancaran Produksi ASI**


Menurut Simbolon P,2017 bila bayi menghisap payudara maka akan merangsang hormone prolactin yang mengatur sel sel dalam alveoli agar memproduksi air susu. Isapan bayi juga akan merangsang produksi hormone lain yang di namakan hormone oksitosin yang akan membuat sel- sel otot di sekitar alveoli berkontraksi sehingga air susu akan di dorong menuju puting payudara sehingga semakin sering bayi menghisap maka semakin banyak ASI yang di keluarkan.

Menurut penelitian yang di lakukan oleh Bolon C, 2020 semakin sering anak menghisap puting susu ibu maka akan terjadi peningkatan produksi ASI dan sebaliknya jika anak berhenti menyusui maka terjadi penurunan produksi ASI. Bila bayi menghisap puting payudara maka akan di produksi hormone prolaktin yang mengatur sel dalam alveoli agar memproduksi air susu. Air susu tersebut akan di kumpulkan kedalam kumpulan air susu.


Menurut Sulistiyah,2016 frekuensi menyusui yang baik 10- 12 kali perhari atau minimal 8 kali perhari dan 10 sampai 20 menit untuk masing masing payudara. Jarak menyusui satu stengah jam atau 2 jam sekali. Menurut 12 meningkatkan frekuensi menyusui juga akan mempercepat onset laktasi untuk ibu post partum di harapkan untuk menyusui bayinya sesering mungkin untuk mencegah keterlambatan onset laktasi. Hal ini di tentukan oleh Kelancaran proses laktogenesis onset laktasi. Kegagalan bayi untuk menyusui merupakan salah satu faktor yang menyebabkan onset laktasi lebih dari 3 hari, frekuensi menyusui berhubungan dengan rangsangan isapan pada payudara dengan produksi oksitosin dan prolaktin untuk memproduksi air susu. Menyusui dengan frekuensi lebih dari 6 kali dalam 24 jam pertama setelah bayi lahir dapat menjamin kecukupan ASI pada hari-hari berikutnya.

Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa menyusui secara sering dapat mempercepat onset laktasi sehingga bayi tidak akan kekurangan ASI .Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Sulistiyah,2016 bahwa terdapat hubungan antara frekuensi ibu menyusui pada bayi 0-6 bulan dengan kelancaran produksi ASI yang dapat di simpulkan bahwa semakin sering ibu menyusui maka produksi ASI akan semakin lancar.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan 1 bahwa terdapat hubungan frekuensi menyusui dengan kelancaran produksi ASI pada ibu post partum dapat di simpulkan ibu yang memiliki frekuensi menyusui yang baik memiliki peluang

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

2,438 kali memiliki produksi ASI yang lancar di bandingkan ibu yang memiliki frekuensi menyusui kurang. Berdasarkan hal tersebut peneliti berpendapat bahwa frekuensi menyusui dapat menjadi salah satu cara untuk meningkatkan kelancaran produksi ASI yaitu dengan menyusui bayi sesering mungkin yaitu lebih dari 8 kali perhari.

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

**g. Kesimpulan**

Setelah dilakukan pengabdian, tim melakukan koordinasi tentang manfaat kegiatan dan saran. Dari hasil koordinasi pihak puskesmas menyatakan bahwa kegiatan ini bermanfaat untuk menambah pengetahuan ibu menyusui dan meningkatkan upaya dan posisi menyusui yang aman dan nyaman. Saran yang diharapkan adalah bahwa kegiatan pengabdian ini seharusnya dapat dilakukan lebih sering dan terjadwal tidak hanya di salah satu Puskesmas saja akan tetapi diseluruh Puskesmas dan Bidan praktik Mandiri .

**h. Daftar Pustaka**

Angriani R, Sudaryati E, Lubis Z. Hubungan Frekuensi Menyusui Dengan Kelancaran Produksi Asi Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Peusangan Selatan Kabupaten Bireuen Provinsi Aceh Tahun 2017. 2018;

Lusje K, Mandan J, Kusmiyati K. Hubungan Rawat Gabung Dengan Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Normal Di Irina D Bawah BLU RSUP Prof. Dr. RD Kandou Manado. JIDAN (Jurnal Ilm Bidan). 2014;2(1):41–5

Chan S, Nelson E, Leung S, Li C. Breastfeeding Failure In A Longitudinal Post-Partum Maternal Nutrition Study In Hong Kong. J Paediatr Child Health [Internet]. 2000 Oct 18;36(5):466–71. Available From: <http://doi.wiley.com/10.1046/j.1440-1754.2000.00544.x>

Sulistiyah. Hubungan Antara Frekuensi Ibu Menyusui Pada Bayi 0-6 Bulan Dengan Kelancaran Asi (Studi Di Puskesmas Bululwang Kabupaten Malang). J Hesti Wira Sakti. 2016;4(1):6–9


Monika FB. Buku Pintar ASI Dan Menyusui. Jakarta: Noura Books. 2014;

Hastono SP. Analisis Data Pada Bidang Kesehatan. 2016;

Notoatmodjo S. Metodologi Penelitian Kesehatan, Jakarta, PT Rineka Cipta. Profil SMA. 2012;2.

Rahmawati A, Prayogi B. Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Produksi Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui Yang Bekerja. J Ners Dan Kebidanan (Journal Ners Midwifery) [Internet]. 2017 Oct 16;4(2):134–40. Available From: <http://jnk.phb.ac.id/index.php/jnk/article/view/0179>

Budiarti GP. PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR SISWA DENGAN PENDEKATAN PROBLEM POSSING BERBASIS PORTOFOLIO (PTK Di Kelasv SD Negeri 1 Padaan Blora). Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2009

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

Simbolon P. Dukungan Keluarga Dalam Pemberian ASI Eksklusif. Yogyakarta Deep. 2017;

Bolon C, Siregar D, Kartika L, Supinganto A, Manurung S, Sitanggang Y, Et Al. ANATOMI DAN FISILOGI. 2020

Nursanti I. I Meningkatkan Frekuensi Menyusui Mempercepat Onset Laktasi. Media Ilmu Kesehatan. 2012;1(1):1–5

Perinasia (2008). Anatomi Dan Fisiologi Laktasi. <http://www.scribd.com>. Diakses Tanggal 19 April 2014

Warsini. 2015. Hubungan Antara Jenis Persalinan, Tingkat Pendidikan, Tingkat Pendapatan Dan Status Bekerja Ibu Dengan Keberhasilan ASI Eksklusif 6 (Enam) Bulan Di Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo

Nursanti, Ida. (2012). Meningkatkan Frekuensi Menyusui Mempercepat Onset Laktasi. Jurnal Media Ilmu Kesehatan, Vol. 1, No. 1, P.1-4. [https://www.academia.edu/22960023/meningkatkan\\_frekuensi\\_menyusui\\_memperecepat\\_onset\\_laktasi](https://www.academia.edu/22960023/meningkatkan_frekuensi_menyusui_memperecepat_onset_laktasi)

## 5. Publikasi Penelitian

Jenis Publikasi	Nama Jurnal	Link
Jurnal sinta 4	Wacana Kesehatan	<a href="file:///C:/Users/PC/Downloads/416-887-1-PB-5.pdf">file:///C:/Users/PC/Downloads/416-887-1-PB-5.pdf</a>
HKI		-