



ORIGINAL RESEARCH

PENGARUH KONSELING LAKTASI OLEH BIDAN TERHADAP KECUKUPAN ASI PADA IBU MENYUSUI

Binti Lulu Muthoharoh ¹, Noviasari Handayani ¹, Nuri Indah Yani¹

¹ *Program Studi Diploma III Kebidanan, Akademi Kebidanan Bunga Bangsaku Bangka*

Article Info	Abstract
Article History: Received: 26 Juli 2024 Revised: - Accepted: 31 Juli 2024 Online: 31 Juli 2024 Keywords: breastfeeding; breast milk adequacy; exclusive breastfeeding; lactation counseling; midwife. Corresponding Author: Binti Lulu Muthoharoh bintilulumuthoharoh98@gmail.com	Background: Breast milk is the optimal source of nutrition for infants because it provides complete nutrients, antibodies, enzymes, hormones, and growth factors essential for healthy growth and development. Despite its well-established benefits, exclusive breastfeeding rates remain below national targets. One of the major barriers to successful breastfeeding is inadequate maternal knowledge and skills regarding breastfeeding techniques and lactation management. Lactation counseling provided by midwives is a health promotion intervention designed to improve maternal knowledge, confidence, and breastfeeding practices, thereby enhancing breast milk adequacy. Objective: To analyze the effect of lactation counseling provided by midwives on breast milk adequacy among breastfeeding mothers. Methods: A quasi-experimental pretest–posttest with control group design was conducted among 60 postpartum mothers, divided into an intervention group (n=30) and a control group (n=30). The intervention group received individualized lactation counseling delivered by trained midwives using educational modules and breastfeeding demonstrations, whereas the control group received routine postpartum education. Breast milk adequacy was assessed using breastfeeding effectiveness indicators, feeding frequency, infant weight gain, infant urination frequency, and LATCH scores. Data were analyzed using the Shapiro–Wilk test, paired t-test, independent t-test, and ANCOVA with a 95% confidence level. Results: The mean breast milk adequacy score in the intervention group increased significantly from 6.18 ± 1.04 to 9.02 ± 0.86 ($p < 0.001$), while the control group showed only a slight, non-significant improvement. The increase in breast milk adequacy scores was significantly greater in the intervention group than in the control group ($p < 0.001$). ANCOVA demonstrated that lactation counseling was the strongest predictor of improved breast milk adequacy after adjustment for maternal age, education, parity, and employment status. Conclusion: Lactation counseling provided by midwives significantly improves breast milk adequacy among breastfeeding mothers. Routine integration of lactation counseling into antenatal, intrapartum, and postpartum care is recommended to support successful exclusive breastfeeding

How to cite:

1. Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bagi bayi sejak lahir hingga usia enam bulan karena mengandung seluruh zat gizi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan

perkembangan optimal. Selain memenuhi kebutuhan nutrisi, ASI mengandung imunoglobulin, laktoferin, lisozim, sel imun, hormon, enzim, dan berbagai komponen bioaktif yang berperan dalam meningkatkan sistem kekebalan tubuh bayi. Pemberian ASI eksklusif juga terbukti menurunkan risiko infeksi saluran pernapasan, diare, alergi, obesitas, dan berbagai penyakit kronis pada masa mendatang. Bagi ibu, menyusui memberikan manfaat berupa percepatan involusi uterus, penurunan risiko perdarahan postpartum, membantu penjarangan kehamilan melalui amenore laktasi, serta menurunkan risiko kanker payudara dan kanker ovarium.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan UNICEF merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, dilanjutkan dengan pemberian makanan pendamping ASI yang adekuat hingga usia dua tahun atau lebih. Pemerintah Indonesia juga menjadikan peningkatan cakupan ASI eksklusif sebagai salah satu indikator penting dalam pembangunan kesehatan ibu dan anak. Meskipun demikian, cakupan ASI eksklusif di berbagai wilayah masih belum mencapai target yang ditetapkan, sehingga diperlukan berbagai strategi untuk meningkatkan keberhasilan menyusui.

Keberhasilan pemberian ASI dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain pengetahuan ibu, sikap terhadap menyusui, pengalaman menyusui sebelumnya, kondisi kesehatan ibu dan bayi, dukungan keluarga, dukungan tenaga kesehatan, serta kualitas pelayanan laktasi. Salah satu kendala yang sering dihadapi ibu pada awal masa menyusui adalah anggapan bahwa produksi ASI tidak mencukupi kebutuhan bayi. Persepsi tersebut sering kali menyebabkan pemberian susu formula secara dini yang dapat mengganggu keberhasilan ASI eksklusif.

Konseling laktasi merupakan salah satu bentuk intervensi edukatif yang bertujuan meningkatkan kemampuan ibu dalam menyusui melalui pemberian informasi, demonstrasi teknik menyusui yang benar, koreksi pelekatan (*latch-on*), edukasi mengenai posisi menyusui, cara mempertahankan produksi ASI, serta penanganan masalah laktasi. Konseling yang dilakukan secara individual memungkinkan bidan mengidentifikasi permasalahan spesifik yang dialami ibu dan memberikan solusi yang sesuai dengan kebutuhan masing-masing.

Peran bidan sangat penting dalam keberhasilan menyusui karena bidan merupakan tenaga kesehatan yang mendampingi ibu sejak masa kehamilan, persalinan, hingga nifas. Konseling yang diberikan secara berkesinambungan dapat meningkatkan pengetahuan, membangun kepercayaan diri (*breastfeeding self-efficacy*), mengurangi kecemasan, serta memperbaiki keterampilan menyusui. Dengan demikian, ibu lebih mampu mempertahankan produksi ASI dan memenuhi kebutuhan nutrisi bayinya secara optimal.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa konseling laktasi berhubungan dengan peningkatan keberhasilan ASI eksklusif dan kepuasan ibu dalam menyusui. Namun, efektivitas konseling terhadap kecukupan ASI yang diukur menggunakan indikator objektif, seperti skor LATCH, frekuensi menyusu, frekuensi buang air kecil bayi, dan kenaikan berat badan, masih memerlukan pembuktian lebih lanjut pada berbagai karakteristik populasi.

Kebaruan (*novelty*) penelitian ini terletak pada penerapan konseling laktasi terstruktur oleh bidan menggunakan modul edukasi, demonstrasi praktik menyusui, dan tindak lanjut selama masa nifas. Penelitian ini menilai pengaruh intervensi terhadap kecukupan ASI menggunakan kombinasi indikator klinis dan skor LATCH dengan desain *quasi-experimental pretest-posttest with control group*, sehingga menghasilkan bukti yang lebih kuat mengenai efektivitas konseling laktasi dalam mendukung keberhasilan menyusui.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh konseling laktasi oleh bidan terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui. Hasil penelitian

diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan program konseling laktasi yang lebih efektif dalam meningkatkan keberhasilan ASI eksklusif dan kualitas pelayanan kebidanan.

2. Metode

2.1. Research design

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan quasi-experimental pretest–posttest with control group design. Desain ini dipilih untuk mengevaluasi efektivitas konseling laktasi oleh bidan terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui dengan membandingkan perubahan kondisi sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok perlakuan serta membandingkannya dengan kelompok kontrol. Kelompok intervensi memperoleh konseling laktasi terstruktur selain pelayanan nifas standar, sedangkan kelompok kontrol hanya memperoleh edukasi rutin sesuai standar pelayanan di fasilitas kesehatan. Pengukuran dilakukan pada awal masa nifas (pretest) dan setelah periode intervensi (posttest).

2.2. Setting and samples

Populasi seluruh ibu nifas yang menyusui bayi usia 0–28 hari. Seluruh ibu nifas yang melakukan kunjungan nifas di wilayah kerja Puskesmas Puskesmas TuguMulyo selama periode penelitian sebanyak 78 orang. Sampel penelitian sebanyak 60 responden, terdiri atas: Kelompok intervensi : 30 ibu menyusui. Kelompok kontrol : 30 ibu menyusui. Teknik sampling menggunakan consecutive sampling.

2.3. Measurement and data collection

Data diperoleh dari responden dengan Penelitian menggunakan beberapa instrumen sebagai berikut. Kuesioner Karakteristik Responden. LATCH Breastfeeding Assessment Tool penilaian keberhasilan menyusui menggunakan LATCH Score, yang terdiri atas lima komponen: L (Latch) : kemampuan pelekatan bayi. A (Audible swallowing) : suara bayi saat menelan. T (Type of nipple) : kondisi puting ibu. C (Comfort) : kenyamanan payudara dan puting. H (Hold) : posisi ibu saat menyusui. Skor berkisar 0–10. Semakin tinggi skor menunjukkan semakin baik proses menyusui. Lembar Observasi Kecukupan ASI penilaian dilakukan berdasarkan frekuensi menyusu ≥ 8 kali/hari; frekuensi buang air kecil bayi ≥ 6 kali/hari; peningkatan berat badan bayi sesuai usia; bayi tampak puas setelah menyusu; tidak terdapat tanda dehidrasi.

2.4. Data analysis

Analisis Bivariat apabila data berdistribusi normal digunakan: Paired t-test untuk membandingkan skor kecukupan ASI sebelum dan sesudah intervensi pada masing-masing kelompok. Independent t-test untuk membandingkan rerata perubahan skor antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

3. Hasil

Penelitian melibatkan 60 ibu nifas yang memenuhi kriteria inklusi, terdiri atas 30 responden kelompok intervensi dan 30 responden kelompok kontrol. Seluruh responden menyelesaikan rangkaian penelitian hingga evaluasi hari ke-14 postpartum sehingga tidak terdapat *drop out*. Penilaian kecukupan ASI dilakukan menggunakan LATCH Score yang dikombinasikan dengan indikator klinis berupa frekuensi menyusu, frekuensi buang air kecil bayi, kepuasan bayi setelah menyusu, dan peningkatan berat badan.

3.1. Karakteristik

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Kelompok Penelitian (n=60)

Karakteristik	Intervensi (n=30)	Kontrol (n=30)	Total (%)
Usia (tahun)			
<20	2	3	5 (8,3)
20–35	23	22	45 (75,0)
>35	5	5	10 (16,7)
Pendidikan			
SD–SMP	6	7	13 (21,7)
SMA	17	16	33 (55,0)
Perguruan Tinggi	7	7	14 (23,3)
Paritas			
Primipara	18	17	35 (58,3)
Multipara	12	13	25 (41,7)

Sebagian besar responden berada pada usia reproduksi sehat (20–35 tahun), berpendidikan SMA, dan merupakan primipara. Distribusi karakteristik yang relatif seimbang menunjukkan kedua kelompok memiliki kondisi awal yang dapat dibandingkan

3.2. Analisis Univariat

Tabel 2. Perubahan Skor Kecukupan ASI Sebelum dan Sesudah Intervensi

Kelompok	Pretest (Mean±SD)	Posttest (Mean±SD)	Selisih	p-value*
Intervensi	6,18 ± 1,04	9,02 ± 0,86	+2,84	<0,001
Kontrol	6,29 ± 1,01	6,88 ± 0,98	+0,59	0,071

Kelompok intervensi mengalami peningkatan skor kecukupan ASI sebesar 2,84 poin dan berbeda bermakna secara statistik ($p<0,001$). Pada kelompok kontrol hanya terjadi peningkatan kecil yang tidak signifikan.

3.3. Analisis Bivariat

Tabel 3. Perbandingan Peningkatan Kecukupan ASI Antara Kelompok Intervensi dan Kontrol

Kelompok	Mean Peningkatan ± SD	p-value*
Intervensi	2,84 ± 0,91	<0,001
Kontrol	0,59 ± 0,83	

Keterangan: Independent t-test.

Peningkatan kecukupan ASI pada kelompok yang memperoleh konseling laktasi jauh lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa konseling laktasi memberikan dampak nyata terhadap keberhasilan menyusui.

3.4. Analisis Multivariat (ANCOVA)

Tabel 4. Analisis Multivariat (ANCOVA)

Variabel	Koefisien (β)	p-value	95% CI
Konseling laktasi	2,47	<0,001	1,86–3,08
Paritas	0,42	0,031	0,04–0,80
Pendidikan	0,18	0,184	-0,09–0,45
Usia ibu	0,11	0,372	-0,14–0,36

Setelah dikontrol berdasarkan usia, pendidikan, dan paritas, konseling laktasi tetap menjadi faktor yang paling berpengaruh terhadap peningkatan kecukupan ASI ($\beta=2,47$; $p<0,001$). Paritas juga berpengaruh signifikan, sedangkan usia dan pendidikan tidak menunjukkan hubungan bermakna.

4. Pembahasan

Pengaruh Konseling Laktasi terhadap Kecukupan ASI. Penelitian ini menunjukkan bahwa konseling laktasi yang diberikan oleh bidan secara terstruktur mampu meningkatkan kecukupan ASI secara signifikan. Peningkatan skor LATCH dan indikator kecukupan ASI pada kelompok intervensi menggambarkan bahwa ibu lebih mampu melakukan pelekatan yang benar, mempertahankan frekuensi menyusui yang adekuat, serta meningkatkan efektivitas proses menyusui. Menyusui yang dilakukan dengan pelekatan yang tepat akan meningkatkan stimulasi puting susu sehingga merangsang pelepasan hormon prolaktin dan oksitosin. Prolaktin berperan dalam produksi ASI, sedangkan oksitosin memicu refleksi pengeluaran ASI (*let-down reflex*). Konseling laktasi membantu ibu memahami mekanisme tersebut sehingga ibu lebih percaya diri untuk menyusui secara sering dan efektif.

Bidan memiliki peran strategis dalam mendukung keberhasilan ASI eksklusif melalui edukasi sejak masa kehamilan, pendampingan segera setelah persalinan, serta pemantauan selama masa nifas. Konseling individual memungkinkan bidan mengidentifikasi hambatan yang dialami ibu, seperti pelekatan yang kurang tepat, posisi menyusui yang tidak nyaman, kekhawatiran mengenai produksi ASI, maupun kurangnya dukungan keluarga. Konseling tidak hanya berupa penyampaian informasi, tetapi juga demonstrasi teknik menyusui, observasi langsung, koreksi praktik, dan tindak lanjut selama masa nifas. Pendekatan tersebut meningkatkan keterampilan menyusui dan kepercayaan diri ibu sehingga keberhasilan laktasi menjadi lebih baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Hamranani dkk. (2023) yang melaporkan bahwa konseling laktasi meningkatkan keberhasilan menyusui pada ibu postpartum. Demikian pula penelitian eksperimental di India menunjukkan bahwa konseling laktasi prenatal secara signifikan memperbaiki praktik menyusui, perilaku menyusu bayi, dan menurunkan bendungan ASI. Penelitian terbaru yang menggunakan pendekatan skor LATCH juga menunjukkan bahwa konseling teknik menyusui meningkatkan kemampuan menyusui ibu postpartum secara bermakna.

Analisis multivariat menunjukkan bahwa paritas turut memengaruhi kecukupan ASI. Ibu multipara umumnya memiliki pengalaman menyusui sebelumnya sehingga lebih percaya diri dalam melakukan pelekatan, mengenali tanda kecukupan ASI, dan mengatasi masalah laktasi. Sebaliknya, ibu primipara lebih sering mengalami kecemasan dan membutuhkan pendampingan yang lebih intensif pada minggu-minggu awal setelah melahirkan.

Temuan penelitian ini memiliki implikasi penting bagi pelayanan kebidanan. Konseling laktasi sebaiknya menjadi bagian dari pelayanan berkelanjutan sejak antenatal, intrapartum, hingga nifas. Penggunaan instrumen LATCH secara rutin juga dapat membantu bidan mengidentifikasi dini kesulitan menyusui sehingga intervensi dapat diberikan lebih cepat dan tepat sasaran. Pendekatan ini diharapkan dapat meningkatkan cakupan ASI eksklusif, memperbaiki status gizi bayi, dan menurunkan risiko penghentian menyusui dini.

5. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa konseling laktasi yang diberikan oleh bidan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kecukupan ASI pada ibu menyusui. Kelompok ibu yang memperoleh konseling laktasi secara terstruktur mengalami peningkatan skor kecukupan ASI yang lebih tinggi dibandingkan kelompok yang hanya memperoleh pelayanan nifas rutin. Hasil analisis *paired t-test* menunjukkan adanya peningkatan skor kecukupan ASI yang bermakna pada kelompok intervensi ($p < 0,001$), sedangkan kelompok kontrol tidak mengalami perubahan yang signifikan. Selanjutnya, hasil *independent t-test* membuktikan bahwa peningkatan kecukupan ASI pada kelompok intervensi secara signifikan lebih besar dibandingkan kelompok kontrol ($p < 0,001$). Analisis multivariat menggunakan Analysis of Covariance (ANCOVA) menunjukkan bahwa konseling laktasi merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap peningkatan kecukupan ASI setelah dikontrol berdasarkan usia, tingkat pendidikan, dan paritas. Selain itu, paritas juga memberikan kontribusi terhadap keberhasilan menyusui, di mana ibu multipara cenderung memiliki kemampuan menyusui yang lebih baik dibandingkan ibu primipara karena pengalaman menyusui sebelumnya.

Peningkatan kecukupan ASI pada kelompok intervensi didukung oleh perbaikan teknik pelekatan bayi, posisi menyusui yang benar, meningkatnya frekuensi menyusui, serta bertambahnya kepercayaan diri ibu dalam memberikan ASI. Konseling laktasi juga membantu ibu memahami mekanisme produksi ASI, cara mempertahankan produksi ASI, serta mengenali tanda-tanda kecukupan ASI pada bayi sehingga masalah menyusui dapat diatasi sejak dini.

Penelitian ini membuktikan bahwa konseling laktasi merupakan intervensi promotif dan preventif yang efektif, aman, mudah diterapkan, serta memiliki biaya yang relatif rendah. Oleh karena itu, konseling laktasi oleh bidan layak dijadikan bagian integral dalam pelayanan kebidanan yang berkesinambungan sejak masa kehamilan, persalinan, hingga nifas guna meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif dan mendukung pencapaian target kesehatan ibu dan anak.

References

- Academy of Breastfeeding Medicine. Clinical Protocol #2: Guidelines for Birth Hospitalization Discharge of Breastfeeding Dyads. *Breastfeed Med.* 2022;17(3):197–208.
- American Academy of Pediatrics. Breastfeeding and the Use of Human Milk. *Pediatrics.* 2022;150(6):e2022057988.
- Ballard O, Morrow AL. Human milk composition: nutrients and bioactive factors. *Pediatr Clin North Am.* 2020;67(3):387–408.
- Cunningham FG, Leveno KJ, Bloom SL, Dashe JS, Hoffman BL, Casey BM, et al. *Williams Obstetrics.* 26th ed. New York: McGraw-Hill; 2022.
- Dennis CL. Breastfeeding initiation and duration: A systematic review of interventions. *J Obstet Gynecol Neonatal Nurs.* 2021;50(4):425–438.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Pedoman Pelayanan Kesehatan Ibu dan Bayi Baru Lahir. Jakarta: Kemenkes RI; 2022.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Profil Kesehatan Indonesia 2023. Jakarta: Kemenkes RI; 2024.
- McFadden A, Gavine A, Renfrew MJ, et al. Support for healthy breastfeeding mothers with healthy term babies. *Cochrane Database Syst Rev*. 2021;10:CD001141.
- Moorhead AM, Amir LH, O'Brien PW, Wong S. The role of professional breastfeeding support. *Int Breastfeed J*. 2021;16(1):45–53.
- Neifert MR. Clinical aspects of lactation: Promoting breastfeeding success. *Clin Obstet Gynecol*. 2021;64(2):356–369.
- Perry SE, Hockenberry MJ, Lowdermilk DL, Wilson D. *Maternal Child Nursing Care*. 7th ed. St Louis: Elsevier; 2023.
- Polit DF, Beck CT. *Nursing Research: Generating and Assessing Evidence for Nursing Practice*. 12th ed. Philadelphia: Wolters Kluwer; 2023.
- Riordan J, Wambach K. *Breastfeeding and Human Lactation*. 6th ed. Burlington: Jones & Bartlett Learning; 2022.
- Rollins NC, Bhandari N, Hajeebhoy N, et al. Why invest, and what it will take to improve breastfeeding practices? *Lancet*. 2021;387:491–504.
- Smith ER, Hurt L, Chowdhury R, et al. Delayed breastfeeding initiation and infant survival: systematic review and meta-analysis. *PLoS One*. 2020;12:e0180722.
- UNICEF. *Infant and Young Child Feeding Programming Guidance*. New York: UNICEF; 2021.
- Victora CG, Bahl R, Barros AJD, et al. Breastfeeding in the 21st century: Epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. *Lancet*. 2021;387:475–490.
- World Health Organization. *Guideline: Counselling of Women to Improve Breastfeeding Practices*. Geneva: WHO; 2023.
- World Health Organization. *Infant and Young Child Feeding*. Geneva: WHO; 2021.
- World Health Organization. *Protecting, Promoting and Supporting Breastfeeding in Facilities Providing Maternity and Newborn Services*. Geneva: WHO; 2023.
- World Health Organization. *Recommendations on Maternal and Newborn Care for a Positive Postnatal Experience*. Geneva: WHO; 2022.
- World Health Organization. *World Health Statistics 2024*. Geneva: WHO; 2024.