

HUBUNGAN KONDISI FISIK PAYUDARA IBU DENGAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI BAYI USIA 3 BULAN

Kristina Julu¹⁾, Endang Prasetyawati²⁾, Prita Muliarini³⁾
Program Studi Kebidanan
Akademi Kebidanan Wira Husada Nusantara

ABSTRAK

Payudara merupakan organ yang paling penting bagi kaum perempuan. Organ tubuh yang satu ini di butuhkan bagi anak yang baru lahir, karena payudara mengeluarkan susu (ASI) yang sangat dibutuhkan oleh bayi. (Melissa, 2005). Manusia mempunyai sepasang kelenjar payudara, yang beratnya kurang lebih 200 gram, saat hamil 600 gram, dan saat menyusui 800 gram. Setiap payudara terdiri dari 15 sampai 20 lobus dari jaringan kelenjar.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kondisi fisik payudara ibu dengan produksi ASI. Penelitian ini menggunakan metode regresi linear sederhana, penelitian ini dilakukan dengan pengumpulan data dimulai pada bulan maret sampe Mei 2019, variabel dalam penelitian ini yaitu variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen) populasi yang diambil 40 orang ibu menyusui di Bpm Bidan Ani Kecamatan Tirtoyudo sampel 30 orang yang mengalami gangguan produksi ASI. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa metode dalam pengumpulan data seperti metode observasi, wawancara, dokumentasi, uji hipotesis dengan menggunakan analisa data secara regresi linier sederhana.

Hasil dari penelitian ini bahwa nilai t_{hitung} (5,905) $>$ $t_{0,05}$ (2,048), artinya ada hubungan yang signifikan antara kondisi fisik payudara ibu dengan produksi asi

Kata Kunci: Kondisi Fisik Payudara dan Produksi ASI

PENDAHULUAN

Payudara adalah organ yang paling penting bagi kaum perempuan. Organ tubuh yang satu ini juga dibutuhkan bagi anak yang baru lahir, karena payudara mengeluarkan air susu (Asi) yang sangat di butuhkan oleh bayi (Melissa, 2005). Payudara (mammas, susu) adalah memproduksi susu untuk nutrisi bayi. Manusia mempunyai sepasang kelenjar payudara, yang beratnya kurang lebih 200 gram, Saat hamil 600 gram dan saat menyusui 800 (Ambarwati, 2009). Setiap payudara terdiri dari 15 sampai 20 lobus dari jaringan kelenjar. Jumlah lobus tidak berhubungan dengan ukuran payudara. Setiap lobus terbuat dari ribuan kelenjar kecil yang disebut *alveoli* atau *acini*. Kelenjar ini bersama – sama membuat sejumlah gumpalan, mirip buah anggur yang

merambat. *Alveoli* (*alveolus* dan *acinus singular*) menghasilkan susu dan substansi lainnya selama masa menyusui. Setiap bola memberikan makanan ke dalam pembuluh tunggal *lactiferous* yang mengalirkan keluar melalui puting susu. Sebagai hasilnya, terdapat 15-20 saluran puting susu, mengakibatkan banyak lubang pada puting susu. Di belakang puting susu pembuluh *lactiferous* agak membesar samapi membentuk penyimpanan kecil yang disebut lubang-lubang *lactiferous* (lactiferous sinuses).

Asi adalah makanan utama dan terpenting untuk bayi. Asi merupakan makanan utama dan nutrient terbaik bagi bayi. ASI mengandung banyak zat antibody yang berguna untuk menangkal penyakit (weni Kristiyanasari, 2009). Asi adalah makanan yang

sangat sempurna,bersih,serta mengandung zat kekebalan yang sangat dibutuhkan oleh bayi(Dwi SunarPrasetyono,2009).Asi adalah satu jenis makanan mencukupi seluruh unsur kebutuhan bayi baik fisik,psikologi,sosial maupun spiritual. Asi mengandung nutrisi,hormon,unsur kekebalan faktor pertumbuhan,anti alergi,serta anti inflamasi (Anonymous,2010).

Pada bulan-bulan terakhir kehamilan sering ada sekresi kolostrum pada payudara ibu hamil. Setelah persalinan apabila bayi mulai menghisap payudara,maka produksi Asi bertambah secara tepat. Dalam kondisi normal Asi di produksi sebanyak 10-100cc pada hari-hari pertama.Produksi Asi menjadi konstan setelah hari ke 10 sampai ke 14. Bayi yang sehat selanjutnya mengkonsumsi sebanyak 700-800 cc Asi per hari. Namun kadang-kadang ada yang mengkonsumsi kurang dari 600cc atau bahkan hamper 1 liter per harridan tetap menunjukkan tingkat pertumbuhan yang sama. Keadaan kurang gizi pada ibu pada tingkat yang berat baik pada waktu hamil maupun menyusui dapat mempengaruhi volume Asi. ProduksiAsi menjadi lebih sedikit yaitu hanya berkisar 500-700 cc pada tahun kedua usia anak (Anonymous,2005).

Berikut ini adalah hal-hal yang dapat mempengaruhi produksi asi diantaranya yaitu :

a. Usia ibu

Usia ibu saat mengandung dan menyusui juga turut berpengaruh terhadap produksi Asi. Pada umumnya,ibu yang berumur 19-23 tahun menghasilkan asi yang lebih banyak daripada ibu yang berusia 30 an (Dwi Sunar Prasetyo,2009).

b. Kondisi Psikis Ibu

Produksi Asi sangat dipengaruhi oleh faktor kejiwaan, misalnya kegelisahan,kurang percaya diri,rasa tertekan,dan berbagai bentuk ketegangan emosional. Semua itu membuat ibu tidak berhasil menyusui bayinya dengan baik. Pada dasarnya keberhasilan menyusui bayi di tentuhkan oleh dua hal, yaitu reflek prolaktin didasrkan pada kondisi kejiwaan

ibu yang mempengaruhi rangsangan hormonal untuk memproduksi Asi. Semakin tinggi tingkat gangguan emosional,semakin sedikit rangsangan hormone proklaktin yang di berikan untuk memproduksi Asi (Dwi Sunar Prasetyo,2009).

c. Nutrisi Ibu

Makanan yang di konsumsi oleh ibu pada masa menyusui tidak secara langsung mempengaruhi mutu,kualitas,maupun jumlah air susu yang di hasilkan. Ibu yang menyusui membutuhkan 300-500 kalori tambahan setiap hari agar bisa menyusui bayinya dengan sukses,300 kalori yang di butuhkan bayi berasal dari lemak yang timbul selama kehamilan. Artinya ibu yang menyusui tidak perlu makan yang berlebihan,tetapi cukup menjaga keseimbangan konsumsi gizi. Selanjutnya,aktivitas menyusui bayi dapat mengurangi berat badan ibu,sehingga ibu bisa langsing kembali. Terkait itu perlu di ketahui bahwa diet atau menahan lapar akan mengurangi produksi Asi (Dwi Sunar Prastyo,2009).

d. Kondisi payudara ibu

Dalam Anonymous (2011) menyatakan bahwa ukuran payudara biasanya akan meningkat selama kehamilan terutama selama trimester ketiga saat alveoli (sel yang memproduksi Asi) dan *milik duct* (saluran yang membawa Asi ke putting) tumbuh dan berkembang secara signifikan. Tetapi ukuran payudara tidak mempengaruhi berapah banyak Asi yang bisa dihasilkan. Karena ukuran payudar lebih tergantung pada jumlah pendukung dan lemak jaringan *fibrosa* dari jumlah kelenjar susu. Wanita dengan payudara besar tidak selalu menghasilkan Asi yang banyak,karena ukuran payudara tidak ada hubungannya dengan kemampuan memproduksi Asi dan menyusui.Tidak benar bila ukuran payudara yang kecil hanya menghasilkan sedikit Asi. Asi di produksi oleh kelenjar Asi/alveoli sehingga besar kecilnya payudara tidak berpengaruh

kepada banyak atau sedikitnya jumlah asi yang di hasilkan. Payudara yang besar belum tentu akan menghasilkan Asi yang banyak karena bisa jadi ia hanya mempunyai sedikit kelenjar alveoli. Begitu pula sebaliknya, payudara kecil belum tentu sedikit Asi nya karena bisa jadi ia terdapat banyak kelenjar alveoli (Syasya Azisya,2010).Menurut beberapah ahli mempunyai pendapat tentang macam-macam bentuk puting di antaranya yaitu :

- a. Puting terbenam atau terbalik
Pada beberapa perempuan di temukan puting payudara tidak menonjol, tetapi masuk kedalam. Biasanya putung yang masuk kedalam terjadi pada perempuan hamil,tetapi setelah melahirkan putting susu tersebut akan normal kembali dengan sendirinya. Namun, banyak juga yang putingnya tetap tidak mau keluar walaupun telah melahirkan. Bahkan, hingga bayinya tumbuh dewasa. Jika hal ini terjadi, putting yang masuk ke dalam ketika menyusui bayi,akan menyulitkan bayi untuk meminum susu bahkan bayi tidak mau menyusui. Apabila bayi tidak mau menyusui akan mengurangi frekuensi menyusui pada ibunya. Sehingga dapat mengurangi jumlah produksi Asi (Melissa,2005).
- b. Puting pendek /datar
Tidak benar bila ibu dengan putting datar tidak bisa menyusui sehingga akan berpengaruh ke produksi Asi. Bila bayi bisa menyusui dengan benar,sehingga yang di hisap bukanlah putting susu ibunya melainkan daerah aerolahnya. Bentuk putting susu tidak berpengaruh dalam banyaknya jumlah Asi Syasya Azisya,2010).
- c. Puting panjang
Bentuk puting yang panjang akan berpengaruh terhadap keberhasilan bayi menyusui (Dwi Sunar Prasetyo,2009). Di karenakan pada waktu putting masuk ke dalam mulut bayi. Bayi kebanyakan akan tersedak dan melepaskan putting,apabila bayi masih menyusui

banyak kemungkinan bayi tidak memasukan semua putting susu ke dalam mulutnya sehingga Asi yang Cuma sedikit bahkan tidak keluar.

- d. Puting normal
Puting yang normal akan memudahkan bayi pada saat menyusui di karenakan putting dapat di gerakan dengan bebas sehingga bayi tidak kesulitan dalam menyusui (Dwi Sunar Prasetyo,2009).

Untuk mengetahui banyaknya produksi ASI, beberapa kriteria yang dapat digunakan sebagai patokan untuk mengetahui jumlah ASI cukup atau tidak adalah sebagai berikut:

- a. ASI yang banyak akan merembes keluar melalu putting
- b. Sebelum disusukan, payudara terasa tegang
- c. Berat badan naik sesuai dengan usia, dapat dilihat dari table 2.1 dibawah ini.
- d. Jika ASI cukup, setelah menyusui bayi akan tertidur/ tenang selama 3-4 jam.
- e. Bayi lebih sering berkemih, sekitar 8 kali sehari.

METODE PENELITIAN

Peneliti ini termasuk dalam kategori penelitian *deskriptif analitik* karena bertujuan untuk menguji suatu hipotesis penelitian, yaitu hubungan kondisi fisik payudara ibu dengan produksi Asi. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian adalah dengan menggunakan metode observasi. Observasi merupakan salah satu alat pengumpulan data (Sungkono 2007).Penelitian dilakukan di BPM Bidan Ani Desa Ampelgading Kecamatan Tirto Yudo

Variabel independen dalam penelitian ini adalah kondisi fisik payudara ibu yang meliputi ukuran payudara, bentuk putting dan keadaan payudara.Adapun yang menjadi variabel *dependent* dalam penelitian ini adalah produksi Asi yang meliputi volume Asi/menit dan kelancaran Asi.

Defenisi operasional dibuat untuk memudahkan pengumpulan data dan menghindari perbedaan *interpretasi* serta membatasi ruang lingkup *variabel*. *Variabel* yang

dimasukan dalam definisi operasional adalah variabel kunci/penting yang dapat diukur secara operasional dan dapat dipertanggungjawabkan (Ari Setiawan dan Saryono,2010).

Tabel 1 Definisi operasional Hubungan Kondisi Payudara Ibu dengan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Bayi Usia < 3 Bulan di BPM Bidan Ani Desa Ampelgading Kecamatan Tirto Yudo

Konsep	Variabel	Indikator	Item	Skor	
Hubungan Kondisi Payudara Ibu dengan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Bayi Usia < 3 Bulan	Variabel independen	Ukuran payudara	Besar	3	
			Sedang	2	
			Kecil	1	
	Kondisi Fisik Payudara Ibu(X)	Bentuk puting	Normal	3	
			Terlalu panjang	2	
			Tenggelam	1	
			Keadaan payudara	Baik	3
				Kurang baik(payudara kencang)	2
				Tidak baik (terdapat peradangan)	1
				Kecukupan ASI	Bayi tidur banyak
Bayi menangis	2				
Kulit kuning	1				
Tanda bayi cukup menyusu	Adanya tarikan Pipih	Adanya Gerakan menelan	3		
		Bayi hanya mengisap	2		
		Diputing	1		
		Frekuensi BAB normal pada bayi	6-8 x /hari	3	
			2-4 x/hari	2	
1-2 x/hari	1				

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu menyusui yang mempunyai bayi dibawah umur 3 bulan yang berada di daerah Tlaga Warna. Berdasarkan hasil survey ada 30 orang ibu. Penelitian ini menggunakan metode total sampling sehingga semua populasi yang ada digunakan sebagai sampel(Notoatmojo,2003). Dalam penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 30 ibu yang menyusui yang mempunyai anak usia dibawah 3 bulan. Data yang digunakan dalam penelitian ini akan di analisis secara kuantitatif menggunakan perhitungan regresi linear sederhana dengan rumus :

$$Y = a + bx$$

Dimana :

Y = Variabel terikat (kondisifisikpayudaraibu)

X = variabel bebas (produksi ASI)

a = konstanta

b = koefisien Regresi (kemiringan response yang ditimbulkan oleh predictor)

Untuk menguji hipotesis $H_0: \mu_A = \mu_B$ dihitung :

$$t_{hitung} = \frac{\bar{X}_A - \bar{X}_B}{\sqrt{S_p^2 \left(\frac{1}{n_A} + \frac{1}{n_B} \right)}}$$

Bilamana $T_{hitung} \leq t_{a/2}$ pada derajat bebas $(n_A + n_B - 2)$ berarti ditolak H_0 .

Bilamana $T_{hitung} > t_{a/2}$ pada derajat bebas $(n_A + n_B - 2)$ berarti diterima H_0 .

Untuk menjaga validitas hasil analisis, maka seluruh proses analisis statistik yang digunakan menganalisis data dalam penelitian ini, menggunakan alat bantu computer program SPSS 16 (statistical program for social science) for windows. Dengan demikian uji asumsi dapat diamati secara langsung dari hasil print out computer.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini menyajikan data deskripsi karakteristik responden Hubungan Kondisi Payudara Ibu dengan Produksi ASI

Pada Ibu Menyusui Bayi Usia < 3 Bulan di Desa Ampel Gading Kecamatan Tirti Yudo.

A. Data Umum

Penelitian tentang Hubungan kondisi payudara ibu dengan produksi asi pada ibu menyusui bayi usia < 3 bulan di Desa Ampel Gading Kecamatan Tirti Yudo dengan jumlah responden sebanyak 30 karakteristik responden ini meliputi: umur, pendidikan, pekerjaan dan alamat sehingga dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Deskripsi Umur Responden

Umur	Jumlah (Orang)	Prosentase (%)
25 Tahun	4	13,3
26 Tahun	4	13,3
27 Tahun	9	30,0
28 Tahun	7	23,3
29 Tahun	4	13,3
30 Tahun	2	6,7
Jumlah	30	100

Sumber: Data diolah, 2019

Berdasarkan tabel diketahui bahwa responden dengan umur serponden 25 tahun berjumlah 4 orang (13,3%), 26 tahun berjumlah 4 orang (13,3%), 27 tahun berjumlah 9 orang (30,3%), 28 tahun berjumlah 7 orang (23,3%), 29 tahun berjumlah 4 orang (13,3%), sedangkan 30 tahun berjumlah 2 orang (6,7%).

Tabel 3. Deskripsi Pendidikan Responden

Pendidikan	Jumlah (Orang)	Prosentase (%)
SMP	20	66,7
SMA	10	33,3
Jumlah	30	100

Sumber: Data diolah, 2019

Berdasarkan tabel di atas sehingga diketahui bahwa keseluruhan responden dalam penelitian ini dengan tingkat pendidikan SMP berjumlah 20 orang 66,7% sedangkan SMA berjumlah 10 orang atau 33,3%.

Tabel 4. Deskripsi Pekerjaan Responden

Pekerjaan	Jumlah (Orang)	Prosentase (%)
Irt	21	70,0
Petani	9	30,0
Jumlah	30	100

Sumber: Data diolah, 2019

Berdasarkan tabel di atas sehingga diketahui bahwa keseluruhan responden dalam penelitian ini dengan pekerjaan sebaga irt berjumlah 21 orang 70,0% sedangkan petani berjumlah 9 orang atau 30,0%.

Berdasarkan tabel di atas sehingga diketahui bahwa keseluruhan responden dalam penelitian ini berasal dari Desa Ampelgading Kecamatan Tirtoyudo Kab, Malang berjumlah 30 orang atau 100,0%.

B. Data Khusus

Tabel 5. Deskripsi Pertanyaan kepada Responden Tentang Ukuran Payudara

Ukuran Payudara	Jumlah (Orang)	Prosentase (%)
Kecil	2	6,7
Sedang	20	66,7
Besar	8	26,7
Jumlah	30	100

Sumber: Data diolah, 2019

Berdasarkan tabel di atas sehingga diketahui bahwa pertanyaan terhadap ukuran payudara sehingga responden yang menjawab kecil berjumlah 2 orang 6,7%, sedang berjumlah 20 orang 66,7% sedangkan responden yang menjawab besar 8 orang atau 26,7%.

Tabel 6. Deskripsi Pertanyaan kepada Responden Tentang Bentuk Puting

Bentuk Puting	Jumlah (Orang)	Prosentase (%)
tenggelam	7	23,3
terlalu panjang	4	13,3
Normal	19	63,3
Jumlah	30	100

Sumber: Data diolah, 2019

Berdasarkan tabel di atas sehingga diketahui bahwa pertanyaan terhadap bentuk puting sehingga responden yang menjawab tenggelam

berjumlah 7 orang 23,3% terlalu panjang berjumlah 4 orang 13,3% sedangkan responden yang menjawab normal 19 orang atau 63,3%.

Tabel 7. Deskripsi Pertanyaan kepada Responden Tentang Keadaan Payudara

Keadaan Payudara	Jumlah (Orang)	Prosentase (%)
tidak baik(terdapat peradangan)	18	60,0
kurang baik(payudara kencang)	12	40,0
Jumlah	30	100

Sumber:Data diolah, 2019

Berdasarkan tabel di atas sehingga diketahui bahwa pertanyaan terhadap keadaan payudara sehingga responden yang menjawab tidak baik(terdapat peradangan) berjumlah 18 orang 60,0% sedangkan responden yang menjawab kurang baik(payudara kencang) 12 orang atau 40,0%.

Tabel 8. Deskripsi Pertanyaan kepada Responden Tentang Kecukupan ASI

Kecukupan ASI	Jumlah (Orang)	Prosentase (%)
kulit kuning	7	23,3
bayi menangis	4	13,3
bayi tidur nyenyak	19	63,3
Jumlah	30	100

Sumber:Data diolah, 2019

Berdasarkan tabel di atas sehingga diketahui bahwa pertanyaan terhadap kecukupan ASI sehingga responden yang menjawab kulit kuning berjumlah 7 orang 23,3% bayi menangis berjumlah 4 orang

13,3% sedangkan responden yang menjawab bayi tidur nyenyak 19 orang atau 63,3%.

Tabel 9. Deskripsi Pertanyaan kepada Responden Tentang Tanda Bayi Cukup Menyusu

Tanda Bayi Cukup Menyusu	Jumlah (Orang)	Prosentase (%)
bayi hanya mengisap diputing	2	6,7
adanya gerakan menelan	20	66,7
adanya tarikan pipih	8	26,7
Jumlah	30	100

Sumber:Data diolah, 2019

Berdasarkan tabel di atas sehingga diketahui bahwa pertanyaan terhadap tanda bayi cukup menyusu sehingga responden yang menjawab bayi hanya mengisap diputing berjumlah 2 orang 6,7%, adanya gerakan menelan berjumlah 20 orang 66,7% sedangkan responden yang menjawab adanya tarikan pipih 8 orang atau 26,7%.

Tabel 10. Deskripsi Pertanyaan kepada Responden Tentang Frekuensi Bab Normal Pada Bayi

Tanda Bayi Cukup Menyusu	Jumlah (Orang)	Prosentase (%)
1-2x/hari	8	26,7
2-4x/hari	8	26,7
6-8x/hari	14	46,7
Jumlah	30	100

Sumber:Data diolah, 2019

Berdasarkan tabel di atas sehingga diketahui bahwa pertanyaan terhadap frekuensi bab normal pada bayi sehingga responden yang menjawab 1-2x/hari berjumlah 8 orang 26,7%, 2-4x/hari berjumlah 8 orang 26,7% sedangkan responden yang menjawab adanya 6-8x/hari berjumlah 14 orang atau 46,7%.

Analisis statistik dan pengujian penelitian dengan regresi linear sederhana, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan dapat mengukur Hubungan Kondisi Payudara Ibu dengan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui

Bayi Usia < 3 Bulan di Kelurahan Tlaga Warna. Berdasarkan hasil dari penyebaran kuesioner pada 30 responden sebagai berikut.

Tabel 11. Nilai Mean, nilai terkecil, nilai terbesar

No	Variabel	N	Rata-rata	Terkecil	Terbesar
1	Kondisi Fisik Payudara Ibu (X)	30	6,00	3	8
2	Produksi ASI (Y)	30	6,80	2	5

Sumber: Data Diolah 2019

Berdasarkan data pada table di atas sehingga dapat diketahui bahwa dari 30 rsponden terkait dengan Kondisi Fisik Payudara Ibu (X) sebesar 6,00 dengan nilai terkecil 3 dan nilai terbesar 8 sedangkan untuk skor rata-rata Kelancaran Produksi ASI (Y) sebesar 6,80 dengan nilai terkecil 5 dan nilai terbesar 8.

Hasil analisis dapat dilihat melalui bentuk persamaan regresi linear sederhana berikut :

$$Y = 2,104 + (0,783)X$$

Dari persamaan tersebut diatas dapat terlihat bahwa nilai koefisien regresi variabel kondisi fisik payudara ibu dapat disimpulkan bahwa variabel (X) memiliki hubungan yang kuat terhadap kelancaran produksi asi (Y), dimana semakin tinggi Perawatan Payudara (X) semakin tinggi juga Kelancaran produksi asi (Y) begitu juga sebaliknya.

Tabel 12. Nilai Koefisien Regresi, t_{hitung} dan t_{tabel} Kondisi Fisik Payudara Ibu (X), Produksi ASI (Y) dan R^2 square

Sumber: Data Diolah 2019

Berdasarkan tabel di atas uji T Kondisi Fisik Payudara Ibu (X) dapat diketahui bahwa nilai $T_{hitung} > T_{tabel}$ yaitu $5,905 > 2,042$ menunjukkan bahwa Kondisi Fisik Payudara Ibu (X), memiliki hubungan yang signifikan terhadap Produksi ASI (Y).

Dari hasil R^2 (koefisien determinasi) menunjukkan bahwa variabel bebas dalam

model yang dianalisis, sudah bisa menerangkan atau menjelaskan hubungan variabel bebas dengan variabel terkait (dependen). Hal tersebut dapat dilihat pada nilai R^2 yaitu sebesar 0,555 atau 55,5% yang berarti mempunyai hubungan yang signifikan terhadap Produksi ASI (Y) sedangkan sisanya sebesar 45,5% dijelaskan oleh variabel-variabel lain yang tidak termaksud dalam penelitian ini.

Pembahasan

Dari hasil analisa yang diperoleh pada variabel Kondisi Fisik Payudara Ibu (X) nilai $T_{hitung} > T_{tabel}$ yaitu $5,905 > 2,048$ dengan nilai signifikan $0,000 < 0,005$. menunjukkan Kondisi Fisik Payudara Ibu (X), memiliki hubungan yang signifikan terhadap Produksi ASI (Y).

Asi diproduksi oleh jaringan kelenjar susu (alveolus), bukan jaringan lemak (pada payudara besar), perawatan payudara Sebaiknya perawatan payudara dilakukan saat ibu masih dalam masa kehamilan, Karena perawatan yang benar akan memperlancar produksi ASI. Merangsang payudara akan mempengaruhi hypopise untuk mengeluarkan hormon progesteron, estrogen dan oksitosin lebih banyak lagi. Hormon oksitosin akan menimbulkan kontraksi pada sel-sel lain sekitar alveoli (lubang-lubang kecil di paru-paru) sehingga air susu mengalir turun ke arah puting. Alhasil, bisa diisap bayi. Frekuensi bayi menyusui Semakin ibu sering menyusui bayi, maka produksi ASI juga semakin banyak. Pastikan frekuensi bayi menyusui secara langsung maupun memerah/memompa ASI. Bila ibu jarang menyusui atau berlangsung sebentar maka hisapan anak berkurang. Efeknya, pengeluaran ASI berkurang. Seperti

Variabel	R	R Square	t_{hitung}	t_{tabel} (0,05)
Kondisi Fisik Payudara Ibu (X)	0,745	0,555	5,905	2,048

kita tahu, bila mulut bayi menyentuh puting ibu, refleks mengisapnya segera bekerja (Anonymous,2010).

Pada beberapa perempuan di temukan puting payudara tidak menonjol, tetapi masuk kedalam. Jika hal ini terjadi, puting yang masuk ke dalam ketika menyusui bayi, akan menyulitkan bayi untuk meminum susu bahkan bayi tidak mau menyusui. Apabila bayi tidak mau menyusui akan mengurangi frekuensi menyusui pada ibunya. Sehingga dapat mengurangi jumlah produksi ASI (Melissa, 2005).

Bentuk puting yang panjang akan berpengaruh terhadap keberhasilan bayi menyusui. Di karenakan pada waktu puting masuk ke dalam mulut bayi. Bayi kebanyakan akan tersedak dan melepaskan puting, apabila bayi masih menyusui banyak kemungkinan bayi tidak memasukan semua puting susu ke dalam mulutnya sehingga ASI yang Cuma sedikit bahkan tidak keluar (Dwi Sunar Prasetyo, 2009).

SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan dan analisa yang telah disampaikan dalam dalam penjelasan sebelumnya. Maka kesimpulan yang dapat diambil dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Adanya hubungan yang signifikan dari variabel Kondisi Fisik Payudara Ibu (X) berpengaruh signifikan terhadap Produksi ASI (Y), yang dibuktikan dengan nilai $t_{hitung}(5,905) > T_{tabel}(2,042)$.
2. Nilai koefisien regresi determinasi sebesar 0,555 atau 55,5% dimana Kondisi Fisik Payudara Ibu (X) berpengaruh signifikan terhadap Kesiapan Produksi ASI (Y), sedangkan sisanya dipengaruhi diluar variabel lain yang tidak termaksud dalam penelitian ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kepada BPM Bidan Ani Ampelgading atas dukun gannya, mahasiswa serta seluruh responden yang terlibat dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Pendekatan Suatu Praktek*. Edisi II. Rineka Cipta, Jakarta.
- Astutik. 2014. *Payudara dan Laktasi*. Salemba Medika, Jakarta.
- Kristyanasari, weni. 2009. *Neonatus & asuhan keperawatan Anak*. Nuha Medika, Yogyakarta.
- Lakmana. 2003. *Kebutuhan Dasar Manusia*. Garmedia Pustaka, Jakarta.
- Nursalam. 2003. *Konsep dan Penerapan Metologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika, Jakarta.
- Notoatmodio. 2003. *Pendidikandan Perilaku Kesehatan*. RinekaCipta, Jakarta.
- Prawirohardjo. 2007. *Ilmu kebidanan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, Jakarta.
- Riwidikdo, H. 2010. *Statistik Penelitian Kesehatan dengan Aplikasi Program R dan SPSS*. Pustaka Rihana, Yogyakarta.
- Roesli, U. 2000. *Mengenal Asi Eksklusif*. Trabus Agriwidya, Jakarta.
- Saleha, Siti. 2009. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Salemba Medika. Jakarta.
- Saryono. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan Penuntun Prakstis Bagi Pemula*. Mitra Cendekia, Yogyakarta.
- Siregar, A. 2004. *Pemberian Asi Eksklusif dan Fakto-faktor Yang Mempengaruhinya*. availableat:

Siwi, Elisabeth. 2015. *Ashuan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Baru Press, Yogyakarta.

Sugiono. 2011. *Metode Penelitian Kantitatif, Kualitatif dan R&D*. Afabeta, Bandung.

Sungkono. 2007. *Pengembangan Bahan Ajar*. FIP.UNY, Yogyakarta.