

Frekuensi Menyusui Dengan Kelancaran Produksi Air Susu Ibu

Andri Yulianto¹, Nia Sagita Safitri¹, Yeti Septiasari¹, Senja Atika Sari²

¹Universitas Muhammadiyah Pringsewu, Lampung

²Akademi Kependidikan Dharma Wacana, Metro, Lampung

* Corresponding author email: andrii.yulianto@gmail.com

Diterima 11 Oktober 2022; Direvisi 13 November 2022; Diterima untuk terbit 24 November 2022

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 teknik 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 $P\text{-value} \leq 0,05$. Kesimpulan terdapat hubungan antara frekuensi menyusui dengan kelancaran produksi ASI Analisis data yang digunakan yaitu uji chisquare. Hasil $P\text{-Value} = .000$ ($< 0,05$) yang artinya ada hubungan antara frekuensi menyusui dengan kelancaran produksi ASI. Hasilnya terdapat hubungan antara frekuensi menyusui dengan kelancaran produksi ASI.

Kata kunci: Frekuensi Menyusui, Kelancaran Produksi Air Susu Ibu

Abstract: Most breastfeeding mothers complain that breastfeeding is not smooth because the amount of breast milk is very small and inadequate, so mothers choose to give formula milk. Unsmooth milk production is one of the factors that causes failure in breastfeeding. This study aims to determine the relationship between the frequency of breastfeeding and the smooth production of breast milk in the working area of the UPT Puskesmas Kalirejo, Pesawaran Regency. This study used a cross-sectional design approach. The population of this study was 620 breastfeeding mothers and the sample size in this study was 56 breastfeeding mothers who had children aged 0-1 years. Sampling using cluster sampling technique. The instrument used was a questionnaire in the form of 7 questions on the frequency of breastfeeding with a value of 0.772-0.797 (> 0.468) and 10 questions on the smoothness of breastfeeding 0.595-0.968 (< 0.468), the technique used was interviews. The data analysis used was the chi-square test. The results of the bivariate analysis of the relationship between the frequency of breastfeeding and the smooth production of breast milk obtained $P\text{-value} \leq 0.05$. In conclusion, there is a relationship between the frequency of breastfeeding and the smooth production of breast milk. The data analysis used was the chi-square test. Result $P\text{-Value} = .000$ (< 0.05) which means there is a relationship between the frequency of breastfeeding and the smooth production of breast milk. As a result, there is a relationship between the frequency of breastfeeding and the smooth production of breast milk.

Keyword: Frequency of Breastfeeding, Smooth Breast Milk Production

1. Pendahuluan

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 anak¹. Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan yang sangat baik bagi bayi sejak usia 30 menit setelah di lahirkan sampai usia 6 bulan



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0
International License.

Copyright © 2022 The Author(s)

DOI: [10.52822/jwk.v7i2.416](https://doi.org/10.52822/jwk.v7i2.416)

karena selain memiliki komposisi yang lengkap Air Susu Ibu (ASI) juga berpengaruh besar terhadap tumbuh kembang dan meningkatkan daya tahan tubuh ².

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 ¹.

Frekuensi menyusui yang baik sekitar 10 sampai 12 kali perhari atau minimal 8 kali perhari 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 menyusu, 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 menyusu 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 frekuensi 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 Tahun 2019.

2. Metode Penelitian

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($\alpha \leq 0,05$) ⁶

Populasi yang dipakai dalam penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui yang berada di wilayah kerja UPT Puskesmas Kalirejo berjumlah 620. Sampel yang dipakai dalam 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 mengkonsumsi 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 di nyatakan 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 di nyatakan valid dengan nilai 0,772-0,797 ($> 0,468$) hasil uji validitas untuk kuesioner kelancaran produksi ASI dengan 10 pertanyaan di nyatakan valid dengan nilai 0,595-0,968 ($< 0,468$).

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Hasil

A) Distribusi frekuensi berdasarkan usia pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kalirejo Kabupaten Pesawaran 2019

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

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 2019

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

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 2019

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

Berdasarkan tabel menunjukan 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 Tahun 2019.

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

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukan 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 Tahun 2019

Frekuensi menyusui	Frekuensi	%
baik	40	71,4
tidak baik	16	28,6
Total	56	100

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

F) Frekuensi Responden Berdasarkan Kelancaran Produksi ASI

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

Menunjukan 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 menunjukan 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.

3.2 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 karena 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

⁹ 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.

c. Pekerjaan

Menurut penelitian yang di lakukan 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 di karenakan ibu yang bekerja sebagai IRT akan memiliki lebih banyak waktu untuk memberikan atau menyusui bayinya.

d. Suku

Menurut karakteristik suku menunjukan 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 ¹².

Menurut ¹⁰ 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 ³ 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 faktor 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 2 hormon yaitu hormone prolaktin dan hormone oksitosin hromon prolaktin adlah hormone yang di produksi oleh kelenjar pituitari yang berfungsi untuk memproduksi ASI dan hormone oktosin yang berfungsi untuk merangsang keluarnya ASI ⁵.

g. Hubungan Frekuensi Menyusui Dengan Kelancaran Produksi Asi

Menurut ¹⁰ bila bayi menghisap payudara maka akan merangsang hormon prolaktin yang mengatur sel sel dalam alveoli agar memproduksi air susu. Isapan bayi juga akan merangsang

produksi hormon lain yang dinamakan hormon 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 dilakukan oleh ¹¹ semakin sering anak menghisap puting susu ibu maka akan terjadi peningkatan produksi ASI dan sebaliknya jika anak berhenti menyusu maka terjadi penurunan produksi 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.

Menurut ⁴ 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 ditentukan oleh Kelancaran proses laktogenesis onset laktasi. Kegagalan bayi untuk menyusu 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 mensusui secara sering dapat mempercepat onset laktasi sehingga bayi tidak akan kekurangan ASI. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh ⁴ bahwa terdapat hubungan antara frekuensi ibu menyusui pada bayi 0-6 bulan dengan kelancaran produksi ASI yang dapat disimpulkan 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 disimpulkan ibu yang memiliki frekuensi menyusui yang baik memiliki peluang 2,438 kali memiliki produksi ASI yang lancar dibandingkan 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.

4. Kesimpulan

- a. Diketahui bahwa distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik responden sebagian besar berusia 21-35 tahun (89,3%) sedangkan berdasarkan pendidikan sebagian besar responden berpendidikan SMP (48,2%) berdasarkan pekerjaan sebagian besar responden bekerja sebagai IRT yaitu (89,3%) sedangkan berdasarkan suku sebagian besar responden yaitu bersuku jawa (78,6%).
- b. Diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan frekuensi menyusui yaitu sebagian besar responden menyusui dengan baik yaitu 40 responden (71,4%) dan yang menyusui tidak baik yaitu 16 (28%) responden.
- c. Diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan kelancaran produksi ASI yaitu sebagian besar responden memiliki produksi ASI yang lancar sebanyak 37 (66,1%) dan yang tidak lancar yaitu 19 (33,9%)

- d. Terdapat hubungan antara frekuensi menyusui dengan kelancaran produksi ASI di wilayah kerja UPT Puskesmas Kalirejo Kabupaten Pesawaran dengan hasil P-Value = .000 (<0,005) dengan nilai OR 49.000.

References

1. 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;
2. 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.
3. 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>
4. Sulistiayah. 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.
5. Monika FB. Buku Pintar ASI Dan Menyusui. Jakarta: Noura Books. 2014;
6. Hastono SP. Analisis Data Pada Bidang Kesehatan. 2016;
7. Notoatmodjo S. Metodologi Penelitian Kesehatan, Jakarta, PT Rineka Cipta. Profil SMA. 2012;2.
8. 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>
9. Budiarti GP. PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR SISWA DENGAN PENDEKATAN PROBLEM POSSING BERBASIS PORTOFOLIO (PTK Di Kelas SD Negeri 1 Padaan Blora). Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2009.
10. Simbolon P. Dukungan Keluarga Dalam Pemberian ASI Eksklusif. Yogyakarta Deep. 2017;
11. Bolon C, Siregar D, Kartika L, Supinganto A, Manurung S, Sitanggang Y, Et Al. ANATOMI DAN FISIOLOGI. 2020.
12. Nursanti I. I Meningkatkan Frekuensi Menyusui Mempercepat Onset Laktasi. Media Ilmu Kesehat. 2012;1(1):1–5.
13. Perinasia (2008). *Anatomi Dan Fisiologi Laktasi*. <http://www.scribd.com>. Diakses Tanggal 19 April 2014
14. 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
15. 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_frekvensi_menyusui_mempersingkat_onset_laktasi