

DUKUNGAN KELUARGA DALAM PERSIAPAN LAKTASI PADA IBU HAMIL

Ulin Nafiah¹, Dwi Puji Susanti², Ratna³

ulinnafiah20@gmail.com

^{1,2,3}Universitas Safin Pati, Pati, Jawa Tengah, Indonesia

Submisi: 15-12-2024
Direvisi: 18-12-2024
Diterima: 24-12-2024
Publish online: 31-12-2024

Abstrak

Latar Belakang: Selama kehamilan, secara alami tubuh sudah melakukan persiapan proses menyusui ini ditandai dengan aliran darah ke payudara yang meningkat seiring perkembangan saluran air susu. Meski alami, namun proses menyusui terkadang tidaklah mudah bagi sebagian ibu untuk itu perlu persiapan menyusui sejak masa kehamilan. Persiapan laktasi perlu dilakukan seawal mungkin pada setiap wanita hamil dan para ibu. Salah satu kendala dalam memberikan ASI secara dini yaitu produksi ASI yang sedikit pada hari-hari pertama. Massage/pijat merupakan salah satu terapi pendukung yang efektif untuk mengurangi ketidak nyamanan fisik serta memperbaiki mood, pengurangan ketidak nyamanan memberikan efek rileksasi sehingga menstimulasi pengeluaran hormon oksitosin yang membantu proses pengeluaran ASI. **Tujuan:** untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dalam persiapan laktasi pada ibu hamil trimester tiga. **Metode:** Jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *Crosssectional*. Variabel bebas dukungan keluarga, variabel terikat persiapan laktasi. Populasi Ibu Hamil trimester tiga di wilayah Puskesmas Trangkil. Sampel sebanyak 45 responden. Penelitian dilakukan bulan Maret – Mei 2024. Analisis data menggunakan uji korelasi *Chi Square* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Pengumpulan data menggunakan kuesioner. **Hasil:** Persentase dukungan keluarga paling banyak adalah mendukung sebesar 64,4% (29 responden) dan keluarga yang tidak mendukung sebesar 35,6% (16 responden). Persentase ibu hamil yang melakukan persiapan laktasi sebanyak 57,8% (26 responden) lebih besar dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak melakukan persiapan laktasi yaitu 42,2% (19 responden). Hasil uji *chi square* didapatkan hasil nilai *p value* = $0,000 < 0,05$, artinya ada hubungan antara dukungan keluarga dalam persiapan laktasi pada ibu hamil trimester tiga di wilayah Puskesmas Trangkil.

Kata Kunci: Kehamilan, Motivasi, Persiapan Laktasi

ABSTRACT

Background: During pregnancy, the body naturally prepares for the breastfeeding process, which is indicated by increased blood flow to the breasts along with the development of the milk ducts. Although natural, the breastfeeding process is sometimes not easy for some mothers, so it is necessary to prepare for breastfeeding since pregnancy. Lactation preparation needs to be done as early as possible for every pregnant woman and mother. One of the obstacles in providing early breastfeeding is the low production of breast milk in the first days. Massage is one of the effective supporting therapies to reduce physical discomfort and improve mood, reducing discomfort provides a relaxing effect so that it stimulates the release of the hormone oxytocin which helps the process of breast milk production. **Objective:** to determine the relationship between family support and lactation preparation in pregnant women in the third trimester. **Method:** Quantitative research with a cross-sectional approach. The independent variable is family support, the dependent variable is lactation preparation. Population of pregnant women in the third trimester in the Trangkil Health Center area. A sample of 45 respondents. The study was conducted in March - May 2024. Data analysis used the *Chi Square* correlation test with a confidence level of 95% ($\alpha = 0.05$). Data collection used a questionnaire. **Results:** The percentage of family support that was most supportive was 64.4% (29 respondents) and families that did not support were 35.6% (16 respondents). The percentage of pregnant women who prepared for lactation was 57.8% (26 respondents) which was greater than pregnant women who did not prepare for lactation, which was

42.2% (19 respondents). The results of the chi square test obtained a p value = 0.000 < 0.05, meaning that there is a relationship between family support in preparing for lactation in pregnant women in the third trimester in the Trangkil Health Center area.

Keywords: *Pregnancy, Motivation, Lactation Preparation*

PENDAHULUAN

Prinsip pemberian ASI (Air Susu Ibu) adalah sedini mungkin dalam jangka waktu satu jam setelah lahir. Pemberian ASI merupakan tugas seorang ibu dan sudah menjadi kodratnya untuk memberikan air susunya pada bayi yang telah dilahirkannya demi keselamatan bayi dikemudian hari. Pada kelahiran, terutama bagi yang baru pertama kali melahirkan, kadang ASI tidak atau susah untuk keluar sehingga bayi tersebut sementara diberikan susu botol akan mengakibatkan bayi terbiasa menghisap dot dan mengalami bingung puting saat pertama menetek. Refleks pertama seorang bayi adalah mencari puting susu ibu berupa hisapan mulut bayi merupakan hal penting dalam proses produksi ASI. Pemberian ASI sejak lahir merupakan modal dasar manusia yang berkualitas dan melindungi dari penyakit infeksi (Astuti, 2018).

Selama kehamilan, secara alami tubuh sudah melakukan persiapan proses menyusui ini ditandai dengan aliran darah ke payudara yang meningkat seiring perkembangan saluran air susu. Meski alami, namun proses menyusui terkadang tidaklah mudah bagi sebagian ibu untuk itu perlu persiapan menyusui sejak masa kehamilan. Persiapan laktasi perlu dilakukan seawal mungkin pada setiap wanita hamil. Laktasi adalah proses produksi, sekresi, dan pengeluaran ASI yang membutuhkan calon ibu siap secara psikologi dan fisik, kemudian bayi yang telah cukup sehat untuk menyusui serta produksi ASI yang disesuaikan dengan kebutuhan bayi dimana volume ASI 500-800 ml/hari (Astutik, R.Y., 2014).

Pada pekan ASI sedunia tahun 2019, WHO bekerja sama dengan UNICEF mempromosikan kebijakan pemberian ASI yang ramah keluarga. Selain itu mendorong orangtua mengasuh dan menjalin ikatan dengan anak di awal kehidupan karena ini masa masa penting untuk tumbuh kembangnya. Pekan ASI di Indonesia mengangkat tema nasional "Ayah dan Ibu Kunci Keberhasilan Menyusui", dengan slogan "Ayo dukung Ibu sukses menyusui" (Kemenkes RI, 2019).

Dalam meningkatkan pemberian ASI pada bayi, masalah utama yaitu ibu hamil membutuhkan bantuan, informasi dan

dukungan untuk mempersiapkan ASI saat melahirkan sehingga menambah keyakinan mereka dapat menyusui bayinya dengan baik, mengetahui fungsi dan manfaat perawatan payudara pada saat hamil (Prasetyono, 2012).

Suririnah (2014) mengatakan motivasi ibu sangat menentukan dalam pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan. Dorongan dan dukungan dari pemerintah, petugas kesehatan dan dukungan keluarga menjadi penentu timbulnya motivasi ibu hamil untuk persiapan laktasi. Roesli (2014) menyatakan dukungan keluarga merupakan faktor eksternal yang paling besar pengaruhnya terhadap keberhasilan ASI eksklusif. Adanya dukungan keluarga terutama suami maka akan berdampak pada peningkatan rasa percaya diri atau motivasi dari ibu dalam menyusui.

Data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) periode 2015-2020 memaparkan data berupa angka pemberian ASI eksklusif secara global, hanya 44% bayi usia 0-6 bulan di seluruh dunia mendapatkan ASI eksklusif dan di Asia Tenggara memiliki nilai prevalensi pemberian ASI yang berada di bawah target 50% antara lain ada Thailand sebesar 23,1%, Philipina 33%, dan Indonesia 40,9%.

Cakupan ASI eksklusif di Indonesia masih rendah, berdasarkan data susenas menunjukkan bahwa cakupan bayi mendapatkan ASI eksklusif tahun 2021 yaitu sebesar 56,9% dan persentase bayi baru lahir yang mendapatkan IMD yaitu sebesar 82,7%, baru 56,9% bayi di Indonesia yang mendapatkan ASI eksklusif yang artinya ada sekitar 43,1% bayi yang tidak mendapatkn ASI (Kemenkes RI, 2022). Provinsi Jawa Tengah mencapai 61,4% (Kemenkes RI, 2020). Di Kabupaten Pati cakupan ASI tahun 2019 sebesar 79, 8%, mengalami kenaikan tahun 2020 sebesar 81 %, dan tahun 2021 sebesar 81,1%, akan tetapi pada tahun 2022 mengalami penurunan menjadi 75,6%. Tahun 2020 cakupan ASI terendah ada di Puskesmas Margorejo yaitu 15,1% dan yang tertinggi di puskesmas Sukolilo sebesar 100%. Cakupan ASI di Puskesmas Trangkil tahun 2022 sebesar 92,8% (DinKes Kab Pati, 2023).

Salah satu kendala dalam memberikan

ASI secara dini yaitu produksi ASI yang sedikit pada hari-hari pertama. Massage/pijat merupakan salah satu terapi pendukung yang efektif untuk mengurangi ketidak nyamanan fisik serta memperbaiki mood, pengurangan ketidak nyamanan memberikan efek rileksasi sehingga menstimulasi pengeluaran hormon oksitosin yang membantu proses pengeluaran ASI (Kasmiasi & Sriwidyastuti, 2019).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dalam persiapan laktasi pada ibu hamil trimester tiga di wilayah kerja Puskesmas Trangkil. Penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui bagaimana dukungan keluarga dalam persiapan laktasi pada ibu hamil trimester tiga.

TINJAUAN PUSTAKA

Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga adalah dukungan untuk memotivasi ibu kepada bayinya sampai usia 6 bulan, memberikan dukungan psikologi ibu dan mempersiapkan nutrisi seimbang kepada ibu. Dukungan keluarga mempunyai hubungan dengan suksunya pemberian ASI pada bayi, dan didukung oleh pengetahuan keluarga tentang pemberian dan manfaat dari ASI (Kusumayanti, dkk. 2013).

Dukungan keluarga mempunyai 4 aspek diantaranya: aspek dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan emosional, dan dukungan instrumental.

Dari 4 (empat) aspek tersebut dukungan instrumental dan emosional yang paling banyak dibutuhkan dibandingkan dengan dukungan lainnya. Hal yang perlu dilakukan untuk persiapan laktasi yaitu menjaga asupan nutrisi selama hamil, istirahat cukup, tidak merokok, tidak minum alkohol, perawatan payudara. (Royaningsih, 2018).

Faktor berhubungan dengan praktek menyusui eksklusif, diantaranya kurangnya pengetahuan dan kesadaran ibu akan pentingnya pemberian ASI, pelayanan kesehatan dan petugas kesehatan yang belum sepenuhnya mendukung program PP-ASI, gencarnya promosi susu formula, rasa percaya diri ibu masih kurang, tingkat pendidikan ibu, dukungan keluarga terutama

suami, dan rendahnya pengetahuan ibu tentang manfaat ASI bagi bayi dan Ibu. Dukungan keluarga, terutama suami dapat menentukan keberhasilan atau kegagalan menyusui, sebab dukungan suami akan menimbulkan rasa nyaman pada ibu sehingga akan mempengaruhi produksi ASI (Royaningsih, 2018).

Peran keluarga terutama suami dalam praktik menyusui dari hasil analisis bivariate menunjukkan peran suami dengan praktik pemberian ASI didapatkan bahwa suami yang mendukung mempunyai 2,25 kali untuk mempraktikkan pemberian ASI eksklusif. Variable lain yang berpengaruh terhadap peran ayah dengan praktik pemberian ASI adalah pengetahuan ayah dan ibu, sikap ayah dan ibu (Wahyudi, 2019).

Dukungan keluarga memberikan kontribusi yang besar terhadap keinginan ibu untuk menyusui bayi dan juga memberikan pengaruh kuat terhadap pengambilan keputusan untuk tetap menyusui (Astutik, 2014). Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga terhadap pemberian ASI eksklusif. Ibu yang mendapatkan dukungan keluarga lebih mungkin memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya (Ratnasari et al., 2017).

Laktasi

Laktasi adalah proses menyusui, mulai dari produksi ASI hingga bayi menghisap dan menelan ASI. Masa laktasi bertujuan meningkatkan ASI eksklusif sampai berlanjut usia dua tahun atau lebih (Ciselia, 2023). Komponen dalam ASI yang dihasilkan memiliki komponen yang konstan dan tidak sama dari waktu ke waktu. Persiapan laktasi adalah upaya yang dilakukan ibu untuk mencapai keberhasilan dalam menyusui bayi.

Menyusui adalah keterampilan yang dipelajari ibu dan bayi, dimana keduanya membutuhkan waktu dan kesabaran untuk pemenuhan nutrisi pada bayi selama 6 bulan. Sedangkan laktasi adalah keseluruhan proses menyusui mulai dari ASI diproduksi sampai proses bayi menghisap dan menelan ASI. Laktasi merupakan bagian integral dari siklus reproduksi manusia. Masa laktasi

mempunyai tujuan meningkatkan pemberian ASI eksklusif dan meneruskan pemberian ASI sampai anak berusia 2 tahun secara baik dan benar serta anak mendapatkan kekebalan tubuh secara alami (Wiji, 2013)

Persiapan Laktasi

Persiapan laktasi dimulai pada saat kehamilan dengan memperhatikan nutrisi yang dikonsumsi, istirahat cukup, menghindari stress melakukan perawatan payudara. Persiapan laktasi dalam psikologis perlu disiapkan sejak kehamilan dengan memberikan keyakinan bahwa ibu hamil siap untuk menyusui, mampu memberikan ASI eksklusif dan produksi ASI yang cukup untuk kebutuhan bayi, serta mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitar dan petugas kesehatan. Persiapan laktasi sangat penting dilakukan selama antenatal care terutama bagi primigravida (Mitra et al., 2022).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *Crosectional*. Variabel bebas yang diteliti adalah dukungan keluarga, variabel terikatnya persiapan laktasi (Notoatmodjo, 2015). Populasi dalam penelitian ini adalah Ibu Hamil trimester tiga di wilayah Puskesmas Trangkil. Sampel penelitian diambil dengan menggunakan metode sampling jenuh sebanyak 45 responden. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret – Mei 2024. Analisis data yang digunakan adalah uji korelasi Chi Square dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang berisi tentang pertanyaan yang terkait dengan dukungan keluarga terhadap persiapan laktasi pada ibu hamil trimester tiga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Analisis Univariat

Analisis Univariat ini terdiri dari distribusi frekuensi variabel dukungan keluarga dan persiapan laktasi yang

diperoleh dengan mengumpulkan data primer menggunakan kuesioner. Adapun diperoleh data sebagai berikut:

Dukungan Keluarga

Distribusi frekuensi dukungan keluarga dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga di Wilayah Kerja Puskesmas Trangkil

Dukungan Keluarga	Frekuensi	Prosentase (%)
Mendukung	29	64,4
Kurang Mendukung	16	35,6

Dari tabel 1 diatas persentase dukungan keluarga yang mendukung sebesar 64,4% (29 responden) lebih banyak dibandingkan dengan dukungan dari keluarga kurang mendukung sebanyak 35,6% (16 responden).

Persiapan Laktasi

Distribusi frekuensi persiapan laktasi ibu hamil trimester tiga dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Persiapan Laktasi Ibu Hamil Trimester Tiga di Wilayah Kerja Puskesmas Trangkil

Persiapan Laktasi	Frekuensi	Prosentase (%)
Melakukan	26	57,8
Tidak Melakukan	19	42,2

Dari tabel 2 diatas persentase ibu hamil yang melakukan persiapan laktasi sebanyak 57,8% (26 responden) lebih besar dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak melakukan persiapan laktasi yaitu 42,2% (19 responden).

Analisis Bivariat

Analisis bivariat penelitian ini menggunakan chi square untuk menghubungkan antara dukungan keluarga dalam persiapan laktasi. Adapun dapat dilihat pada tabulasi silang pada tabel 3, sebagai berikut:

Tabel 3. Tabulasi Silang Hubungan Dukungan Keluarga Dalam Persiapan Laktasi pada Ibu Hamil Trimester Tiga di Wilayah Kerja Puskesmas Trangkil

Dukungan Keluarga	Persiapan Laktasi				Total		<i>p value</i>
	Tidak Melakukan		Melakukan				
	F	%	f	%	F	%	
Kurang Mendukung	14	87,5	2	12,5	16	100	0,000
Mendukung	5	17,2	24	82,8	29	100	
Total	19	42,2	26	57,8	45	100	

Dari tabel 3 dapat diketahui bahwa ibu hamil yang kurang mendapatkan dukungan keluarga dan tidak melakukan persiapan laktasi sebanyak 87,5% (14 responden), presentase tersebut lebih tinggi jika dibandingkan dengan ibu hamil yang kurang mendapatkan dukungan keluarga dan melakukan persiapan laktasi yaitu sebanyak 12,5% (2 responden). Presentase ibu hamil yang mendapat dukungan keluarga dan tidak melakukan persiapan laktasi sebanyak 17,2% (5 responden) lebih rendah jika dibandingkan dengan presentase ibu hamil yang mendapatkan dukungan keluarga dan melakukan persiapan laktasi yaitu sebesar 82,8% (24 responden).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi square* didapatkan hasil *p value* = 0,000. Nilai *p value* < 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dalam persiapan laktasi pada ibu hamil trimester tiga.

Nilai koefisien kontingensi sebesar 0,563 menunjukkan bahwa tingkat keeratan hubungan antara dukungan keluarga dalam persiapan laktasi pada ibu hamil trimester tiga adalah sedang.

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Dukungan Keluarga

Bersarkan tabel 1 sebagian besar ibu mendapatkan dukungan keluarga yaitu 64,4% (29 responden), dan sebagian kecil ibu yang kurang mendapat dukungan dari keluarga yaitu 35,6% (16 responden).

Dukungan keluarga sangat berperan dalam sukses persiapan laktasi. Semakin besar dukungan yang didapat oleh ibu hamil untuk persiapan menyusui maka akan semakin besar pula kemampuan ibu hamil untuk melakukan persiapan laktasi pada masa kehamilan. Dalam hal ini dukungan keluarga sangat besar pengaruhnya, seorang ibu hamil yang kurang mendapatkan dukungan dari keluarganya menjadi tidak percaya diri dan kurang termotivasi untuk melakukan persiapan laktasi pada masa kehamilan (Royaningsih, 2018).

Dalam meningkatkan pemberian ASI pada bayi, masalah utama yaitu ibu hamil membutuhkan bantuan, informasi dan dukungan untuk mempersiapkan ASI saat melahirkan sehingga menambah keyakinan mereka dapat menyusui bayinya dengan baik, mengetahui fungsi dan manfaat perawatan payudara pada saat hamil (Royaningsih, 2018).

Dukungan keluarga memberikan kontribusi yang besar terhadap keinginan ibu hamil untuk melakukan persiapan laktasi dan juga memberikan pengaruh kuat terhadap pengambilan keputusan untuk tetap menyusui bayinya nanti (Ratnasari et al., 2017).

Peran suami dalam praktik menyusui dari hasil analisis bivariate menunjukkan peran suami dengan praktik pemberian ASI didapatkan bahwa suami yang mendukung mempunyai 2,25 kali untuk mempraktikkan pemberian ASI eksklusif. Variabel lain

yang berpengaruh terhadap peran ayah dengan praktik pemberian ASI adalah pengetahuan ayah dan ibu, sikap ayah dan ibu (Wahyudi, 2019).

Dukungan keluarga merupakan bantuan yang dapat diberikan kepada keluarga berupa barang, jasa, informasi dan nasehat yang mana membuat penerima dukungan akan merasa disayangi dan dihargai. Keluarga dan perkawinan adalah sumber dukungan sosial yang paling penting. Dalam hal ini dukungan keluarga akan mendatangkan rasa senang, rasa aman, rasa puas, dan rasa nyaman yang membuat ibu hamil akan merasa mendapatkan dukungan secara emosional yang akan mempengaruhi kesejahteraan jiwa ibu hamil. Dukungan suami penting untuk kehamilan ibu, dimana ibu hamil sering dihadapkan dengan situasi ketakutan dan kesendirian, sehingga suami diharapkan selalu memotivasi, membantu dan mendampingi ibu hamil dalam menghadapi persiapan persalinan agar rasa cemas ibu berkurang (Febriyanti, 2018).

Suami yang mendukung praktik menyusui berpengaruh positif terhadap praktik menyusui ibu setelah meninggalkan tempat persalinan (Anggorowati, 2014). Hambatan terhadap praktik menyusui seperti sikap negatif yang ditunjukkan oleh anggota keluarga merupakan alasan utama mengapa ibu tidak memulai dan meneruskan pemberian ASI (Maryunani, 2015).

Ibu yang mendapat dukungan dari ayah untuk menyusui cenderung akan menyusui bayinya 4 - 5 kali lebih sering setelah meninggalkan tempat persalinan dibanding ayah yang tidak mendukung ibu dalam praktik menyusui (Anggorowati, 2013).

Persiapan Laktasi

Dari tabel 2 persentase ibu hamil yang melakukan persiapan laktasi sebesar 57,8% (26 responden) lebih banyak dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak melakukan persiapan laktasi sebesar 42,2% (19 responden).

Selama kehamilan, secara alami tubuh sudah melakukan persiapan proses menyusui ini ditandai dengan aliran darah ke payudara yang meningkat seiring perkembangan saluran air susu. Meski alami, namun proses menyusui terkadang tidaklah mudah bagi sebagian ibu untuk itu perlu persiapan menyusui sejak masa kehamilan.

Bagi ibu yang sedang hamil tidak ada salahnya merencanakan pemberian ASI sebelum melahirkan untuk mendukung kelancaran ASI dan ibu dapat memberikan ASI secara eksklusif. dukungan dari orang terdekat terutama suami sangat dibutuhkan sehingga tumbuh kembang bayi dapat optimal dengan pemberian ASI eksklusif (Darho, 2022).

Persiapan laktasi perlu dilakukan seawal mungkin pada setiap wanita hamil. Laktasi adalah proses produksi, sekresi, dan pengeluaran ASI yang membutuhkan calon ibu siap secara psikologi dan fisik, kemudian bayi yang telah cukup sehat untuk menyusu serta produksi ASI yang disesuaikan dengan kebutuhan bayi dimana volume ASI 500-800 ml/hari (Astutik, R.Y., 2014).

Persiapan laktasi pada masa kehamilan merupakan hal yang penting dan harus dilakukan sejak awal kehamilan. Perawat harus mampu mengajarkan teknik perawatan payudara pada ibu hamil dan memberikan konseling persiapan laktasi. Persiapan ini penting tidak hanya mempersiapkan ibu secara fisik tetapi juga secara psikologi. Pada kenyataannya banyak

ibu yang tidak berhasil memberikan ASI bukan karena masalah fisiknya tetapi lebih ke psikologisnya. Perawat harus mampu memberikan keyakinan bahwa ASI sangat bermanfaat bagi bayi dan setiap ibu dapat menyusui (Cadwell, dkk, 2021).

Analisis Bivariat

Dukungan Keluarga Dalam Persiapan Laktasi pada Ibu Hamil Trimester Tiga

Berdasarkan hasil penelitian yang dapat dilihat pada tabel 3 diketahui bahwa ibu hamil yang kurang mendapatkan dukungan keluarga dan tidak melakukan persiapan laktasi sebanyak 87,5% (14 responden), presentase tersebut lebih tinggi jika dibandingkan dengan ibu hamil yang kurang mendapatkan dukungan keluarga dan melakukan persiapan laktasi yaitu sebanyak 12,5% (2 responden). Presentase ibu hamil yang mendapat dukungan keluarga dan tidak melakukan persiapan laktasi sebanyak 17,2% (5 responden) lebih rendah jika dibandingkan dengan presentase ibu hamil yang mendapatkan dukungan keluarga dan melakukan persiapan laktasi yaitu sebesar 82,8% (24 responden).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi square* didapatkan hasil p value = 0,000. Nilai p value < 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dalam persiapan laktasi pada ibu hamil trimester tiga.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Oktalina, dkk (2015) yang mengatakan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga terhadap pemberian ASI eksklusif. Dukungan keluarga berkontribusi pada perilaku ibu untuk menyusui secara eksklusif baik berupa dukungan informasional, instrumental, dukungan penilaian dan dukungan emosional.

Penelitian dari Suharti, dkk (2018) dengan judul hubungan dukungan keluarga dengan pemberian asi eksklusif pada bayi di Puskesmas Ranotana Weru, hasil

penelitian menggunakan uji statistik Chi-Square dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05\%$), didapatkan nilai p -value=0,000 < (α) 0,05%, artinya ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan pemberian ASI eksklusif pada bayi di Puskesmas Ranotana Weru.

Dukungan atau support dari orang lain atau orang terdekat, sangatlah berperan dalam sukses tidaknya menyusui. Semakin besar dukungan yang didapatkan untuk terus menyusui maka akan semakin besar pula kemampuan untuk dapat bertahan terus untuk menyusui. Dukungan suami maupun keluarga sangat besar pengaruhnya, seorang ibu yang kurang mendapatkan dukungan suami, ibu, adik, atau bahkan ditakut-takuti, dipengaruhi untuk beralih ke susu formula (Proverawati 2010).

Persiapan laktasi dalam psikologis perlu disiapkan sejak kehamilan dengan memberikan keyakinan bahwa ibu hamil siap untuk menyusui, mampu memberikan ASI eksklusif dan produksi ASI yang cukup untuk kebutuhan bayi, serta mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitar dan petugas kesehatan. Persiapan laktasi sangat penting dilakukan selama antenatal care terutama bagi primigravida (Mitra et al., 2022).

Penelitian dari Yana Luthfiyati dan Rahayu Widaryanti (2019), dengan judul persiapan laktasi pada ibu hamil untuk mencegah masalah dalam pemberian ASI eksklusif di PMB Istri Yuliani Sleman dengan hasil penelitian di dapatkan p value sebesar $0,000 < 0,05$ yang artinya ada pengaruh pelaksanaan penyuluhan persiapan laktasi pada ibu hamil untuk mencegah masalah dalam pemberian ASI eksklusif.

KESIMPULAN

1. Persentase dukungan keluarga yang paling banyak adalah mendukung sebesar 64,4% (29 responden) dan keluarga yang tidak mendukung sebesar 35,6% (16 responden).
2. Persentase ibu hamil yang melakukan persiapan laktasi sebanyak 57,8% (26

responden) lebih besar dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak melakukan persiapan laktasi yaitu 42,2% (19 responden).

3. Hasil uji *chi square* didapatkan hasil nilai *p value* = 0,000 < 0,05 yang artinya ada hubungan antara dukungan keluarga dalam persiapan laktasi pada ibu hamil trimester tiga di wilayah Puskesmas Trangkil.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggorowati., Nuzulia, F. 2013. Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi di Desa Bebengan Kecamatan Boja Kabupaten Kendal. Diakses dari <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=129052&val=5088>
- Astutik, R.Y., 2014. Payudara dan Laktasi, Salemba Medika, Jakarta.
- Astuti, I. 2018. Determinan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Menyusui. Health Quality, 4, pp.1-74. <https://www.poltekkesjakarta1.ac.id/re-ad-el-hs-determinan-pemberian-asi-eksklusif-pada-ibu-menyusui>
- Darho, A. 2012. Psikologi Kebidanan Analisis Perilaku Wanita Untuk Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Pati, 2023. Profil Kesehatan Kabupaten Pati Tahun 2023. Pati: Dinas Kesehatan Kabupaten Pati.
- Dirjen Kesmas. 2019. ASI Merupakan Hak Anak Dalam Pembangunan Negara. <https://kesmas.kemkes.go.id/portal/konten/~rilis-berita/080809-dirjen-kesmas--asi-merupakan-hak-anak-dalam-pembangunan-negara>.
- Febriyanti H. 2018. Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Tenaga Kesehatan yang memiliki Bayi di Wilayah Kabupaten Pringsewu. Midwifery Journal 2018. 3(1) hal 38-17.
- Ikhwan Wahyudi . 2019. Pentingnya peran keluarga dalam keberhasilan menyusui. [https://sumbar.antaranews.com/berita/281064/pentingnya-peran-keluarga](https://sumbar.antaranews.com/berita/281064/pentingnya-peran-keluarga-dalam-keberhasilan-menyusui)
- [dalam-keberhasilan-menyusui](https://sumbar.antaranews.com/berita/281064/pentingnya-peran-keluarga-dalam-keberhasilan-menyusui)
- Karin Cadwell, dkk. 2011. Buku Saku Manajemen Laktasi (Pocket Guide for Lactation Management). EGC: Jakarta.
- Kemkes RI, 2021. Profil Kesehatan Kabupaten Pati Tahun 2020. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Available at: www.kemkes.go.id.
- Kusumayanti, N., Nindya, T.S. 2019. Hubungan Dukungan Suami Dengan Pemberian Asi Eksklusif di Daerah Perdesaan. Media Gizi Indonesia. 12(2):98-106. <http://dx.doi.org/10.20473/mgi.v12i2.98-106>
- Mery Ramadani.2017. Dukungan Keluarga Sebagai Faktor Dominan Keberhasilan Menyusui Eksklusif. Vol.13 No.1 Maret 2017. Akses September 2020. <http://journal.unhas.ac.id/index.php/mkmi/article/view/1580>
- Maryunani A. 2015. Inisiasi Menyusui Dini, ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Ona Oktalina, Lailatul Muniroh, Sri Adiningsih. 2015. Hubungan Dukungan Suami Dan Dukungan Keluarga Dengan Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Anggota Kelompok Pendukung ASI (KP-ASI). <https://e-journal.unair.ac.id/MGI/article/view/3128/2285>
- Prasetyono. 2012. Buku Pintar ASI Eksklusif. Yogyakarta: Diva Press.
- Roesli, U. 2012. Panduan Inisiasi Menyusui Dini Plus ASI Eklusif. Jakarta.
- Royaningsih, N. Wahyuningsih, S. 2018. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Di Desa Jambean Kidul Kecamatan Margorejo. JKM Vol. 6 No.1 Februari 2018. <https://doi.org/10.31596/jkm.v5i2.205>
- Yana Luthfiyati dan Rahayu Widaryanti 2019. dengan judul persiapan laktasi pada ibu hamil untuk mencegah masalah dalam pemberian ASI eksklusif di PMB Istri Yuliani Sleman.

Jurnal Prosiding. Jurnal Ilmiah Respati
(JIR) <https://prosiding.respati.ac.id>

Wiji, R. N. (2013). ASI dan Panduan Ibu
Menysui. Yogyakarta: Nuha Medika
WHO, 2016. Infact and Young child
feeding. Media Center, (Oktober 2020)