

KEAJAIBAN INISIASI MENYUSU DINI (IMD)

Oleh:

Murtiana Ningsih

Dosen Prodi Kesehatan Masyarakat Undikma

Abstrak: Inisiasi Menyusu Dini (IMD) merupakan proses membiarkan bayi menyusu sendiri segera setelah dilahirkan dan disusui selama satu jam atau lebih. Prinsipnya, IMD merupakan kontak langsung antara kulit ibu dan kulit bayi, bayi ditengkurapkan di dada atau di perut ibu secepat mungkin setelah seluruh badan dikeringkan. IMD memberikan keajaiban yang luar biasa baik bagi bayi maupun ibu. Bagi ibu keajaiban yang langsung dirasakan yaitu ibu merasa rileks hal ini akan mengurangi rasa nyeri pada saat pengeluaran plasenta keajaiban yang lain yaitu peningkatan kontraksi uterus sehingga mencegah terjadinya perdarahan pada ibu. Bagi bayi refleks hisapan dan latihan menelan pada satu jam pertama akan sangat membantu untuk pengeluaran colostrum yang sangat bermanfaat untuk kekebalan bayi. Penelitian ini dilakukan dengan metode survey analitik dengan pendekatan desain *Cross sectional*, Penelitian dilakukan di Rumah Sakit Harapan Keluarga karena capaian pelaksanaan IMD masih rendah dimana pada satu tahun terakhir yaitu pada tahun 2019 tercatat capaian IMD hanya 52% masih jauh dari target yang ditetapkan, variabel pada penelitian ini yaitu riwayat paritas, pengetahuan ibu dan pelaksanaan IMD. Data yang digunakan yaitu data primer dan sekunder dimana populasi pada penelitian ini yaitu ibu yang melahirkan dengan persalinan normal sedangkan sampel penelitian menggunakan sampel jenuh. Hasil penelitian didapatkan bahwa terdapat 36 ibu dengan pengetahuan baik melakukan IMD dengan nilai P-Value sebesar 0,006 pada CI 95% dimana dari 36 ibu tersebut mempunyai riwayat paritas rendah yaitu memiliki anak kurang atau sama dengan 2. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu mempunyai peranan penting terlihat dari nilai Ratio Prevalensi sebesar 1,615 yang berarti bahwa ibu yang mempunyai pengetahuan baik tentang IMD cenderung akan melakukan IMD sebesar 1,615 dibandingkan dengan ibu yang mempunyai pengetahuan kurang dan rendah, demikian pula dengan riwayat paritas, ibu dengan paritas rendah lebih termotivasi untuk melakukan hal hal yang bermanfaat untuk bayinya sedangkan ibu dengan paritas tinggi cenderung kurang termotivasi dan merasa kelelahan setelah selesai persalinan terlebih jika ada penyulit persalinan. Saran yang bisa diberikan yaitu meningkatkan edukasi dan motivasi kepada ibu sejak dari kehamilan tentang pentingnya pelaksanaan IMD, teknis dan manfaat IMD baik bagi ibu maupun bayi.

Kata kunci: Inisiasi, Menyusu, Dini

PENDAHULUAN

Inisiasi Menyusu Dini (IMD) didefinisikan sebagai proses membiarkan bayi menyusu sendiri segera setelah dilahirkan dan disusui selama satu jam atau lebih. Prinsipnya, IMD merupakan kontak langsung antara kulit ibu dan kulit bayi, bayi ditengkurapkan di dada atau di perut ibu secepat mungkin setelah seluruh badan dikeringkan (bukan dimandikan), kecuali pada telapak tangannya dan dibiarkan merangkak untuk mencari puting untuk segera menyusui. Kedua telapak tangan bayi dibiarkan tetap terkena air ketuban karena bau dan rasa cairan ketuban ini sama dengan bau yang dikeluarkan payudara ibu, dengan demikian ini menuntun bayi untuk menemukan puting. Lemak yang menyamankan kulit bayi sebaiknya dibiarkan tetap menempel.

IMD akan sangat membantu dalam keberlangsungan pemberian ASI eksklusif dan lama menyusui, sehingga diharapkan terpenuhinya

kebutuhan gizi bayi hingga usia 2 tahun, dan mencegah anak kurang gizi.

IMD mempunyai dampak yang positif baik bagi ibu maupun bayinya. Bagi bayi menyusu mempunyai peran penting yang fundamental bagi kelangsungan hidup bayi. Kolostrum mengandung sel darah putih dan antibody yang tinggi dari pada ASI sebenarnya, khususnya tinggi dalam level *Imunoglobulin A* (IgA) yang membantu melapisi usus bayi. IgA ini juga mencegah alergi makanan. Dalam 2 minggu pertama setelah melahirkan kolostrum perkahan akan hilang dan tergantikan oleh ASI sebenarnya. Inisiasi Menyusu Dini mempunyai peran penting bagi ibu dalam merangsang kontraksi uterus sehingga mengurangi perdarahan pasca melahirkan.

Manfaat lain dari pelaksanaan IMD yaitu bayi akan mendapatkan kehangatan secara alami dari kontak kulit ibu dengan kulit bayi. Bayi

dibiarkan mencari sendiri puting susu ibu. Hentakan kepala bayi ke dada ibu, sentuhan tangan bayi di puting susu ibu, emutan dan jilatan bayi pada puting ibu dapat merangsang pengeluaran hormon oksitosin yang menyebabkan rahim ibu berkontraksi sehingga merangsang pengeluaran plasenta dan mengurangi perdarahan pada ibu setelah melahirkan.

Berdasarkan data dari Kementrian Kesehatan RI tahun 2018, cakupan IMD tahun 2017 untuk bayi lahir < 1 jam sebesar 51,32% dan untuk bayi ≥ 1 jam sebesar 6,65% sedangkan cakupan bayi mendapat ASI Eksklusif sampai 5 bulan sebesar 35,73% dan ASI Eksklusif pada bayi 0-6 bulan sebesar 46,74%. Cakupan pemberian ASI Eksklusif pada bayi rata-rata di Provinsi NTB tahun 2017 sebesar 77,66%, cakupan ini turun jika dibandingkan dengan cakupan ASI Eksklusif tahun 2016 sebesar 86,63%.

Keberhasilan IMD tentu tidak terlepas dari banyak faktor beberapa diantaranya yaitu pengetahuan ibu sendiri tentang IMD serta riwayat paritas atau jumlah bayi yang pernah dilahirkan akan mempengaruhi motivasi ibu untuk melakukan konseling terutama tentang ASI sejak kehamilan.

Rumah Sakit Harapan Keluarga (RSHK) merupakan salah satu Rumah Sakit swasta dengan klasifikasi C berlokasi di Selagalas Mataram senantiasa berupaya memberikan pelayanan prima dengan memberikan fasilitas yang memadai termasuk di ruang bersalin akan tetapi capaian pelaksanaan IMD masih rendah. Pada Tahun 2018 tercatat capaian pelaksanaan IMD sebesar 52% lebih rendah jika dibandingkan dengan tahun 2017 yaitu sebesar 65%.

Study awal dilakukan dengan melakukan wawancara kepada 12 orang ibu bersalin di ruang Bersalin RSHK, 9 orang ibu bersalin mengatakan tidak mengetahui tentang IMD, manfaat dan bagaimana melakukan IMD sedangkan 3 orang ibu bersalin mengatakan mengetahui tentang IMD dari media sosial dan petugas kesehatan pada saat pemeriksaan kehamilan.

KAJIAN PUSTAKA

Inisiasi Menyusu Dini (*early initiation*) atau permulaan menyusu dini adalah bayi mulai menyusu sendiri segera setelah lahir, dikenal pula dengan istilah *the breast crawl* atau merangkak mencari payudara. IMD bukan dengan jalan menjejalkan puting susu ibu ke dalam mulut bayi akan tetapi bayi berusaha mencari dan menjilati kulit ibu lalu menemukan puting susu ibu.

Dilakukan pada saat satu jam pertama kelahiran bayi

a. Tahap tahap Melakukan IMD

1. Segera setelah bayi lahir, bayi diletakkan di atas perut ibu
2. Keringkan seluruh tubuh bayi termasuk kepala secepatnya, kecuali kedua tangannya.
3. Tali pusat dipotong lalu diikat. Verniks (zat lemak putih) yang melekat di tubuh bayi sebaiknya tidak dibersihkan karena zat ini membuat nyaman kulit bayi.
4. Tanpa dibedong bayi langsung ditengkurapkan di dada atau perut ibu dengan kontak kulit bayi dan kulit ibu. Ibu dan bayi diselimuti bersama-sama.
5. Bayi dibiarkan mencari puting susu ibu. Ibu dapat merangsang bayi dengan sentuhan lembut, tetapi tidak memaksakan bayi ke puting susu.
6. Bantu ibu untuk mengenali tanda-tanda atau perilaku bayi sebelum menyusu (*pre-feeding*) yang dapat berlangsung beberapa menit atau satu jam bahkan lebih, diantaranya:
7. Memasukan tangan kemulut, gerakan mengisap, atau mengeluarkan suara.
8. Bergerak ke arah payudara.
9. Daerah areola biasanya yang menjadi sasaran.
10. Menyentuh puting susu dengan tangannya.
11. Menemukan puting susu, reflek mencari puting (*rooting*) melekat dengan mulut terbuka lebar.

Bayi yang sehat akan bergerak sendiri di atas perut ibu, aroma kulit ibu akan mudah dikenali oleh bayi lalu reflek membuka mulut akan dilakukan dengan menjulurkan lidahnya lalu menjilat kulit ibu, 40 menit kemudian bayi akan bergerak ke bagian dada ibu untuk mencari puting susu dan pada saat itulah bayi mendapatkan colostrum pertama kali.

Tahap-Tahap Inisiasi Menyusu Dini (IMD)



b. Keajaiban IMD bagi ibu dan bayi

Manfaat yang diperoleh dari kesuksesan melaksanakan IMD bagi ibu maupun bayi. Bagi ibu IMD membawa manfaat yang luar biasa terutama dalam produksi hormon oksitosin dan prolaktin, stimulasi hormon oksitosin akan merangsang kontraksi uterus sehingga dapat menghindari terjadinya perdarahan pasca persalinan, merangsang pengeluaran colostrum dan produksi ASI. Bagi bayi manfaat IMD tidak

kalah banyak antara lain dengan adanya kontak kulit antara ibu dan bayi akan berdampak pada kestabilan temperatur tubuh dan sistem pernafasan, pola tidur akan lebih baik, bayi merasa lebih nyaman karena hubungan psikologis ibu dan bayi terbentuk sejak awal.

Terdapat beberapa manfaat penting Inisiasi Menyusui Dini, antara lain :

1. **Mengurangi tingkat kematian bayi:** Inisiasi menyusui dini bisa mempengaruhi resiko kematian pada bayi yang baru lahir dengan empat mekanisme (Edmond et al, 2006), yaitu : .
 - a) Angka kematian yang lebih rendah pada bayi mungkin terjadi karena ibu yang menyusui anak mereka segera setelah lahir memiliki kesempatan lebih besar untuk berhasil membangun dan mempertahankan menyusui selama bayi.
 - b) Pemberian makanan prelaktal dengan antigen yang bukan dari ASI dimungkinkan mengganggu fisiologi normal usus.
 - c) ASI kaya akan komponen imun dan non imun yang dapat mempercepat maturasi usus, resisten terhadap infeksi, dan pemulihan jaringan epitel dari infeksi. Total protein dan imunoglobulin juga menurun di hari pertama kehidupan (konsentrasi tertinggi pada hari pertama, setengah hari pada hari kedua, dan menurun secara perlahan pada hari-hari berikutnya).
 - d) Pemberian kehangatan dan perlindungan dapat mengurangi resiko kematian akibat hipotermia selama hari pertama (terutama pada bayi prematur).

Pada bayi yang terlambat diberi ASI atau bayi yang diinisiasi ASI setelah hari pertama kehidupan, mengalami peningkatan resiko kematian neonatal meningkat hingga 2,4 kali. Penelitian ini juga mengungkapkan, terjadi peningkatan persentase keselamatan bayi, yaitu jika bayi diberi ASI dalam satu hari pertama maka kehidupan bayi bisa diselamatkan sebanyak 16% dan apabila diinisiasi dalam satu jam pertama maka akan meningkat menjadi 22%. Sementara menurut UNICEF sebanyak 30.000 bayi yang biasanya meninggal pada bulan pertama kelahirannya, dapat diselamatkan dengan melakukan inisiasi menyusui dini setelah satu jam pertama kelahiran.
2. **Membantu meningkatkan lama menyusui:** Penelitian Fikawati dan Syafiq (2003) menyebutkan bahwa ibu yang memberi ASI ≤ 30 menit setelah kelahiran kemungkinan 2-8

kali lebih besar untuk memberikan ASI eksklusif selama empat bulan. Sementara penelitian di Jepang oleh Nakao et al (2008), menyebutkan bahwa keberhasilan ASI eksklusif sampai empat bulan berhubungan dengan IMD dalam dua jam pertama kehidupan.

3. **Mengurangi perdarahan ibu:** Hal ini dapat terjadi (Yuliarti, 2010), disebabkan karena ketika bayi diletakkan di dada ibunya, ia berada tepat di atas rahim ibu. Hal itu membantu menekan plasenta dan mengecilkan rahim ibu. Dengan begitu, perdarahan ibu akan berhenti karena ada kontraksi rahim.
4. **Menjaga produktivitas ASI:** Mekanisme ini dimungkinkan karena isapan bayi penting dalam meningkatkan kadar hormon prolaktin, yaitu hormon yang merangsang kelenjar susu untuk memproduksi ASI. Isapan itu akan meningkatkan produksi susu dua kali lipat.

Menurut Yuliarti (2010), tahapan dalam pelaksanaan IMD, antara lain:

1. Pada saat bayi berhadapan dengan ibunya, terjadi adaptasi sampai bayi merasa tenang, setelah itu bayi mengecap bagian atas telapak tangannya, hal ini membantu bayi dalam memandu untuk mencari puting susu ibu, dikarenakan bau di telapak tangan tersebut mirip dengan bau ASI yang akan keluar.
2. Bayi akan merayap ke arah puting susu sampai menemukannya, dan pada saat merayap, bayi akan menekan payudara dan hal tersebut akan merangsang susu keluar. Tetapi tidak mesti ASI keluar, yang terpenting adalah bayi sudah mencapai puting dan mulai mengisap-isap. Kemudian bayi dibiarkan selama 1 jam untuk proses skin to skin contact.

Sedangkan secara detail, beberapa tahap Inisiasi Menyusui Dini, sebagai berikut:

1. Ketika proses melahirkan, ibu disarankan untuk mengurangi/tidak menggunakan obat kimiawi, karena dikhawatirkan dapat terbawa ASI ke bayi pada saat menyusui dalam proses inisiasi menyusui dini.
2. Setelah proses kelahiran, bayi secepatnya dikeringkan seperlunya tanpa menghilangkan vernix (kulit putih), yang berfungsi membuat nyaman kulit bayi.
3. Bayi kemudian ditengkurapkan di dada atau perut ibu, dengan kulit bayi melekat pada kulit ibu. Untuk mencegah bayi kedinginan, kepala bayi dapat dipakaikan topi, jika diperlukan bayi dan ibu diselimuti.
4. Bayi yang ditengkurapkan di dada atau perut ibu, dibiarkan untuk mencari sendiri puting

susu ibunya (bayi tidak dipaksakan ke puting susu), karena pada dasarnya bayi memiliki naluri yang kuat untuk mencari puting susu ibunya. Ibu perlu didukung dan dibantu untuk mengenali perilaku bayi sebelum menyusui.

5. Bayi dibiarkan tetap dalam posisi kulitnya bersentuhan dengan kulit ibu sampai proses menyusui pertama selesai.
6. Setelah selesai menyusui awal, bayi baru dipisahkan untuk ditimbang, diukur, dicap, diberi vitamin K dan tetes mata.
7. Ibu dan bayi tetap bersama dan dirawat-gabung. Rawat-gabung memungkinkan ibu menyusui bayinya setiap saat diperlukan (pada dasarnya kegiatan menyusui tidak boleh dijadwal). Rawat-gabung juga akan meningkatkan ikatan batin antara ibu dengan bayinya, bayi jadi jarang menangis karena selalu merasa dekat dengan ibu, juga lebih memudahkan ibu untuk beristirahat dan menyusui

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan IMD di Ruang Bersalin Rumah Sakit Harapan Keluarga dan menggali bagaimana pengetahuan ibu tentang persiapan, tehnik, manfaat dan keuntungan dari pelaksanaan IMD. Data menggunakan data primer dan didukung dengan data sekunder.

Data primer diperoleh dengan melakukan wawancara kepada ibu bersalin normal sebanyak 56 orang. Dari 56 ibu bersalin, terdapat ibu dengan riwayat paritas rendah sebanyak 40 orang dan paritas tinggi sebanyak 16 orang.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat 36 ibu dengan pengetahuan baik melakukan IMD dengan nilai P-Value sebesar 0,006 pada CI 95% dimana dari 36 ibu tersebut mempunyai riwayat paritas rendah yaitu memiliki anak kurang atau sama dengan 2. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu mempunyai peranan penting terlihat dari nilai Ratio Prevalensi sebesar 1,615 yang berarti bahwa ibu yang mempunyai pengetahuan baik tentang IMD cenderung akan melakukan IMD sebesar 1,615 dibandingkan dengan ibu yang mempunyai pengetahuan kurang.

Dari sisi riwayat paritas, ibu dengan riwayat paritas tinggi cenderung untuk tidak melakukan IMD salah satu faktor penghambatnya yaitu penambahan usia dan berbagai penyulit persalinan sehingga ibu dengan riwayat paritas tinggi akan mengalami kelelahan fisik sehingga kurang motivasi untuk melakukan IMD. Diperkuat dari hasil penelitian kohort Prawirohardjo bahwa ibu dengan paritas rendah cenderung akan lebih termotivasi untuk mengetahui hal hal yang bermanfaat bagi bayinya

PENUTUP

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian kohort yang dilakukan oleh Budi, sejalan pula dengan pendekatan yang dilakukan oleh Husnah dengan pendekatan Cross Sectional diketahui bahwa ada hubungan pengetahuan dan paritas ibu dengan perilaku menyusui ibu pada satu jam pertama kehidupan bayi. Pengetahuan merupakan dasar terbentuknya perilaku atau tindakan seseorang. Jika mengutip teori L.Green dijelaskan bahwa faktor faktor yang mempengaruhi terbentuknya perilaku ada tiga pertama faktor predisposisi, enabling dan reinforcing. Pengetahuan ibu termasuk dalam faktor predisposising yang akan menentukan keputusan seorang ibu untuk berperilaku

DAFTAR PUSTAKA

- Iis S. 2010, Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI dalam Satu Jam Pertama Setelah Lahir di Kabupaten Garut Provinsi Jawa Barat (Analisis Survey Data Dasar Pengembangan Model Pelayanan Kesehatan Neonatal Esential di Kabupaten Garut Jawa Barat, Tahun 2007), *Jurnal Kesehatan Media Litbang Kesehatan* Vol XX No 2 Tahun 2010.
- Profil Rumah Sakit Harapan Keluarga.Mataram 2018
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.Situasi dan Analisa ASI Eksklusif. Jakarta 2014.
- Notoatmodjo, S., 2007, Promosi Kesehatan dan Perilaku. Rineka Cipta; Azwar, S., 2010, Sikap manusia Teori dan Pengukurannya, Pustaka Pelajar. Yogyakarta
- Notoadmodjo S. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2010.P.1-2
- Rahardjo S, 2006, Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Satu Jam Pertama Setelah Melahirkan, *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional, Volume I Nomor I Tahun 2006*
- Roesli. Utami. (2008). Inisiasi Menyusui Dini Plus ASI Eksklusif. Jakarta: Pustaka Bunda
- Sari M C dan Wirawani. 2012. Perbedaan Pola Pemberian ASI antara Ibu yang Melakukan dan tidak Melakukan Inisiasi Menyusui Dini. Progam Studi Ilmu Gizi

Fakultas Kedokteran Universitas
Diponegoro. *Journal of Nutrition
College* Vol 1. Nomor 1.

Sunarsih, T . . *Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas*.
Jakarta selatan : Roesli, U. 2008.
*Inisiasi Menyusu Dini plus ASI
Eksklusif*. Jakarta: Pustaka Bunda.
Salemba Medika.

World Health Organization. Early Initiation of
Breastfeeding The Key of Survival
and Beyond. PAHO,
Washington.2010.