

HUBUNGAN TEKNIK PERLEKATAN MENYUSUI DENGAN DURASI SESI PEMBERIAN ASI IBU POSTPARTUM PRIMIPARA

**Dika Lintang Isabella¹, Sumy Dwi Antono², Lumastari Ajeng Wijayanti^{3*},
Ira Titisari⁴**

Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri, Politeknik Kesehatan Kemenkes
Malang^{1,2,3,4}

e-mail: ajengg1612@gmail.com

Diterima: 10/07/2026; Direvisi: 24/07/2026; Diterbitkan: 31/07/2026

ABSTRAK

Teknik perlekatan menyusui merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi keberhasilan pemberian ASI, terutama pada ibu postpartum primipara yang belum memiliki pengalaman menyusui. Perlekatan yang kurang tepat dapat menghambat transfer ASI, menimbulkan ketidaknyamanan pada ibu, serta memengaruhi durasi setiap sesi menyusui. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara teknik perlekatan menyusui dengan durasi setiap sesi pemberian ASI pada ibu postpartum primipara di wilayah kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasi analitik longitudinal. Sampel penelitian berjumlah 36 ibu postpartum primipara yang dipilih menggunakan teknik *probability sampling*. Data dikumpulkan melalui observasi menggunakan instrumen *LATCH Score* dan pencatatan durasi menyusui pada dua kali pengukuran, kemudian dianalisis menggunakan uji Spearman Rank dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbaikan teknik perlekatan menyusui dan peningkatan durasi menyusui pada pengukuran kedua. Analisis Spearman Rank menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara teknik perlekatan menyusui dengan durasi setiap sesi pemberian ASI pada pengukuran pertama ($p = 0,020$; $r = -0,385$) dan pengukuran kedua ($p = 0,004$; $r = -0,470$). Disimpulkan bahwa teknik perlekatan menyusui berhubungan secara signifikan dengan durasi setiap sesi pemberian ASI, sehingga edukasi dan pendampingan mengenai teknik perlekatan yang benar perlu dioptimalkan untuk mendukung keberhasilan menyusui pada ibu postpartum primipara.

Kata Kunci: *Teknik Perlekatan Menyusui, Durasi Menyusui, ASI, Postpartum, Primipara*

ABSTRACT

Proper breastfeeding attachment is one of the key factors influencing successful breastfeeding, particularly among primiparous postpartum mothers who have no previous breastfeeding experience. Incorrect attachment may hinder effective breast milk transfer, cause maternal discomfort, and affect the duration of each breastfeeding session. This study aimed to analyze the relationship between breastfeeding attachment technique and the duration of each breastfeeding session among primiparous postpartum mothers in the working area of Sukorame Public Health Center, Kediri City. This quantitative study employed a longitudinal analytical correlational design. A total of 36 primiparous postpartum mothers were selected using probability sampling. Data were collected through direct observation using the *LATCH Score* instrument and recording the duration of breastfeeding during two measurement periods. The data were analyzed using the Spearman Rank correlation test with a significance level of $\alpha = 0.05$. The results showed improvements in breastfeeding attachment technique and increased

breastfeeding duration at the second measurement. Spearman Rank analysis revealed a significant relationship between breastfeeding attachment technique and the duration of each breastfeeding session at the first measurement ($p = 0.020$; $r = -0.385$) and the second measurement ($p = 0.004$; $r = -0.470$). It can be concluded that breastfeeding attachment technique is significantly associated with the duration of each breastfeeding session. Therefore, education and assistance regarding proper breastfeeding attachment techniques should be optimized to support successful breastfeeding among primiparous postpartum mothers.

Keywords: *Attachment Technique, Breastfeeding Duration, Breast Milk, Postpartum, Primiparous*

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bagi bayi karena mengandung zat gizi yang lengkap dan mendukung pertumbuhan serta perkembangan optimal. Oleh karena itu, Kementerian Kesehatan RI merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan dan dilanjutkan hingga usia dua tahun dengan pemberian makanan pendamping ASI yang sesuai (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). *World Health Organization* (WHO) dan Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, dilanjutkan dengan makanan pendamping ASI hingga usia dua tahun atau lebih (World Health Organization, 2023). Namun, transisi menjadi ibu, terutama bagi ibu *postpartum primipara*, seringkali dibarengi berbagai tantangan yang menghambat pencapaian tujuan laktasi, di mana minimnya pengalaman praktis menjadikan kelompok primipara rentan terhadap kegagalan menyusui dini (Diah et al., 2022; Rahmawati, 2020). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan menyusui tidak hanya dipengaruhi oleh produksi ASI, tetapi juga oleh kemampuan ibu menerapkan teknik menyusui yang benar sejak awal masa postpartum, sehingga periode ini menjadi fase yang sangat menentukan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Kunci dari transfer ASI yang optimal terletak pada kualitas teknik perlekatan yang dilakukan bayi saat menghisap, yang tidak hanya memastikan bayi mendapatkan ASI dalam jumlah cukup, tetapi juga menjaga integritas payudara ibu serta merangsang hormon prolaktin dan oksitosin secara maksimal (Kurniawati & Srianingsih, 2021). Perlekatan yang benar memungkinkan bayi menghisap secara efektif dan efisien sehingga memperoleh *foremilk* dan *hindmilk* dalam durasi yang adekuat hingga payudara terasa kosong (Kemenkes RI, 2019). Sebaliknya, perlekatan yang tidak tepat menyebabkan bayi menghisap dengan usaha lebih besar namun hanya mendapatkan sedikit ASI, sehingga durasi menyusui menjadi sangat singkat atau lebih lama namun tidak efektif, yang berisiko menurunkan berat badan bayi (Vernekar et al., 2023). Secara fisiologis, perlekatan yang efektif menghasilkan hisapan bayi yang optimal sehingga refleks pengeluaran ASI (*let-down reflex*) berlangsung lebih baik, transfer ASI menjadi lebih lancar, kebutuhan nutrisi bayi terpenuhi, dan sesi menyusui berlangsung sesuai kebutuhan bayi. Sebaliknya, perlekatan yang kurang tepat menyebabkan transfer ASI tidak optimal sehingga bayi lebih cepat melepaskan payudara atau justru menyusui lebih lama karena asupan ASI yang diterima belum mencukupi.

Secara global, sekitar 48% bayi mendapatkan ASI eksklusif selama enam bulan pertama, masih jauh dari target 50% pada 2025 dan 70% pada 2030 (United Nations Children's Fund & World Health Organization, 2023). Cakupan ASI eksklusif nasional Indonesia mencapai 66,4% pada 2024, masih di bawah target nasional 80% pada 2025 sesuai Perpres No. 72 Tahun 2021 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Di Jawa Timur angka ini

mencapai 73,59% (Badan Pusat Statistik, 2024), sementara di Kota Kediri tercatat 74,60% (Profil Kesehatan Kota Kediri, 2024). Studi pendahuluan di Puskesmas Sukorame menunjukkan penurunan cakupan ASI eksklusif dari 85,51% pada 2024 menjadi 73,8% pada 2025, yang sebagian disebabkan oleh kurangnya pengetahuan ibu mengenai teknik perlekatan yang benar sehingga menimbulkan lecet pada puting dan berujung pada penghentian menyusui. Temuan tersebut menunjukkan bahwa masalah teknik perlekatan masih menjadi kendala nyata dalam praktik menyusui di pelayanan kesehatan primer, sehingga diperlukan bukti empiris mengenai pengaruhnya terhadap proses menyusui sebagai dasar penyusunan intervensi yang lebih tepat sasaran.

Penyebab utama teknik perlekatan yang kurang tepat pada ibu primipara melibatkan faktor internal seperti ketidakberpengalaman dan rendahnya *self-efficacy* (Chainakin et al., 2023), serta faktor eksternal seperti informasi yang tidak konsisten, keterbatasan waktu konseling tenaga kesehatan, dan mitos sosial yang mendorong pemberian makanan pendamping terlalu dini (Azrimaidaliza et al., 2023). Dampaknya, ibu berisiko mengalami nyeri dan lecet puting, bendungan ASI, dan mastitis, sementara bayi berisiko mengalami asupan nutrisi tidak adekuat dan gangguan pertumbuhan (Mujenah et al., 2023; Syafitri et al., 2022). Meskipun berbagai penelitian telah membahas faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan menyusui, sebagian besar lebih berfokus pada cakupan ASI eksklusif, tingkat pengetahuan ibu, atau *breastfeeding self-efficacy*. Penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan teknik perlekatan menyusui dengan durasi setiap sesi pemberian ASI pada ibu postpartum primipara, terutama menggunakan pengamatan longitudinal pada dua waktu pengukuran, masih relatif terbatas sehingga memerlukan kajian lebih lanjut.

Berdasarkan urgensi tersebut, penelitian ini bertujuan mengidentifikasi secara kuantitatif hubungan antara teknik perlekatan menyusui dengan durasi sesi pemberian ASI pada ibu *postpartum primipara* di Wilayah Kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri, sehingga dapat memberikan rekomendasi konkret bagi penguatan program konseling laktasi di fasilitas kesehatan primer. Kebaruan penelitian ini terletak pada penggunaan desain korelasi analitik longitudinal dengan dua kali pengukuran untuk mengevaluasi perubahan teknik perlekatan menyusui dan durasi setiap sesi pemberian ASI pada ibu postpartum primipara. Hasil penelitian diharapkan menjadi dasar ilmiah dalam pengembangan strategi edukasi dan pendampingan menyusui yang lebih efektif di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain observasional analitik longitudinal untuk menganalisis hubungan antara teknik perlekatan menyusui dan durasi setiap sesi pemberian ASI pada ibu postpartum primipara. Desain longitudinal dipilih karena memungkinkan pengukuran variabel dilakukan pada dua waktu yang berbeda sehingga perubahan kondisi responden dapat diamati secara lebih komprehensif. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri dengan populasi seluruh ibu postpartum primipara berusia 0 hingga ≤ 42 hari berdasarkan data rekam medik bulan April–Mei sebanyak 40 orang. Besar sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5% sehingga diperoleh 36 responden yang dipilih menggunakan teknik *probability sampling* jenis *proportionate stratified random sampling* pada lima kelurahan, yaitu Mojooroto, Bandar Lor, Sukorame, Bujel, dan Pojok agar setiap wilayah memperoleh representasi yang proporsional. Kriteria inklusi meliputi ibu postpartum primipara yang menyusui bayinya pada fase ASI matur, memiliki riwayat persalinan normal maupun *sectio caesarea*, ibu dan bayi dalam kondisi sehat

tanpa komplikasi berat, berdomisili di wilayah penelitian selama proses pengambilan data, serta bersedia mengikuti penelitian dengan menandatangani *informed consent*. Adapun kriteria eksklusi adalah ibu yang mengalami gangguan komunikasi berupa gangguan pendengaran yang dapat menghambat proses pengumpulan data.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah teknik perlekatan menyusui yang diukur menggunakan instrumen *LATCH Score* (*Latch, Audible Swallowing, Type of Nipple, Comfort, dan Hold*) dengan rentang skor 0–10. Skor tersebut kemudian diklasifikasikan menjadi kategori baik (8–10), sedang (4–7), dan buruk (1–3). Variabel dependen adalah durasi setiap sesi pemberian ASI yang diukur menggunakan *stopwatch* digital dan lembar pencatatan menyusui, kemudian dikategorikan menjadi optimal apabila berlangsung selama 10–30 menit per sesi dan tidak optimal apabila kurang dari 10 menit atau lebih dari 30 menit. Pengukuran kedua variabel dilakukan sebanyak dua kali pada setiap responden dengan interval waktu 3–4 hari. Proses pengumpulan data diawali dengan perizinan penelitian dan persiapan instrumen, kemudian dilanjutkan dengan pendataan responden, wawancara singkat, pemberian *informed consent*, observasi langsung proses menyusui, serta pencatatan waktu mulai hingga selesai menyusui. Selain data primer, penelitian juga menggunakan data sekunder berupa data demografi dan rekam medik dari Puskesmas Sukorame untuk memverifikasi kesesuaian responden dengan kriteria penelitian.

Data yang telah terkumpul diolah melalui tahapan *editing, coding, entry, tabulating, dan cleaning* untuk memastikan kelengkapan dan kualitas data sebelum dianalisis. Analisis univariat dilakukan menggunakan distribusi frekuensi dan persentase guna menggambarkan karakteristik responden serta distribusi masing-masing variabel penelitian. Selanjutnya, analisis bivariat dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman's Rho dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$ untuk mengetahui hubungan antara teknik perlekatan menyusui dan durasi setiap sesi pemberian ASI pada dua kali pengukuran. Pemilihan uji Spearman's Rho didasarkan pada karakteristik data yang berskala ordinal dan tidak memerlukan asumsi distribusi normal. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan STIKES RS Baptis Kediri dengan Nomor 034/8/V/EC/KEPK-3/STIKES RSBK/2026 serta menerapkan prinsip etik penelitian yang meliputi *informed consent, anonymity, confidentiality, dan non-maleficence* untuk melindungi hak dan keamanan seluruh responden selama proses penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik Responden

Penelitian ini melibatkan 36 ibu postpartum primipara di Wilayah Kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri yang memenuhi kriteria inklusi penelitian. Karakteristik responden dianalisis untuk memberikan gambaran mengenai kondisi umum subjek penelitian yang berpotensi berkaitan dengan proses menyusui. Variabel karakteristik yang disajikan meliputi usia, tingkat pendidikan, pekerjaan, jenis persalinan, serta karakteristik lain yang relevan dengan tujuan penelitian. Distribusi frekuensi karakteristik umum responden disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Umum Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Usia	< 20 Tahun	1	2,78

	20–35 Tahun	35	97,22
	>35 Tahun	0	0,00
Pendidikan	SD	0	0,00
	SMP	1	2,78
	SMA/K	26	72,22
	Perguruan Tinggi	9	25,00
Pekerjaan	IRT	15	41,67
	Wiraswasta	3	8,33
	Karyawan Swasta	14	38,89
	PNS	4	11,11
Total		36	100,0

Berdasarkan Tabel 1, Sebagian besar responden berada pada usia reproduktif 20–35 tahun (97,22%), berpendidikan SMA/SMK (72,22%), dan berstatus sebagai Ibu Rumah Tangga (41,67%). Usia reproduktif merupakan periode di mana fungsi fisiologis tubuh ibu, termasuk sistem hormonal pengatur produksi ASI, berada pada kondisi paling optimal, meskipun bagi ibu *primipara* faktor pengalaman tetap menjadi tantangan yang perlu diatasi melalui bimbingan tenaga kesehatan. Tingkat pendidikan berkaitan erat dengan kemampuan ibu menyerap dan mengaplikasikan informasi mengenai teknik menyusui yang benar (Anggraeni et al., 2023), sementara status pekerjaan memiliki implikasi langsung terhadap ketersediaan waktu dan konsistensi ibu dalam menyusui, terutama bagi karyawan swasta dan PNS yang menghadapi keterbatasan fasilitas laktasi di tempat kerja (Rahayu & Hiadayat, 2023).

Gambaran Teknik Perlekatan Menyusui

Teknik perlekatan menyusui merupakan salah satu indikator penting dalam keberhasilan proses pemberian ASI karena menentukan efektivitas transfer ASI dari ibu kepada bayi. Penilaian teknik perlekatan pada penelitian ini dilakukan sebanyak dua kali untuk mengidentifikasi perubahan yang terjadi selama masa postpartum. Hasil pengukuran memberikan gambaran mengenai distribusi responden berdasarkan kategori teknik perlekatan menyusui pada pengukuran pertama dan kedua. Distribusi frekuensi teknik perlekatan menyusui pada kedua waktu pengukuran disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Teknik Perlekatan Menyusui pada Pengukuran Pertama dan Kedua

Teknik Perlekatan	Frekuensi (n) Pengukuran 1	Presentase (%) Pengukuran 1	Frekuensi (n) Pengukuran 2	Presentase (%) Pengukuran 2
Baik	10	27,77	12	33,33
Sedang	11	30,56	22	61,11
Buruk	15	41,67	2	5,56

Total	36	100	36	100
--------------	-----------	------------	-----------	------------

Berdasarkan Tabel 2, Pada pengukuran pertama mayoritas responden memiliki teknik perlekatan kategori buruk (41,67%), sejalan dengan kondisi umum ibu *primipara* yang belum memiliki pengalaman praktis menyusui sehingga lebih rentan terhadap kegagalan menyusui dini (Chainakin et al., 2023). Rendahnya *breastfeeding self-efficacy* dan kondisi psikologis seperti kecemasan serta kelelahan pascapersalinan turut menghambat *let-down reflex* melalui penghambatan aksi oksitosin, sehingga menciptakan siklus di mana ASI sulit keluar dan perlekatan semakin tidak efektif (Amir et al., 2021; Suartiningih et al., 2022).

Pada pengukuran kedua, terjadi perbaikan, di mana kategori buruk menurun drastis menjadi 5,56% dan kategori sedang meningkat menjadi 61,11%. Perbaikan ini mengindikasikan adanya proses pembelajaran dan adaptasi ibu seiring berjalannya waktu (Miradwayana et al., 2021). Perlekatan yang efektif melibatkan pengambilan sebagian besar jaringan areola secara mendalam sehingga lidah dan rahang bayi dapat memerah sinus laktiferus di bawah areola, bukan hanya mengisap puting (Wambach & Riordan, 2015).

Gambaran Durasi Setiap Sesi Pemberian ASI

Durasi setiap sesi pemberian ASI merupakan salah satu indikator yang dapat menggambarkan efektivitas proses menyusui pada ibu postpartum. Pada penelitian ini, durasi menyusui diukur sebanyak dua kali untuk mengetahui perubahan yang terjadi selama periode observasi. Hasil pengukuran selanjutnya dikelompokkan ke dalam kategori durasi optimal dan tidak optimal sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan. Distribusi frekuensi durasi setiap sesi pemberian ASI pada pengukuran pertama dan kedua disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Durasi Sesi Pemberian ASI pada Pengukuran Pertama dan Kedua

Durasi Menyusui	Frekuensi (n) Pengukuran 1	Presentase (%) Pengukuran 1	Frekuensi (n) Pengukuran 2	Presentase (%) Pengukuran 2
Optimal	17	47,22	21	58,33
Tidak Optimal	19	52,78	15	41,67
Total	36	100	36	100

Berdasarkan Tabel 3, Pada pengukuran pertama lebih dari separuh responden (52,78%) memiliki durasi menyusui tidak optimal. Durasi yang terlalu singkat berisiko menyebabkan bayi belum memperoleh *hindmilk* yang kaya lemak dan kalori secara adekuat, karena *hindmilk* hanya diperoleh apabila bayi menyusui dalam durasi cukup hingga payudara terasa kosong (Fikawati et al., 2015). Kondisi ini berkaitan erat dengan kualitas teknik perlekatan yang masih banyak berada pada kategori buruk pada pengukuran yang sama, sebagaimana dijelaskan Vernekar (2023) bahwa perlekatan yang tidak tepat menyebabkan bayi menghisap dengan usaha besar namun hanya mendapatkan sedikit ASI sehingga cepat lelah dan melepaskan payudara sebelum kenyang.

Pada pengukuran kedua, proporsi durasi menyusui optimal meningkat menjadi 58,33%, sejalan dengan perbaikan teknik perlekatan yang dicapai pada waktu yang sama. World Health

Organization (2020) menekankan bahwa durasi efektif per sesi tidak ditentukan oleh batas waktu tetap, melainkan oleh prinsip *on demand* dan pengosongan payudara yang sempurna, sehingga ketika perlekatan membaik, bayi mampu menghisap ASI secara lebih efisien dan mencapai kepuasan menyusui yang tercermin dari perpanjangan durasi per sesi.

Hubungan Teknik Perlekatan Menyusui dengan Durasi Setiap Sesi Pemberian ASI

Analisis hubungan antara teknik perlekatan menyusui dan durasi setiap sesi pemberian ASI dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya keterkaitan antara kedua variabel penelitian. Pengujian hubungan menggunakan uji korelasi Spearman's Rho karena data yang dianalisis berskala ordinal dan tidak memerlukan asumsi distribusi normal. Analisis dilakukan terhadap hasil pengukuran pertama dan kedua untuk melihat konsistensi hubungan selama periode observasi. Hasil uji korelasi Spearman's Rho antara teknik perlekatan menyusui dengan durasi setiap sesi pemberian ASI disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Hasil Uji Korelasi Spearman's Rho antara Teknik Perlekatan Menyusui dengan Durasi Setiap Sesi Pemberian ASI

Pengukuran	Koefisien Korelasi (ρ)	p-value
Pertama	-0,385	0,020
Kedua	-0,470	0,004

Berdasarkan Tabel 4, Hasil uji korelasi Spearman's Rho menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara teknik perlekatan menyusui dengan durasi sesi pemberian ASI, baik pada pengukuran pertama ($\rho = -0,385$; $p = 0,020$) maupun pengukuran kedua ($\rho = -0,470$; $p = 0,004$). Berdasarkan hasil tersebut, hipotesis penelitian yang menyatakan terdapat hubungan antara teknik perlekatan menyusui dengan durasi sesi pemberian ASI pada ibu *postpartum primipara* di Wilayah Kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri diterima. Arah korelasi negatif menunjukkan bahwa semakin buruk skor teknik perlekatan, semakin tidak optimal durasi menyusui per sesi, dan sebaliknya.

Pembahasan

Gambaran Teknik Perlekatan Menyusui pada Ibu Postpartum Primipara

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada pengukuran pertama, sebagian besar ibu *postpartum primipara* di Wilayah Kerja Puskesmas Sukorame memiliki teknik perlekatan dalam kategori buruk (41,67%). Temuan ini selaras dengan kondisi yang umum terjadi pada ibu *primipara*, yakni kelompok yang tidak memiliki pengalaman praktis menyusui sebelumnya sehingga lebih rentan terhadap kegagalan menyusui dini. Temuan ini juga sejalan dengan penelitian Wijayanti dan Nurhanifah (2025) yang menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan dan keterampilan menyusui melalui kelas ibu hamil berkontribusi terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif, di mana salah satu kompetensi dasar yang ditekankan adalah kemampuan ibu dalam menerapkan teknik menyusui yang benar sejak awal masa laktasi.

Sebagaimana dijelaskan oleh Chainakin et al. (2023), status *primipara* merupakan faktor risiko tersendiri karena ibu tidak memiliki pengalaman sebelumnya dalam menempatkan dan memposisikan bayi dengan benar, serta memiliki *breastfeeding self-efficacy* yang lebih rendah dalam mengatasi tantangan awal menyusui. Kurangnya kepercayaan diri (*self-efficacy*) ini dapat menghambat kemampuan ibu untuk secara tenang dan konsisten mempraktikkan

langkah-langkah teknik perlekatan yang benar, seperti memastikan mulut bayi terbuka lebar, bibir bawah terlipat keluar, serta dagu bayi menempel erat pada payudara (Fan et al., 2022).

Pada pengukuran kedua, terjadi perbaikan distribusi teknik perlekatan, di mana kategori buruk menurun dari 41,67% menjadi 5,56% dan kategori sedang meningkat dari 30,56% menjadi 61,11%. Perbaikan ini mengindikasikan adanya proses pembelajaran dan adaptasi pada responden antara dua waktu pengukuran. Peneliti berpendapat bahwa adanya peningkatan hasil pengamatan kedua menunjukkan bahwa ibu *postpartum primipara* telah mengalami proses adaptasi dan pembelajaran dalam menyusui. Seiring berjalannya waktu, ibu memperoleh pengalaman langsung dari praktik menyusui yang dilakukan berulang kali sehingga menjadi lebih percaya diri dan terampil dalam menerapkan teknik menyusui yang benar. Hasil tersebut memperkuat temuan Wijayanti dan Nurhanifah (2025) bahwa peningkatan kemampuan menyusui diperoleh melalui proses edukasi yang diikuti dengan praktik berulang, sehingga ibu lebih siap mempertahankan keberhasilan menyusui pada periode *postpartum*.

Gambaran Durasi Setiap Sesi Pemberian ASI pada Ibu Postpartum Primipara

Hasil penelitian pada pengukuran pertama menunjukkan bahwa mayoritas responden (52,78%) memiliki durasi menyusui per sesi yang tidak optimal (< 10 menit atau > 30 menit). Durasi menyusui merupakan indikator penting yang mencerminkan efektivitas proses transfer ASI. Durasi yang terlalu singkat dapat menunjukkan bayi belum memperoleh ASI secara adekuat, sedangkan durasi yang terlalu panjang dapat mengindikasikan transfer ASI kurang efisien. Temuan ini didukung oleh WHO (2020) yang menyatakan bahwa menyusui sebaiknya dilakukan secara responsif (*responsive feeding*), yaitu mengikuti kebutuhan bayi sampai bayi melepaskan payudara secara spontan dan menunjukkan tanda kenyang.

Durasi menyusui per sesi pada pengukuran pertama memiliki keterkaitan erat dengan kondisi teknik perlekatan yang masih banyak dalam kategori buruk pada pengukuran yang sama. Sebagaimana dikemukakan oleh Vernekar (2023), apabila perlekatan tidak tepat, bayi akan menghisap dengan usaha yang lebih besar namun hanya mendapatkan sedikit ASI, sehingga bayi mungkin cepat lelah atau frustrasi dan melepaskan payudara sebelum mendapatkan cukup ASI. Kondisi ini menyebabkan durasi sesi menyusui menjadi sangat singkat atau lebih lama namun tidak efektif. Coban et al. (2021) menjelaskan bahwa gangguan pengeluaran ASI akibat pengosongan payudara yang tidak efektif dapat menyebabkan akumulasi faktor penghambat laktasi (Feedback Inhibitor of Lactation/FIL), sehingga menghambat sekresi ASI berikutnya. Kondisi ini menunjukkan bahwa efektivitas pengeluaran ASI selama proses menyusui menjadi faktor penting dalam mempertahankan produksi ASI secara berkelanjutan.

Setelah pengukuran kedua, terjadi peningkatan proporsi responden dengan durasi menyusui optimal dari 47,22% menjadi 58,33%. Peningkatan ini sejalan dengan perbaikan kualitas teknik perlekatan yang dicapai pada pengukuran kedua, dan secara konsisten mengkonfirmasi prinsip fisiologis bahwa efektivitas pengosongan payudara yang ditentukan oleh kualitas perlekatan merupakan faktor determinan utama dalam mempertahankan durasi menyusui yang adekuat per sesi.

Hubungan Teknik Perlekatan Menyusui dengan Durasi Setiap Sesi Pemberian ASI

Hasil uji korelasi Spearman's Rho menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara teknik perlekatan menyusui dengan durasi setiap sesi pemberian ASI, baik pada pengukuran pertama ($\rho = -0,385$; $p\text{-value} = 0,020$) maupun pengukuran kedua ($\rho = -0,470$; $p\text{-value} = 0,001$).

value = 0,004). Arah korelasi yang negatif bermakna bahwa semakin buruk skor teknik perlekatan, maka semakin tidak optimal durasi menyusui per sesi, dan sebaliknya.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara teknik perlekatan menyusui dengan durasi sesi pemberian ASI pada ibu *postpartum primipara*. Hubungan tersebut tetap konsisten pada dua kali pengukuran dan menunjukkan kecenderungan bahwa semakin baik teknik perlekatan, maka semakin optimal proses menyusui yang berlangsung. Temuan ini memperlihatkan bahwa keberhasilan menyusui bukan hanya ditentukan oleh produksi ASI, tetapi juga oleh kemampuan ibu dan bayi dalam membangun koordinasi menyusui yang efektif. Pada kondisi perlekatan yang baik, bayi mampu membentuk hisapan yang kuat dan ritmis sehingga pengeluaran ASI berlangsung lebih lancar. Sebaliknya, apabila posisi dan perlekatan kurang tepat, bayi memerlukan energi lebih besar untuk memperoleh ASI sehingga proses menyusui menjadi tidak efisien. Temuan tersebut selaras dengan penelitian Wijayanti dan Nurhanifah (2025) yang menyatakan bahwa keberhasilan ASI eksklusif dipengaruhi oleh kesiapan ibu dalam menguasai teknik menyusui yang benar sejak dini, sehingga bayi dapat menyusu secara efektif dan proses menyusui berlangsung lebih optimal.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Wang et al. (2021) yang menjelaskan bahwa efektivitas transfer ASI sangat dipengaruhi oleh posisi bayi dan kualitas perlekatan selama menyusu. Bayi dengan perlekatan yang optimal menunjukkan kemampuan memperoleh volume ASI yang lebih besar dalam waktu relatif lebih efisien dibandingkan bayi dengan perlekatan yang kurang tepat. Penelitian lain oleh Taj et al. (2025) juga menemukan bahwa kualitas *latch* menjadi prediktor penting terhadap keberhasilan menyusui awal, terutama pada ibu *primipara* yang masih berada pada fase pembelajaran. Perlekatan yang tepat terbukti menurunkan kejadian nyeri puting, meningkatkan kenyamanan ibu, serta memperpanjang keberlangsungan menyusui. Hasil tersebut juga konsisten dengan Wijayanti dan Nurhanifah (2025) yang melaporkan bahwa ibu yang memperoleh edukasi mengenai teknik menyusui memiliki peluang lebih besar untuk mencapai keberhasilan menyusui eksklusif dibandingkan ibu yang tidak mendapatkan pembekalan yang memadai.

Peningkatan kekuatan korelasi dari $\rho = -0,385$ pada pengukuran pertama menjadi $\rho = -0,470$ pada pengukuran kedua mengindikasikan bahwa seiring perbaikan teknik perlekatan responden, hubungan antara kualitas perlekatan dan durasi menyusui menjadi semakin konsisten. Hal ini relevan dengan penjelasan Kurniawati dan Srianingsih (2021) bahwa teknik perlekatan yang benar berperan ganda, yakni sebagai faktor fisiologis yang menjamin efisiensi pengeluaran ASI dan sebagai faktor psikologis yang mendukung kenyamanan dan motivasi ibu dalam melanjutkan proses menyusui. Ketika perlekatan sudah lebih baik, ibu merasakan proses menyusui yang lebih nyaman tanpa nyeri pada puting, sehingga motivasinya untuk membiarkan bayinya menyusu dengan baik meningkat, yang secara langsung berkontribusi pada keoptimalan durasi per sesi. Hal ini sesuai dengan pernyataan Amir et al. (2021) bahwa konsekuensi langsung perlekatan yang salah adalah trauma puting seperti lecet atau pecah-pecah, yang seringkali menjadi penyebab utama penghentian menyusui dini karena ibu tidak mampu menahan nyeri saat menyusui.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa teknik perlekatan menyusui merupakan salah satu faktor penting yang berkontribusi terhadap efektivitas proses menyusui pada ibu *postpartum primipara*. Semakin baik teknik perlekatan yang dilakukan, semakin optimal proses transfer

ASI yang berlangsung sehingga durasi setiap sesi pemberian ASI menjadi lebih sesuai dengan kebutuhan bayi. Temuan ini memperkuat pentingnya penguasaan teknik perlekatan sejak awal masa postpartum sebagai bagian dari upaya meningkatkan keberhasilan menyusui dan mendukung pencapaian pemberian ASI eksklusif. Dengan demikian, tujuan penelitian untuk menganalisis hubungan antara teknik perlekatan menyusui dan durasi setiap sesi pemberian ASI telah tercapai serta memberikan bukti bahwa kualitas perlekatan perlu menjadi fokus dalam pelayanan laktasi di fasilitas kesehatan primer.

Hasil penelitian ini memiliki prospek untuk diterapkan dalam penguatan program konseling dan pendampingan laktasi di Puskesmas, khususnya bagi ibu postpartum primipara melalui edukasi praktik perlekatan yang benar, observasi menyusui secara berkala, serta evaluasi keterampilan menyusui sejak masa nifas. Penelitian selanjutnya disarankan mengembangkan kajian dengan melibatkan jumlah sampel yang lebih besar, waktu observasi yang lebih panjang, serta mempertimbangkan faktor lain yang berpotensi memengaruhi keberhasilan menyusui, seperti *breastfeeding self-efficacy*, dukungan keluarga, status psikologis ibu, dan produksi ASI, sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai determinan keberhasilan menyusui.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih dan penghargaan kepada Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, khususnya Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri, atas dukungan yang diberikan selama proses penelitian. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh tenaga kesehatan di Puskesmas Sukorame Kota Kediri atas bantuan, izin, dan dukungan selama pelaksanaan pengumpulan data, serta kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi secara sukarela dan memberikan informasi yang sangat berharga. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing, keluarga, serta semua pihak yang telah memberikan doa, motivasi, dan dukungan sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu kebidanan serta peningkatan kualitas pelayanan kesehatan, khususnya dalam upaya mendukung keberhasilan menyusui.

DAFTAR PUSTAKA

- Amir, L. H., Baeza, C., Charlamb, J. R., & Jones, W. (2021). Identifying the cause of breast and nipple pain during lactation. *BMJ*, 374, n1628. <https://doi.org/10.1136/bmj.n1628>
- Anggraeni, L., Fatharani, W., & Lubis, D. R. (2023). Hubungan tingkat pengetahuan ibu menyusui dengan teknik pemberian ASI secara eksklusif. *Jurnal Education and Development*, 11(2), 129–133. <https://doi.org/10.37081/ed.v11i2.4469>
- Azrimaidaliza, A., Helmizar, H., & Huda, C. N. (2023). Factors associated to early introduction of complementary feeding: Meta analysis study in Indonesia. *International Journal of Health Science & Medical Research*, 2(2), 99–114. <https://doi.org/10.37905/ijhsmr.v2i2.19143>
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Statistik kesejahteraan rakyat 2024*. Badan Pusat Statistik.
- Chainakin, P., Sansiriphun, N., Chaloumsuk, N., & Deeluea, J. (2023). Effectiveness of the Breastfeeding Self-efficacy and Family Support Enhancement Program among First-time Postpartum Mothers: A Randomized Controlled Trial. *Pacific Rim International Journal of Nursing Research*, 27(4), 694–710. <https://doi.org/10.60099/prijnr.2023.262625>



- Coban, A., Bayraktar, S., Yıldız, N., Tunçel, D., Gökçay, G., & Ince, Z. (2021). A case study of early postpartum excessive breast engorgement: Is it related to feedback inhibition of lactation? *Journal of Human Lactation*, 37(2), 414–418. <https://doi.org/10.1177/0890334420962073>
- Diah L, M., Putri, R. A., & V, F. (2022). Hubungan usia dan paritas dengan breastfeeding self efficacy pada ibu post partum. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 5(1), 84–89. <https://jurnal.unw.ac.id/index.php/ijm/article/view/1543>
- Fan, H. S. L., Fong, D. Y. T., Lok, K. Y. W., & Tarrant, M. (2022). The association between breastfeeding self-efficacy and mode of infant feeding. *Breastfeeding Medicine*, 17(8), 687–697. <https://doi.org/10.1089/bfm.2022.0059>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Buku kesehatan ibu dan anak (KIA). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 tentang percepatan penurunan stunting.
- Kurniawati, S., & Srianingsih, S. (2021). Hubungan teknik menyusui dengan produksi ASI pada ibu primipara. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 8(1), 53-60. <https://e-journal.akesrustida.ac.id/index.php/jikr/article/view/133>
- Miradwayana, B., Suryati, S., & Hasnani, F. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan pelaksanaan teknik menyusui dengan benar pada ibu menyusui. *Jurnal Health Sains*, 2(6), 823–834. <https://doi.org/10.46799/jhs.v2i6.193>
- Mujenah, Wahyutri, E., & Noorma, N. (2023). Hubungan teknik menyusui dengan kejadian puting lecet pada ibu post partum di RSD dr. H. Soemarno Sosroatmodjo Tanjung Selor. *Aspiration of Health Journal*, 1(1), 135-145. <https://doi.org/10.55681/aojh.v1i1.94>
- Profil Kesehatan Kota Kediri. (2024). Dinas Kesehatan Kota Kediri.
- Rahayu, R. M., & Hidayat, A. (2023). Ketersediaan ruang laktasi terhadap pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja: Scoping review. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 20–27. <https://journals.uima.ac.id/index.php/jikm/article/view/1886>
- Rahmawati, A. (2020). Manajemen laktasi untuk keberhasilan ASI eksklusif. Pustaka Baru Press.
- Suartiningsih, S. A. K., Astiti, N. K. E., Ningtyas, L. A. W., Sriasih, N. G. K., & Wirata, I. N. (2022). The relationship between breastfeeding contact with breastfeeding self-efficacy in Wangaya Hospital Denpasar City. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia (JNKI)*, 10(4), 285–291. [https://doi.org/10.21927/jnki.2022.10\(4\).285-291](https://doi.org/10.21927/jnki.2022.10(4).285-291)
- Syafitri, E., Mardha, M. S., & Agustina, W. (2022). Frekuensi menyusui, teknik menyusui, dan perawatan payudara dengan bendungan ASI. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, 7(2), 47–58. <https://jurnal.unprimdn.ac.id/index.php/jumkep/article/view/3011>
- Taj, S., Kausar, S., Naz, F., Manzoor, N., & Zareef, S. (2025). Effectiveness of breastfeeding techniques to improve latching and prevention of nipple soreness among primipara mothers: A randomized control trial. *Journal of Neonatal Surgery*, 14. <https://doi.org/10.52783/jns.v14.1610>
- United Nations Children's Fund, & World Health Organization. (2023). Global breastfeeding scorecard 2023: Rates of breastfeeding increase around the world through improved protection and support. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-HEP-NFS-23.17>
- Vernekar, P., Bhandankar, M., & Hiremath, P. (2023). Low latch score: A red flag sign and an educational tool for intervention among mothers to promote exclusive breastfeeding.



- Journal of Health Management*, 25(2), 164–173.
<https://doi.org/10.1177/09732179221135734>
- Wang, Z., Liu, Q., Min, L., & Mao, X. (2021). The effectiveness of the laid-back position on lactation-related nipple problems and comfort: A meta-analysis. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 21, Article 248. <https://doi.org/10.1186/s12884-021-03714-8>
- Wijayanti, L. A., & Nurhanifah, D. (2025). The effectiveness of pregnant women's class on the success of exclusive breastfeeding. *Journal Interdisciplinary Health (JIH)*, 1(2), 19-26. <https://doi.org/10.61099/jih.v1i1.103>
- World Health Organization. (2020). Protecting, promoting and supporting breastfeeding in facilities providing maternity and newborn services: The revised Baby-friendly Hospital Initiative: 2018 implementation guidance: Frequently asked questions. *World Health Organization*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240001459>
- World Health Organization. (2023, December 20). *Infant and young child feeding*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>