

RISK ASSESSMENT LAKTASI

NAMA KELOMPOK :

1. AMALIA ADE FINANTIKA (1910106037)
2. DELLA WINANTI (1910106042)

Definisi Laktasi

Laktasi adalah respons fisiologis ibu di mana susu dikeluarkan dari kelenjar susu untuk memberi makan bayi. Menyusui merupakan kegiatan alamiah yang dilakukan oleh ibu postpartum.

Air susu ibu (ASI) merupakan nutrisi terbaik yang mengandung kebutuhan energi dan zat yang dibutuhkan oleh bayi selama 6 bulan pertama kehidupannya.

Faktor Keberhasilan Laktasi

Menurut Moehyi dalam Pamuji (2020), faktor-faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan laktasi yaitu :

- Proses pertumbuhan jaringan pembuat ASI
- Dimulainya produksi ASI setelah bayi lahir (refleks pembentukan ASI)
- Kelangsungan atau kontinuitas produksi ASI
- Refleks pengeluaran ASI (let down refleks)

Manfaat Laktasi

- Manfaat asi bagi bayi : meningkatkan daya tahan tubuh; sumber nutrisi; meningkatkan jalinan kasih sayang; mengupayakan pertumbuhan lebih baik.
- Manfaat menyusui bagi ibu : mengurangi kejadian kanker payudara; mencegah perdarahan PP; mempercepat pengembalian uterus; dapat digunakan sebagai metode KB sederhana; steril dan aman; selalu tersedia; mengandung antibodi yang menghambat virus.
- Manfaat ASI bagi keluarga : aspek ekonomi, aspek psikologi dan aspek kemudahan.
- Manfaat ASI bagi negara : menurunkan angka kesakitan dan kematian anak; mengurangi subsidi Rumah Sakit; mengurangi devisa untuk membeli susu formula; meningkatkan kualitas generasi penerus bangsa.

Alat Ukur Keberhasilan Laktasi

Perlekatan menyusui dinilai dengan menggunakan alat ukur Latch Assessment tool (Kenner dan Lott, 2014) dengan kriteria :

- Latch atau perlekatan. Skor 0) bila bayi mengantuk, dan tidak mau melekat dan menghisap secara berkelanjutan. Skor 1) bila Berulang kali mencoba untuk melekat dan menghisap, menghisap sesekali. Skor 2) Bila bayi menempel pada payudara, lidah dibawah, bibir tetap terlipat keluar, bayi menghisap secara berirama.
- Audible Swallowing (Suara menelan). Skor 0) Bila tidak terdengar. Skor 1) Bila sesekali dengan rangsangan, dan 2) Bila Spontan dan intermiten (<24 jam).

Lanjutan...

- Type of nipple (jenis puting).Skor 0) Bila puting terbenam atau tertarik ke dalam. Skor 1) Bila puting datar, dan Skor 2) Bila puting menonjol (Setelah dirangsang).
- Comfort of mother (payudara atau puting). Skor 0) Bila payudara bengkak, lecet, berdarah, kemerahan luas, atau memar. Skor 1) Bila payudara penuh, kemerahan, lecet kecil atau memar. Skor 2) Bila payudara lunak, tidak keras.
- Hold or positioning (cara memposisikan). Skor 0) Bila dibantu sepenuhnya (petugas/penolong memposisikan dan memegang bayi pada payudara). Skor 1) Dibantu minimal, petugas mengajarkan pada 1 sisi payudara, 2) Tidak dibantu oleh petugas kesehatan (Ibu mampu memposisikan sendiri bayi ke payudara).

IBU YANG BERISIKO TERKENA MASALAH LAKTASI

- **Masalah laktasi** merupakan **masalah** yang timbul karena keadaan-keadaan khusus yang disebabkan oleh beberapa sebab, ibu yang berisiko terkena masalah menyusui diantaranya disebabkan oleh posisi menyusui yang tidak tepat, ibu yang tidak memenuhi kebutuhan makanan yang bergizi dengan baik, kurangnya menjaga kebersihan pada payudara maupun personal hygiene, dan ibu yang belum memiliki pengalaman menyusui.

MASALAH LAKTASI
PENYEBAB DAN CARA MENGATASI

1. **Putting payudara lecet**

- Putting payudara lecet **disebabkan** karena ibu baru pertama kali menyusui atau kesulitan bayi untuk menempelkan mulutnya pada puting susu ibu, posisi menyusui yang tidak benar juga dapat menyebabkan puting lecet, luka, pecah-pecah, dan berdarah saat menyusui.
- **Cara mengatasi** putting payudara lecet adalah dengan memperbaiki posisi menyusui bayi dengan memastikan mulut bayi menempel pada areola dan dagu bayi menempel pada payudara ibu, Saat hendak melepaskan puting susu dari isapan bayi, pisahkan mulut bayi dengan puting secara perlahan dengan cara menekan bagian payudara dekat mulut bayi menggunakan jari telunjuk, Oleskan sedikit ASI ke area puting yang luka, hal ini berguna untuk mempercepat kesembuhan puting yang lecet.

2. Pengeluaran ASI terlalu sedikit

Pengeluaran ASI yang sedikit **diakibatkan** karena kurangnya intensitas menyusui, ibu mengalami stress, asupan makanan bergizi dan minum yang kurang. **Cara** yang dapat dilakukan untuk menambah produksi ASI diantaranya adalah dengan melakukan pijat oksitosin, memenuhi kebutuhan makanan yang bergizi dan penuhi kebutuhan minum dapat juga ditambah dengan konsumsi susu almond untuk menambah produksi ASI, meskipun ASI masih keluar sedikit tetap susukan pada bayi agar bayi sering menghisap dan akan merangsang produksi ASI, hindari ibu dari stress berusaha untuk selalu bahagia.

3. Pengeluaran ASI terlalu banyak

Pengeluaran ASI yang berlebih sebenarnya lebih baik dibandingkan ASI yang keluar sedikit namun hal ini juga akan menjadi gangguan bagi ibu karena ASI dapat merembes keluar dan membasahi bra, pengeluaran berlebih ini disebabkan karena seringnya ibu memompa ASI, kelebihan hormone prolactin, konsumsi obat-obatan. Untuk memperingan atau mengatasi hal ini ibu dapat melakukan hal-hal seperti tidak mengkonsumsi obat yang dapat menambah produksi ASI, ketika payudara terasa penuh susukan atau pompa lalu simpan ASI di plastik ASI atau Botol ASI dan masukkan ke dalam freezer.

4. Bengkak pada payudara akibat sumbatan ASI

Disebabkan adanya penumpukan ASI di dalam payudara sehingga membuat terasa besar, penuh, dan keras. Biasanya pembengkakan payudara ini dialami oleh salah satu payudara. **Tips** untuk mengatasi dan mengurangi pembengkakan payudara adalah dengan melakukan kompres hangat pada payudara yang bengkak dengan menggunakan washlap dan air hangat, sering menyusui bayi agar tidak terjadi penumpukan ASI didalam Payudara.

5. Payudara besar sebelah

Penyebab masalah payudara besar sebelah adalah karena ibu sering menyusukan di salah satu payudara saja, sehingga produksi ASI lebih banyak dibandingkan dengan payudara yang jarang disusukan. Untuk **mengatasi** hal ini ibu dapat bergantian menyusui antara payudara kanan dan kiri, menyusui dengan payudara yang lebih kecil terlebih dahulu, atau dengan memompa payudara yang lebih kecil agar produksi ASI bertambah.

6. Bayi sulit menyusui

Masalah ini **disebabkan** karena ukuran puting ibu yang terlalu besar sehingga sulit melekat sempurna dimulut bayi dan menyebabkan bayi sulit menyusui. Hal ini biasanya dialami oleh ibu yang baru pertama kali menyusui atau ibu baru, semakin lama sering menyusui maka ukuran dan bentuk payudara akan semakin menyesuaikan mulut bayi. Untuk **mengatasi** hal ini ibu dapat sering menyusukan payudara pada bayi dengan menggunakan bantuan alat yang menyerupai puting susu ibu, atau seperti karet dot.

Sumber

- Martio, M. R., Utami, T. A., & Susilo, W. (n.d.). RELATIONSHIP OF BREASTFEEDING ATTACHMENT (LATCH-ON) WITH BREAST ENGORGEMENT INCIDENCE IN POSTPARTUM MOTHERS. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*, 1–15.
<http://www.mcrhjournal.or.id/index.php/jmcrh/article/downloadSuppFile/71/8>
- Pamuji, S. E. B. (2020). *Hypnolactation Meningkatkan Keberhasilan Laktasi dan Pemberian ASI Eksklusif*. Pustaka Rumah Cinta.
https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=0Jb7DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=laktasi+adalah&ots=XedH5e4Z8M&sig=QIFi2nScLryMt2WL7bfFpjRnuLc&redir_esc=y#v=onepage&q=laktasi+adalah&f=true
- [4. Chapter 2.pdf \(poltekkesjogja.ac.id\)](#)
- <https://hellosehat.com/parenting/bayi/menyusui/masalah-ibu-menyusui/>
- <https://health.kompas.com/read/2020/09/13/090300268/4-penyebab-ibu-mengalami-asi-berlebih?page=all#:~:text=Misalnya%20saja%2C%20Anda%20terlalu%20sering,sempurna%20juga%20bisa%20menjadi%20penyebabnya.>
- <https://www.alodokter.com/faktor-penyebab-asi-sedikit-dan-solusi-mengatasinya>
- <https://www.google.com/search?q=masalah+laktasi&oq=masalah+laktasi&aqs=chrome..69i5713j0i512j0i22i30l2j0i15i22i30l2j0i22i30l2.5739j0j15&sourceid=chrome&ie=UTF-8>