

Correlation between Nutrition Status and Timing of Colostrum Discharge on Postpartum Mother in Regional General Hospital of Makassar

Hubungan Status Gizi dengan Waktu Pengeluaran Kolostrum pada Ibu Nifas di RSUD Kota Makassar

Suri Yani A. Lamani¹, Rosdianah², Ilcham Syarief Kasim³, Hardyanti Pratiwi⁴

¹Prodi Kebidanan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Megarezky

²Prodi Kebidanan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Megarezky

³Prodi Keperawatan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Megarezky

⁴Prodi Gizi, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Megarezky

ilchamsyarief@gmail.com/082131618778

ARTICLE INFO

Article History:

Received

Revised form

Accepted

Keywords:

Nutrition Status;

Timing of Colostrum Discharge;

Kata Kunci:

Status Gizi;

Pengeluaran Kolostrum;

ABSTRACT

Colostrum is the first yellowish liquid given to a newborn. Giving colostrum in less than 120 minutes after birth has an effect on exclusive breastfeeding in the first 4 months. Factors that affect the colostrum discharge are nutritional status, breast care, and suck the baby's suction. The aim of this study is to determine the correlation of nutritional status and timing of colostrum discharge on postpartum mother in Regional General Hospital in Makassar on 2020. The method of data collection was using data from medical records. This study was analytic observational with a cross-sectional study design. Sample were taken by purposive sampling totaling 35 persons. The result showed that of 31 persons (88.6%) with normal nutritional status, there were 30 persons whose colostrum was released quickly and 1 other was slow. While 4 persons (11.4%) with malnutrition, there is 1 person whose colostrum discharge is fast and 3 people who are slow. The results of the bivariate analysis showed that there was a relationship between nutritional status and the time of expulsion of colostrum in postpartum mothers with a p-value of 0.00. It is expected that mothers pay attention to their food intake during pregnancy, during the puerperium and breastfeeding, because it can affect the time of colostrum expulsion.

ABSTRAK

Kolostrum merupakan cairan pertama berwarna kekuning-kuningan yang diberikan baru lahir. Pemberian kolostrum dalam waktu kurang dari 120 menit setelah persalinan berpengaruh terhadap pemberian ASI eksklusif pada 4 bulan pertama. Faktor yang mempengaruhi keluarnya kolostrum adalah status gizi, perawatan payudara, isapan bayi segera setelah lahir. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dengan waktu pengeluaran kolostrum di RSUD Kota Makassar tahun 2020. Metode pengumpulan data dengan menggunakan data rekam medik. Penelitian ini adalah Observasional Analitik dengan desain potong lintang. Sampel diambil secara purposive sampling berjumlah 35 orang. Hasil penelitian menunjukkan dari 31 orang (88,6%) dengan status gizi normal, terdapat 30 orang yang pengeluaran kolostrumnya cepat dan 1 orang lainnya lambat. Sedangkan 4 orang (11,4%) dengan status gizi kurang, terdapat 1 orang yang pengeluaran kolostrumnya cepat dan 3 orang yang lambat. Hasil analisa bivariat menunjukkan bahwa ada hubungan antara status gizi dengan waktu pengeluaran kolostrum pada ibu nifas dengan



nilai pvalue 0,00. Diharapkan kepada ibu agar memperhatikan asupan makanannya selama hamil, selama masa nifas dan menyusui, karena hal itu dapat mempengaruhi waktu pengeluaran kolostrum.

INTRODUCTION

Status kesehatan suatu individu dipengaruhi oleh berbagai faktor lainnya, seperti status pendidikan, status ekonomi, infrastruktur dan sebagainya. Status nutrisi dari seorang bayi juga sangat berhubungan dengan status nutrisi dari ibu hamil. Untuk menghasilkan ASI yang cukup, payudara harus tumbuh dan berkembang dengan baik dimulai sejak masa pubertas dan akan dilengkapi saat kehamilan. Pertambahan berat badan dari ibu yang ideal saat hamil dan berat bayi lahir yang cukup itu merupakan indikator tidak langsung status nutrisi yang baik saat proses kehamilan. Keadaan ini lah yang dapat menunjukkan kecukupan cadangan energi saat memasuki fase dari laktasi.¹ WHO (*World Health Organization*) sangat menganjurkan agar semua bayi bisa mendapatkan kolostrum (ASI hari pertama sampai ketiga), yang mana memiliki fungsi, melawan serta menjaga tubuh dari infeksi dan mendapat ASI Eksklusif 6 bulan untuk menjamin kecukupan gizi dari bayi. Hasil riset kesehatan dasar, di Indonesia proporsi ibu yang memberikan semua kolostrum terhadap bayi baru lahir adalah 85.4%, dan di Sulawesi selatan sebesar 82.1%.²

Kolostrum yang di peroleh melalui suatu proses pembentukan yang disebut laktogenesis terdiri dari tiga tahap. Pada tahap pembentukan laktogenesis II, ini diatur oleh suatu sistem endokrin yang terjadi ketika seorang ibu mengalami proses kehamilan dan hari-hari pertama persalinan, jumlah dari kolostrum dan ASI akan semakin banyak itu terjadi sekitar 30-40 jam setelah melahirkan, sehingga jika pada hari pertama atau dalam waktu <30 jam bayi sudah sangat aktif menyusu pada ibunya, maka dapat dikatakan bahwa pengeluaran ASI ibu dapat dikatakan cepat, karena meskipun ASI sudah dapat diolah atau dibentuk saat pertengahan kehamilan, hormone progesteron yang muncul ketika seorang ibu hamil akan dapat menekan pengeluaran dari kolostrum oleh payudara. Beberapa studi menunjukkan bahwa prevalensi yang terjadi akibat dari terlambatnya dari laktogenesis antara lain, 33% dialami oleh primipara dan 5% akan dialami oleh multipara dengan status gizi obesitas. ^{3,4} Penelitian sebelumnya juga menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan waktu pengeluaran kolostrum pada ibu nifas di RSUD Kota Yogyakarta yaitu status gizi yang baik berkorelasi dengan waktu pengeluaran kolostrum yang lebih cepat. ⁵

Berdasarkan studi pendahuluan yang saya dilakukan di RSUD Kota Makassar maka di peroleh data jumlah ibu nifas pada tahun 2019 dari bulan Januari – November sebanyak 823 ibu nifas. Berdasarkan hasil observasi yang di lakukan didapatkan bahawa waktu pengeluaran kolostrum yaitu pada hari pertama. Tetapi, melalui wawancara bidan rata-rata waktu

pengeluaran kolostrum ibu nifas pada hari pertama dan ke tiga. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan waktu pengeluaran kolostrum pada ibu nifas di RSUD Kota Makassar Tahun 2020.

MATERIAL AND METHOD

Penelitian ini merupakan obesrvasional *Analitik*, Pada penelitian ini, dilakukan pengamatan atau observasi terhadap status gizi dan waktu pengeluaran kolostrum dengan menggunakan pendekatan *cross sectional study*. Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan data sekunder. Data sekunder adalah data yang dilihat dari rekam medis / buku KIA, data sekunder dalam penelitian ini adalah status gizi, umur dan jenis persalinan. Sampel pada penelitian ini adalah 35 ibu nifas di RSUD Kota Makassar pada bulan Maret-Agustus 2020, dengan kriteria inklusi yaitu: ibu nifas yang bersedia menjadi responden, ibu nifas antara hari pertama hingga hari kedua, tanpa komplikasi, berusia antara 20-35 tahun dan dengan primi para. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu ibu nifas yang menderita karsinoma payudara dan mengalami stres.

RESULTS AND DISCUSSION

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Karakteristik Responden	Frekuensi	Presentasi
Umur		
20 – 27 tahun	18	51,4
28 – 35 tahun	17	48,6

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan status gizi dengan pengeluaran kolostrum pada ibu nifas di RSUD Kota Makassar pada tahun 2020 yaitu sebagian besar berusia diantara 20 dan 27 tahun. Distribusi reponden berdasarkan status gizi ibu nifas menunjukkan bahwa dari 35 orang yang memiliki gizi baik sebanyak 31 orang (88,6%) dan yang memiliki gizi kurang baik 4 orang (11,4%). Berat badan seorang ibu yang mengalami status gizi dibawah dapat dinyatakan sebagai *underweight* atau kekurusan, dan berat badan seorang ibu yang mengalami status gizi diatas batas dapat dinyatakan sebagai *overweight* atau kegemukan. Seorang ibu yang memiliki status gizi dibawah batas yang telah ditentukan akan sangat mudah diserang oleh penyakit dan infeksi, sementara berat yang melebihi batas yang telah ditentukan akan lebih beresiko tinggi terhadap penyakit degeneratif.⁶



Sedangkan distribusi responden berdasarkan waktu pengeluaran kolostrum menunjukkan bahwa dari 35 orang yang memiliki waktu pengeluaran kolostrum cepat sebanyak 31 orang (88,6%) dan yang memiliki waktu pengeluaran kolostrum lambat sebanyak 4 orang (11,4%). Beberapa faktor mempengaruhi waktu pengeluaran kolostrum pada ibu bersalin yaitu jenis persalinan⁷, jenis perawatan payudara⁸, daya hisap bayi⁹ dan status gizi ibu^{4,5}, Faktor-faktor lainnya yang berpengaruh terhadap pengeluaran kolostrum adalah makanan, ketenangan jiwa dan pikiran, penggunaan alat kontrasepsi, anatomis payudara, faktor fisiologi, pola istirahat, faktor obat-obatan, berat bayi lahir, umur kehamilan saat melahirkan, dan konsumsi alcohol atau rokok.¹⁰

Kolostrum yaitu ASI yang dihasilkan oleh ibu pada hari pertama sampai hari ketiga setelah bayi lahir. Kolostrum merupakan cairan yang agak kental dan berwarna kekuning-kuningan, lebih kuning apabila dibandingkan dengan ASI matur, yang bentuk agak kasar karena kolostrum mengandung butiran lemak dan sel-sel epitel. Kolostrum sangat kaya akan antibodi yang penting untuk pertahanan bayi terhadap infeksi untuk jangka waktu sampai 6 bulan dan bisa memenuhi kebutuhan bayi.¹¹

Tabel 2. Hubungan statu gizi dengan waktu pengeluaran kolostrum

Status gizi	Waktu pengeluaran				Jumlah	Nilai <i>p</i> < α	
	Kolostrum						
	cepat	lambat	n	%			
	n	%	n	%	n	%	
Baik	30	96,8	1	25,0	31	88,6	0,000
Kurang baik	1	3,2	3	75,0	4	11,4	
Total	31	100	12	100	35	100	

Sumber : Data sekunder, 2020

Berdasarkan hasil penelitian ibu nifas di RSUD Kota Makassar menunjukkan bahwa dari 35 orang ibu, yang memiliki status gizi baik sebanyak 31 orang (88,6%) dimana sebagian besar kolostrumnya cepat yaitu kurang atau samadengan satu hari. Sedangkan yang memiliki gizi kurang baik sebanyak 4 orang sebagian besar waktu pengeluaran kolostrumnya lambat atau lebih dari satu hari. Hasil uji *Chi Square* maka didapatkan $p = 0,00$ lebih kecil dari $\alpha = 0,05$, hal ini berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan waktu pengeluaran kolostrum pada ibu nifas.

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yaitu di wilayah puskesmas patebon 01 kabupaten Kendal yang menunjukkan adanya hubungan antara ibu dengan status gizi baik dengan pengeluaran kolostrum. Ibu nifas yang mempunyai gizi dan nutrisi yang baik akan mempengaruhi kinerja dari tubuh yang optimal. Sehingga metabolisme tubuh seperti pengeluaran dari kolostrum menjadi baik. Begitu juga sebaliknya, bila status gizi kurang baik atau jelek, metabolisme dapat menghambat pengeluaran dari kolostrum.¹² Sama halnya studi di RSUD Kota Yogyakarta menunjukkan bahwa dari 52 responden yang mengalami pengeluaran kolostrum cepat, sebanyak 57,7% memiliki status gizi tidak beresiko dan 42,3% yang memiliki status gizi beresiko dan secara statistik menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan pengeluaran kolostrum.⁵

Pola makan merupakan bagian dari penentu yang akan menentukan apakah ibu itu akan berhasil atau tidak dalam proses menyusui nantinya. Hal inilah yang menyebabkan kenapa seorang ibu yang menyusui dianjurkan untuk mengkonsumsi makanan yang memiliki gizi seimbang. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa ibu dengan kondisi gizi yang baik, biasanya seorang ibu itu akan bisa untuk menyusui bayinya minimal 6 bulan lamanya. Begitupun sebaliknya apabila ibu dengan kondisi gizi yang kurang baik, biasanya seorang ibu itu tidak akan mampu untuk menyusui bayinya selama 6 bulan lamanya, bahkan dapat menyebabkan ASI ibu tidak keluar yang dikarenakan oleh tidak adanya simpanan lemak ibu.¹³

Kemunduran waktu pengeluaran ASI pertama atau kolostrum terjadi jika seorang ibu mengalami kekurangan asupan zat gizi saat menyusui. Terlebih jika pada saat kehamilan ibu sudah mengalami kekurangan zat gizi. Bahan makanan yang dianjurkan untuk dikonsumsi adalah sumber protein seperti ikan, telur dan kacang-kacangan, sumber vitamin dari sayur dan buah untuk menjamin kadar vitamin didalam ASI dan dengan pola makan gizi seimbang. Jumlah dari pengeluaran ASI akan sangat bergantung pada besarnya cadangan lemak yang tertimbun selama hamil. Jika status gizi ibu baik, disertai konsumsi zat gizi yang sangat baik, ibu menyusui akan sehat optimal dan produktif. serta pengeluaran ASI yang cukup banyak yang dapat menyebabkan bayi bisa sehat dan cerdas. Jika status gizi ibu menyusui kurang baik, dan konsumsi zat gizi kurang, baik maka ibu menyusui menjadi kurus dan tidak produktif dan pengeluaran ASI tidak mencukupi dan dapat berdampak pada kesehatan bayi.

Pada penelitian ini terdapat 2 kesenjangan yaitu yang pertama terdapat 1 orang ibu yang gizinya baik tetapi waktu pengeluaran kolostrumnya lambat dan 1 orang ibu yang gizinya kurang baik tetapi waktu pengeluaran kolostrumnya cepat. Hal ini kemungkinan terjadi karena ada beberapa faktor lainnya yang mempengaruhi waktu pengeluaran kolostrum ibu yaitu umur, paritas, gangguan kelenjar tiroid dan stres. Jadi di sini walaupun gizi ibu baik tetapi faktor



pendukung lainnya tidak menunjang maka akan memperlambat waktu pengeluaran kolostrum ibu. Sedangkan pada ibu dengan gizi kurang tetapi pengeluaran kolostrumnya cepat, kemungkinan dikarenakan motivasi dan keaktifan ibu yang sangat baik dalam pemberian ASI sehingga menstimulasi hormon dan kelenjar payudara semakin banyak, hal ini sesuai teori Reosli menyatakan bahwa hisapan bayi akan merangsang otot puting susu yang akhirnya merangsang otot polos dalam buah dada agar berkontraksi. Apabila payudara di berikan rangsang oleh hisapan bayi, jumlah dari hormon prolaktin dalam darah akan meningkat dan mencapai puncaknya dalam periode 45 menit, kemudian kembali ke kadar sebelum rangsangan pada 3 jam kemudian. Keluarnya hormon prolaktin menstimulasi sel di dalam alveoli untuk memproduksi ASI, dan hormon ini juga terdapat dalam ASI itu sendiri.

CONCLUSION

Kesimpulan dari penelitian ini adalah berdasarkan hasil analisis statistic terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan waktu pengeluaran kolostrum pada ibu nifas. Semakin baik status gizinya maka kemungkinan pengeluaran kolostrumnya semakin cepat yaitu kurang dari atau sama dengan satu hari.

Daftar Pustaka

1. Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI). 2010. Indonesia Menyusui. Jakarta: IDAI.
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar 2018. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
3. Riordan, J. 2005. *Breastfeeding And Human Lactation* (Sutbury). Jones and Bartlett.
4. Nommens-Rivers, LA., Caroline J Chantry, Janet M Peerson. Roberta J Cohen and Kathryn G Dewey. 2010. Delayed onset of lactogenesis among first time mother is related to maternal obesity and factors associated with ineffective breastfeeding. *The American Journal of Clinician*. Volume 92 (2): 572-584
5. Muti'ati, F. 2017. Hubungan status gizi dengan waktu pengeluaran kolostrum pada ibu nifas di RSUD Kota Yogyakarta tahun 2016 (skripsi). Yogyakarta; Politeknik Kesehatan Yogyakarta.
6. Supriasa ID, Bachyar Bakri, and Ibu Fajar. 2013. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC
7. Dina, AA., Sumarah, and Ana Kurniati. 2017. Jenis persalinan dengan waktu pengeluaran kolostrum pada ibu bersalin kala IV di Kota Yoyakarta. *Kesehatan Ibu dan Anak*. Volume 11 (2): 43-48

8. Kuswati and Heni Istikomah. 2017. Peningkatan kecepatan pengeluaran kolostrum dengan perawatan totok payudara dan pijat oksitosin pada ibu post partum. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan* Volume 6 (2): 118-240.
9. Fitriyanti, Joserizal, S., and Sunesni. 2015. Pengaruh mobilisasi ibu post partum terhadap pengeluaran kolostrum. *Jurnal Kesehatan Andalas*. Volume 4 (1): 30-36.
10. Marmi. 2013. *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
11. Kristiyanasari, W. 2011. *Asi, menyusui dan sadari*. Yogyakarta: Nuha Medika.
12. Nani, S.A., and Masrurroh. 2015. Hubungan status gizi dengan waktu pengeluaran kolostrum pada ibu nifas di Wilayah Puskesmas Patebon 01 Kabupaten Kendal. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. Volume 6 :1-6.
13. Proverawati, A. 2009. *Buku Ajar Gizi Untuk Kebidanan*. Yogyakarta; Nuha Medika. Page 90,168.