

**DEPRESI POST PARTUM DAN INVERTED NIPPLE GRADE 1
MENGHAMBAT PRAKTIK PEMBERIAN ASI**

*Postpartum Depression And Inverted Nipple Grade 1
Inhibit Breastfeeding Practices*

M. Agung Prasetya Adnyana Yoga¹, Dian Isti Anggraini², Fitria Saftarina³
^{1,2,3}Magister Kesehatan Masyarakat Universitas

Lampung

*)korespondensi : agungprasetyayoga@gmail.com

Article History

Submitted: 13-05-2024

Resived: 15-05-2024

Accepted:19-06-2024

ABSTRACT

Breast milk is the best food for infants because it contains complete nutritional values to support infant growth and development. However, anatomical abnormalities in the nipple such as inverted nipple and psychological factors of post partum depression affect the success of breastfeeding practices. This study was design to determine the effect of post partum depression and inverted nipple grade 1 on breastfeeding practices. This study was used a case study method with a nutritional needs management approach for breastfeeding mothers on respondents who breastfeed babies aged 16 months, the Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) questionnaire is used to assess post partum depression and if the EPDS score ≥ 10 then the mother is indicated to have post partum depression. Data regarding inverted nipple in mothers using secondary data. Food recall 1 x 2 4 hours was used to assess the mother's food consumption pattern followed by calculation of the level of nutrient fulfilment to quantitatively assess the mother's macronutrient intake in terms adequate or inadequate category. The total EDPS score was 13 so that the mother was included in post partum depression and based on secondary data and Aesthetic Surgery diagnosis guidelines, the mother was categorised as having inverted nipple grade 1. Both factors can hinder the continuity of breastfeeding practices. Support from husband and family as well as using the breast pump method on inverted nipples can help mothers to produce adequate amounts of breast milk. Quantitative analysis of the level of fulfilment of maternal nutrients in the adequate category, namely energy intake of 113% (good), protein intake of 113% (good), fat intake of 82% (moderate) and carbohydrate intake of 111% (good). Post partum depression and inverted nipple can inhibit breastfeeding practices, so premarital counselling and education about psychological disorders and anatomical abnormalities of the nipple during antenatal care (ANC) are needed for mothers and husbands to increase the success of breastfeeding practices for infants.

Keywords: *Breastfeeding Mothers, Post Partum Depression, Inverted Nipple Grade 1*

ABSTRAK

ASI menjadi makanan yang terbaik untuk bayi namun karena mengandung nilai gizi yang lengkap untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi. Namun kelainan anatomi pada puting susu seperti *inverted nipple* dan faktor psikologis depresi post partum berpengaruh terhadap keberhasilan praktik pemberian ASI. Tujuan studi kasus ini untuk mengetahui pengaruh *depresi post partum* dan *inverted nipple grade 1* terhadap praktik pemberian ASI. Laporan kasus ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan manajemen kebutuhan gizi ibu menyusui pada responden yang menyusui bayi yang berusia 16 bulan, kuesioner *Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)* digunakan untuk menilai depresi post partum dan bila skor EPDS ≥ 10 maka ibu terindikasi mengalami *depresi post partum*. data mengenai *inverted nipple* pada ibu menggunakan data sekunder. *Food recall 1 x 2 4 jam* digunakan untuk menilai pola konsumsi pangan ibu dilanjutkan dengan perhitungan tingkat pemenuhan zat gizi untuk menilai secara kuantitatif asupan zat gizi makro ibu dalam kategori adekuat atau tidak adekuat. Diperoleh total skor EDPS yaitu 13 sehingga ibu termasuk dalam depresi post partum dan berdasarkan data sekunder dan pedoman diagnosis *Aesthetic Surgery*, ibu dikategorikan mengalami *inverted nipple grade 1*. Kedua faktor tersebut dapat menghambat keberlangsungan praktik pemberian ASI. Dukungan dari suami dan keluarga serta menggunakan metode pompa ASI pada puting yang mengalami *inverted* dapat membantu ibu agar produksi ASI yang diberikan dalam jumlah yang adekuat. Analisis kuantitatif tingkat pemenuhan zat gizi ibu dalam kategori adekuat yaitu asupan energi 113 % (baik), asupan protein sebanyak 113% (baik) , asupan lemak sebanyak 82% (sedang) dan asupan karbohidrat sebanyak 111 % (baik). *Post partum depresi* dan *Inverted nipple* dapat menghambat praktik pemberian ASI sehingga konseling pranikah dan edukasi mengenai gangguan psikologis dan kelainan anatomi pada puting susu pada masa *antenatal care (ANC)* sangat dibutuhkan untuk ibu dan suami agar dapat meningkatkan keberhasilan praktik pemberian ASI pada bayi.

Kata kunci : Ibu Menyusui, Depresi Post Partum, *Inverted Nipple Grade 1*

PENDAHULUAN

Puting susu terbalik (*inverted nipple*) adalah kelainan yang terjadi pada 3% wanita, dengan keterlibatan bilateral pada 86,8% wanita yang mengalami *inverted nipple*. Tingkat prevalensi yang lebih tinggi sebesar 9,8% telah dilaporkan pada wanita hamil (Nabulsi *et al.*, 2022). *Inverted nipple* dapat menyulitkan bayi baru lahir untuk menyusui dan kegagalan menyusui yang berulang kali

akan menyebabkan ibu mengalami kelelahan fisik dan mental, selain itu karena perlekatan yang buruk antara mulut dan puting dapat mengakibatkan nyeri pada payudara dan puting pecah-pecah, yang secara signifikan mengurangi tingkat pemberian ASI, sehingga menimbulkan efek buruk bagi ibu dan bayi (Fang, Y *et al.*, 2021). *Post partum Psychosis*, dapat menyebabkan ibu enggan menyusui sehingga bayi akan mengalami kekurangan

gizi (Linda, 2023). Insiden PPD adalah sekitar 10-15% Jumlah total penderita depresi di seluruh dunia adalah sekitar 322 juta orang dan kasus ini terus meningkat. Asia Tenggara dan Wilayah Pasifik Barat dengan prevalensi depresi di Asia Tenggara sebesar 27%. Prevalensi depresi di Indonesia adalah 3,7% dan Indonesia menduduki peringkat kedua setelah India (4,5%). Berdasarkan data yang berasal dari *Centers for Disease Control* dari tahun 2004 hingga 2012, prevalensi depresi pascamelahirkan adalah 11,5% di 27 negara (Astari & Yuwansyah, 2022).

Menyusui menjadi hak asasi manusia yang memiliki banyak manfaat jangka panjang kepada anak karena ASI menyediakan nutrisi yang lengkap. Menyusui secara eksklusif akan melindungi anak dengan latar belakang sosial ekonomi yang rendah untuk melawan stunting, selain itu juga ASI mencegah terjadinya penyakit infeksi, kematian pada infant dan penyakit kronis dalam siklus kehidupan. Semakin lama ibu menyusui anaknya maka resiko terjadinya diabetes melitus tipe 2, kanker payudara, kanker ovarium dan kanker endometrial akan semakin rendah (Boccolini CS *et al.*, 2023). Bila pemberian ASI berhasil dengan baik maka berat badan bayi akan bertambah, integritas kulit menjadi baik dan tonus otot akan berkembang dengan optimal. Ibu menyusui memerlukan asupan nutrisi yang adekuat karena berperan dalam produksi air susu yang berkualitas dalam jumlah yang cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi bayinya, namun tetap harus memperhatikan makanan yang menjadi pantangan ibu menyusui (Pritasari *et al.*, 2017).

Proporsi ibu yang melaporkan melakukan inisiasi menyusui dini (IMD) dan ASI eksklusif meningkat secara signifikan antara tahun 2002 dan 2017 ($p < 0,05$), dengan peningkatan yang lebih besar pada ibu-ibu yang berasal dari sosial ekonomi yang lebih tinggi, bekerja di sektor profesional, dan tinggal di provinsi Jawa dan Bali (Saputri,

N.S., 2020). Dalam penelitian Idris dan Astari (2023) disebutkan bahwa terdapat 51,6% ibu memberikan ASI eksklusif di Indonesia. Proporsi tertinggi berada di wilayah Nusa Tenggara (72,3%), sedangkan yang terendah di provinsi Kalimantan (37,5%). Ibu yang tinggal di wilayah Nusa Tenggara, Sulawesi, Jawa-Bali, dan Sumatera memiliki peluang yang lebih tinggi untuk memberikan ASI eksklusif dibandingkan dengan ibu yang tinggal di wilayah Kalimantan (Idris & Astari, 2023)

Beberapa faktor yang dapat mengurangi keberhasilan praktik ASI eksklusif yaitu adanya *inverted nipple* (puting terbalik) sering mengalami kesulitan dalam menyusui karena pelekatan bayi yang tidak adekuat yang dapat menyebabkan ekstraksi ASI yang tidak adekuat, mengakibatkan ibu frustrasi dan tidak memberikan rasa kenyang pada bayi sehingga terjadi penghentian pemberian ASI sebelum waktunya (Nabulsi, M *et al.*, 2022). Selain itu faktor psikologis seperti depresi pasca persalinan memiliki dampak serius pada kesehatan fisik dan mental ibu dan anak (Liu, X *et al.*, 2022). Ketika ibu sedang stress atau mengalami masalah psikologis maka produksi ASI akan menurun, selain itu terdapat 38% ibu berhenti menyusui dikarenakan produksi ASI yang tidak mencukupi (Rusdin *et al.*, 2023).

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *depresi post partum* dan *inverted nipple grade 1* terhadap praktik pemberian ASI.

METODE

Laporan kasus ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan manajemen kebutuhan gizi ibu menyusui di tanggal 8 april 2024. Pengumpulan data dilakukan saat fase ibu menyusui anaknya yang berusia 16 bulan. Indikator yang di evaluasi yaitu menilai Angka Kecukupan Gizi (AKG), *depresi post partum* dengan kuesioner *Edinburgh Postnatal Depression Scale*

(EPDS) bila skor EPDS ≥ 10 maka ibu terindikasi mengalami *depresi post partum*. Penilaian konsumsi makanan dengan menggunakan *food recall* 1 x 24 jam. Untuk mengetahui tingkat pemenuhan zat gizi ibu maka menggunakan rumus asupan zat gizi ibu dibagi dengan AKG koreksi dikalikan 100 %. Kategori tingkat pemenuhan zat gizi menggunakan pedoman atau nilai *cut off* dari Departemen Kesehatan tahun 1990 yaitu pemenuhan zat gizi baik ($\geq 100\%$), sedang (80 – 90%), kurang (70 – 79%) dan defisit (< 70%).

Inverted nipple grade 1 di evaluasi dengan menggunakan kriteria derajat penilaian dari *Aesthetic Surgery Journal* dengan indikator puting mudah di retraksi, kenormalan dari duktus saluran ASI, kemampuan untuk menyusui, derajat fibrosis minimal atau tidak ada fibrosis dan kenormalan dari duktus laktiferus (Gould, D. J *et al.*, 2015). Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, pemeriksaan fisik dan menggunakan data sekunder dari buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) dan Kartu Menuju Sehat (KMS).

HASIL

Anamnesis dilakukan pada tanggal 5 april 2024, ibu memiliki anak pertama perempuan yang berusia 16 bulan dan saat ini masih diberikan ASI dan Makanan Pendamping ASI. Ibu memiliki riwayat kehamilan cukup bulan (post term) 41 minggu, tidak dapat memberikan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) dikarenakan pasca menjalani operasi *sectio caesarea* (SC) di Rumah Sakit. ASI baru dapat keluar di hari ke 3 pasca persalinan. ASI dapat keluar kurang lebih sebanyak 30 cc pada hari ke 3 pasca persalinan, sebelum hari ke 3 ASI hanya keluar satu sendok makan setiap kali di pompa. Ibu juga memiliki kondisi *inverted nipple grade* 1 di payudara kiri, namun ibu tetap memberikan ASI nya dengan bantuan pompa asi (*suction*). Bayi selama menyusui tidak pernah mengalami sianosis dan tersedak. Pada saat

anak umur 3 bulan, ibu tidak melakukan puasa ramadhan untuk keberlangsungan kelancaran ASI nya namun saat anak sudah berusia lebih dari 3 bulan, Ibu dapat menjalani puasa dan ASI masih terproduksi dengan kadar yang optimal. Ibu pernah memiliki riwayat mengalami *depresi post partum* dengan gejala adanya afek depresif, mudah murung, kehilangan minat dan kurangnya tenaga untuk melakukan aktivitas sehari – hari, dan dimana gejala tersebut berlangsung dari lahir sampai anak berusia 6 bulan.

Ibu tidak minum obat apapun selama timbulnya gejala tersebut namun ibu masih tetap memberikan ASI dalam kadar atau volume yang adekuat. Ibu pulih dengan kondisi psikologis yang stabil setelah anak berusia 6 bulan namun dibantu dengan adanya dukungan sosial dari keluarga sehingga terbentuk suasana yang nyaman. Pencetus terjadinya depresi post partum dikarenakan kurangnya support sistem dari suami dan keluarga mertua, adanya *body shaming* dan *internal conflict* menjadi faktor risiko terjadinya depresi post partum. Kebosanan yang dialami ibu dan kurangnya aktivitas fisik menjadi faktor yang meningkatkan risiko terjadinya depresi post partum sehingga terjadi perubahan nafsu makan yang meningkat. Riwayat penyakit yang diderita ibu yaitu asma bronkhiale dan kehamilan post term 41 minggu dengan oligohidramnion dan dilakukan operasi SC dengan metode *Enhanced Recovery After Surgery* (ERACS) atas indikasi tersebut. Selama melakukan antenatal care (ANC) dilakukan dengan rutin di dokter spesialis kandungan.

Hari Pertama Haid Terakhir (HPHT) tanggal 7 Maret 2022 dan hari taksiran persalinan tanggal 14 februari 2022. Sebelum hamil 65 kg dan pada saat hari kelahiran berat badan bertambah menjadi 88 kg, sehingga dapat disimpulkan ibu mengalami pertambahan berat badan sebanyak 23 kg dimana seharusnya penambahan BB maksimal ibu hamil yaitu 15 kg.

Frekuensi Pemberian ASI

Tabel 1. Angka Kecukupan Gizi Ibu Menyusui

Zat gizi		Zat gizi	
Energi (kkal)	2659	Air (ml)	3.427
Protein (g)	70.9	Kalsium (mg)	1.381
Karbohidrat (g)	425.45	Vitamin A(RE)	1.059
Lemak (g)	76.8	Vitamin D (mcg)	17.7
Serat (g)	43.8	Biotin (mcg)	40.4
Folat (mg)	572	Kolin (mcg)	627.2
Vitamin C (mg)	88	Besi (mg)	21.2

Ibu memberikan ASI saat usia bayi 0 – 2 bulan tanpa tambahan apapun dan diusahakan menyusui setiap 2 jam dan tetap menyesuaikan pada saat bayi nya (buang air besar, tidur, mandi dan lain sebagainya) dan setelah usia 2 bulan pemberian ASI eksklusif mengikuti jadwal selaparnya bayi hingga anak usia 16 bulan dengan tambahan MPASI.

MPASI

Ibu memberikan MPASI pada anak nya dimulai usia 6 bulan. Usia 6 – 7 bulan, ibu menggunakan MPASI instan promina dikarenakan situasi dan kondisi yang menyulitkan ibu untuk memasak dan karena nutrisi di makanan instan bayi sudah terukur namun tetap ada penambahan dari minyak ayam atau minyak daging di setiap pemberian makan lalu snacknya berupa roti marie promina.

Usia > 7 bulan – 11 bulan, MPASI dibuat sendiri dirumah (*home made*) menunya seperti pengenalan protein hewani berasal dari telur, ayam, ikan, daging, udang, telur puyuh, telur bebek, teri, nasi dan lain sebagainya. Tekstur menyesuaikan usia dari yang saring halus sampai hanya di ulek – ulek kasar.

Usia 12 bulan, mulai makan dengan tekstur yang mirip orang dewasa dan tidak perlu di ulek lagi hanya dibuat empuk saja. Misalnya nasi dan sayur dibuat lembut. Dan diusia lebih dari 12 bulan hingga 16 bulan sudah bisa memakan makanan keluarga.

Dalam kondisi normal jadwal makan utama 3 kali dalam sehari (pagi, siang dan sore) dan jadwal pemberian snack diantara jadwal makan utama. Menu snacknya saat ini sudah beragam seperti agar – agar, telur, buah – buahan dan roti.

Pemeriksaan fisik ibu berusia 27 tahun dengan keadaan umum dalam kondisi baik, kesadaran compos mentis, berat badan 65 kg, tinggi badan 164 cm, indeks massa tubuh 25, lingkar lengan atas 26 cm, lingkar perut 31.5 cm, tekanan darah 100/70 mmhg dan suhu 36° C. Sedangkan untuk anak ibu usia 16 bulan, perempuan, berat badan saat ini 10 kg, berat badan saat lahir 3000 gram, panjang badan lahir 50 cm, tinggi badan saat ini 75 cm, APGAR score 9, lingkar kepala 46 cm dengan status imunisasi dasar lengkap.

Berdasarkan penilaian pertumbuhan bayi menggunakan kurva *Z Score* maka pertumbuhan lingkar kepala anak ibu masih di dalam rentang yang normal yaitu 0 SD dalam kondisi normal, berat badan menurut umur (BB/U = - 1 SD dalam kondisi berat badan normal), panjang badan menurut umur (PB /U = - 2SD dalam kondisi normal) dan berat badan menurut panjang badan (BB/PB yaitu 1 SD dalam kondisi gizi baik)

Diagnosa saat ini yaitu ibu menyusui usia 16 bulan dengan inverted nipple grade 1 dengan riwayat depresi post partum. Dengan rencana intervensi memberikan konseling gizi terkait dengan mengkonsumsi makanan sesuai

kebutuhan energi dan zat gizi makro. Mengonsumsi makanan dengan komposisi gizi seimbang dengan menambah porsi protein hewani, nabati, sayur dan buah. Porsi kecil diberikan sering berupa 3 makanan utama dan 4 kali makanan selingan. Bentuk makanan biasa, menu disesuaikan dengan selera dan kondisi ibu. melengkapi jenis bahan makanan

bervariasi. Pentingnya mengonsumsi beragam asupan sayur dan buah serta protein untuk dilengkapi di asupan makan ibu menyusui, asupan makanan sesuai kebutuhan energi dan zat gizi makro minimal 80%) ,jenis bahan makanan dan frekuensi makan sesuai gizi seimbang dan menjaga berat badan normal sesuai IMT.

Pemenuhan Nutrisi Ibu Menyusui

Tabel 2. Pola Makan Ibu Menyusui

	Penukar	Energi	Protein	Lemak	Karbohidrat
Makanan pokok	5	875	20	-	200
Hewani	4	275	28	17	-
Nabati	3	225	15	9	21
Sayuran	3	75	3	-	15
Buah	4	200			48
Gula	4	200	-	-	48
Minyak	5	150	14	12	20
Susu sapi	2	400	14	12	20
Total		2.500	94	50	372

Pemenuhan nutrisi selama menyusui yaitu ibu makan sehari sebanyak 6 kali dalam satu hari dimana untuk setiap kali makan nya sebanyak 2 centong *rice cooker*. Untuk pemenuhan nutrisi akan kebutuhan protein sebagai zat pembangun berasal dari protein nabati dengan mengonsumsi tempe dan tahu serta protein hewani yang berasal dari daging ayam goreng dengan kulit. Ibu juga makan sayuran sebanyak 3 porsi dalam sehari, buah yang di konsumsi berasal dari pisang muli, strawberry, mangga, (2 - 3 kali dalam 1 hari). Selama menyusui ibu mengonsumsi susu sebanyak 2 kali dalam sehari. Selain itu ibu mengonsumsi ASI *Booster* sebanyak 2 tablet dalam sehari setelah makan. Dan suplementasi calcium untuk pencegahan defisiensi calcium

Berdasarkan penilaian menggunakan kuesioner EPDS didapatkan skor 13, sehingga ibu perlu berkonsultasi dengan psikolog atau dokter spesialis kejiwaan agar kesehatan mental ibu kembali pulih dan berdasarkan data rekam medis dan pemeriksaan fisik dengan

menggunakan panduan dari *Aeshtetic Surgery* didapatkan hasil pemeriksaan fisik berupa *inverted nipple grade 1*.

Berikut hasil perhitungan AKG pada ibu usia 27 tahun dengan berat badan aktual 65 kg dan berat badan standar AKG 55 kg. Ibu saat ini sedang menyusui anak nya yang berusia 16 bulan. Berikut rumus yang digunakan untuk menghitung zat gizi pada ibu yaitu berat badan aktual dibagi berat badan standar AKG lalu dikalikan dengan angka kecukupan per nilai zat gizi standar dengan melihat pada tabel AKG dari PMK No 28 Tahun 2019.

Kualitas ASI dipengaruhi dari nutrisi yang dikonsumsi ibu, energi dalam ASI sebanyak 6% dihasilkan oleh protein, 48% oleh lemak dan 46% oleh karbohidrat serta gizi ibu menyusui berkaitan erat dengan produksi ASI yang dibutuhkan untuk tumbuh kembang bayi (Istiany, A dan Rusilanti, 2013). Kalsium tambahan diperlukan dalam kondisi menyusui karena ASI memberikan kalsium yang

diperlukan oleh bayi untuk mencegah ricketsia pada anak dan osteomalasia pada orang dewasa (Beck M E, 2011)

Tabel 3. Anjuran Jumlah Porsi Bahan Makanan Ibu Menyusui (2.200 Kkal)

No	Bahan Makanan / Penukarnya	Jumlah Porsi (p)
1	Nasi	3
2	Daging / Ikan	3
3	Tahu	2
4	Sayuran	3
5	Buah	5
6	Susu	2
7	Minyak	6
8	Gula	4

Gizi pada ibu menyusui erat kaitannya dengan produksi ASI yang dibutuhkan untuk tumbuh kembang bayi. Pemberian ASI dinyatakan berhasil, bila berat badan bayi meningkat, integritas kulit baik, tonus otot serta kebiasaan makan yang memuaskan Priharwanti *et al.*, 2024). Jumlah produksi ASI bergantung pada besarnya cadangan lemak yang tertimbun selama hamil dan dalam batas tertentu, diet selama menyusui sehingga asupan nutrisi pada ibu menyusui menjadi hal yang penting untuk menjaga produksi ASI agar adekuat (Priharwanti *et al.*, 2024).

Berdasarkan tabel 2 mengenai pola makan ibu menyusui berdasarkan penilaian *food recall* 1 x 24 jam didapatkan bahwa asupan makan ibu termasuk adekuat atau sesuai dengan kebutuhan berdasarkan pedoman tingkat pemenuhan zat gizi dari Departemen Kesehatan Tahun 1990, hal tersebut terlihat dari analisis kuantitatif asupan energi 113 % (baik), asupan protein sebanyak 113% (baik) , asupan lemak sebanyak 82% (sedang) dan asupan karbohidrat sebanyak 111 % (baik).

PEMBAHASAN

Kebutuhan Gizi Ibu Menyusui

Asupan ibu sesuai dengan kebutuhan gizi pada ibu menyusui karena terlihat dari

hasil analisis kuantitatif untuk pemenuhan asupan energi, protein dan lemak $\geq 100\%$ dan asupan lemak berada di rentang 80 – 90%. Prinsip pemberian makan untuk ibu menyusui yang perlu diperhatikan yaitu mengkonsumsi makanan yang beraneka ragam sehingga kebutuhan gizi makro dan mikro dapat terpenuhi, meningkatkan konsumsi sayuran berwarna, minum air putih 8 – 12 gelas sehari, menghindari makanan yang terlalu banyak bumbu dan tidak mengkonsumsi alkohol (Kementerian Kesehatan, 2017). Pola makan yang tidak baik maka akan berdampak terhadap penurunan produksi ASI (Asikin *et al.*, 2023). Berdasarkan perhitungan *basal metabolic rate* dengan mempertimbangkan faktor koreksi tidur, aktivitas fisik dan *specific dynamic action* maka didapatkan jumlah kalori ibu menyusui yaitu 2.200 Kkal. Pola makan yang dikonsumsi oleh responden sudah memenuhi kebutuhan kalori yang dianjurkan. Ketahanan pangan rumah tangga akan berdampak kepada status gizi dari anggota keluarga tersebut (Dwiyanti *et al.*, 2023). Pemenuhan gizi seimbang pada ibu menyusui berkaitan dengan ketahanan pangan rumah tangga sehingga diharapkan ibu menyusui yang mengkonsumsi makanan yang beraneka ragam maka produksi ASI nya akan adekuat serta MPASI yang diberikan

pada bayi memiliki nilai gizi makro dan mikro yang adekuat (Saraswati *et al.*, 2021)

Pengaruh Inverted Nipple Terhadap Praktik Pemberian ASI

Penelitian deskriptif di India tahun 2019 mengungkapkan bahwa panjang puting susu dengan rata – rata ukuran panjang puting 6 - 9 milimeter berperan penting dalam keberhasilan menyusui dengan korelasi positif ($r = 0.224$ dan ibu dengan ukuran puting yang lebih kecil membutuhkan dukungan dan konseling menyusui yang tepat (Dhanalakshmi N & Manju Bala Dash, 2019). Ibu dengan kelainan anatomi pada puting (*inverted nipple*) memiliki keberhasilan yang tinggi dalam melakukan praktik ASI eksklusif dibandingkan ibu yang mengalami *inverted nipples* dengan nilai $p < 0.001$ dan ibu yang tidak memiliki kelainan anatomi pada puting susu memiliki kemungkinan 7 kali lebih tinggi untuk berhasil menyusui secara eksklusif. dibandingkan ibu yang memiliki kelainan anatomi pada puting susu dengan nilai OR 6.6 ; 95% IK (Dwinanda *et al.*, 2018)

WHO 2018 dan *United Nation Children Funds* 2018 merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama dan melanjutkan pemberian ASI selama dua tahun atau lebih dengan makanan pendamping yang sesuai, namun kondisi *inverted nipple* dapat menjadi salah satu alasan yang menghambat pemberian ASI eksklusif (Kaya *et al.*, 2023). Pada *inverted nipple* derajat 1 puting dapat mudah di retraksi secara manual dan dapat bertahan proyeksinya dalam waktu yang lama tanpa traksi , derajat 2 dapat di retraksi manual namun ketika retraksi itu dilepaskan maka puting dapat tertarik kembali dan derajat 3 sangat sulit untuk menarik puting keluar secara manual dan diperlukan jahitan traksi untuk menjaga agar puting tetap terproyeksi (Durgu *et al.*, 2014).

Ibu yang mengalami *inverted nipple* dapat mengalami kesulitan untuk melakukan IMD dan melanjutkan pemberian ASI (Thurkkada AP *et al.*, 2023). Menegakkan puting sebelum menyusui atau merangsang puting dengan menggunakan pompa payudara tangan, tabung suntik, atau menarik puting keluar akan membantu puting untuk keluar dengan maksimal (Dewi H *et al.*, 2017). Tindakan yang dilakukan oleh ibu dalam studi kasus ini agar pemberian ASI nya adekuat pada payudara kiri yang mengalami *inverted nipple grade 1* yaitu dengan melakukan pompa ASI. Sebuah penelitian *cross sectional* yang dilakukan di *Yaounde Gynaeco Obstetric and Paediatric Hospital University Teaching Hospital di Cameroon* menyebutkan bahwa dari 85 ibu menyusui terdapat 9 wanita yang mengalami *inverted nipples* (Pius & Dany H, 2020)

Pengaruh Depresi Post Partum Pada Praktik Pemberian ASI

Prevalensi kemungkinan depresi paling tinggi pada 2 bulan pascapersalinan dan prevalensi depresi mayor pada 1 tahun pascapersalinan (Míguez, M. C *et al.*, 2023). Sebuah meta-analisis yang dilakukan oleh Slomian (2019) tentang konsekuensi *Post Partum Depression* (PPD) ditemukan bukti adanya pengaruh negatif pada perkembangan kognitif dan bahasa. Perubahan dalam perkembangan emosional dan perilaku pada usia 2 tahun Bonding yang tidak adekuat dan kegagalan menyusui ditemukan pada 1 bulan kehidupan (Slomian *et al.*, 2019). Berbagai terapi yang dianjurkan pada depresi post partum untuk lini pertama adalah dengan psikoterapi (interpersonal, psikodinamik). Lini kedua dengan menggunakan farmakoterapi seperti SSRI (serotonin reuptake inhibitor) seperti sertraline karena rendahnya toksisitas pada kehamilan dan laktasi). Dukungan dari terapi keluarga, psikoedukasional dan intervensi dukungan sosial sangat dibutuhkan (Cafiero PJ, 2024).

Edinburgh Post Natal Depression Scale (EPDS) menjadi sebuah instrumen yang digunakan untuk skrining depresi pada ibu yang telah melahirkan dan mengukur besarnya tingkat risiko terjadinya depresi post partum atau post partum depression. EPDS mudah dikelola dan terbukti memiliki sensitifitas sebesar 80% dan spesifisitas 84,4% sedangkan EPDS bahasa Indonesia memiliki sensitifitas sebesar 86% dan spesifisitas 78%. EPDS terdiri dari 10 pernyataan yang memiliki empat jawaban pilihan dan setiap pernyataan diberi skor 0 sampai 3 dan skor maksimum tes adalah 30 (Adli, 2022).

Total skor 13 pada EPDS mengindikasikan ibu telah mengalami depressive mood dan perlu dirujuk ke tenaga profesional untuk perawatan kolaboratif. EPDS menjadi alat skrining yang sangat direkomendasikan digunakan selama pemeriksaan *antenatal care* (ANC) untuk deteksi masalah *Perinatal Mental Health* (Cox J, 2019). Untuk pemeriksaan deteksi dini depresi mayor dalam kehamilan dan depresi post partum dapat menggunakan EPDS, total skor 13 menjadi nilai *cut off* kecenderungan mengalami depresi post partum sedangkan total skor 11 digunakan untuk menghindari terjadinya negatif palsu dan untuk mengidentifikasi sebagian besar ibu yang memenuhi kriteria diagnostik (Slomian *et al.*, 2019).

Hasil uji validitas dan reliabilitas EPDS versi Indonesia oleh Farah dkk tahun 2020 pada 119 wanita di kota Batam menyebutkan bahwa dengan validitas konstruk menggunakan *confirmatory factor analysis* (CFA) menunjukkan hasil yang memuaskan, keseluruhan item memiliki *loading factor* > 0,5 dan nilai *goodness of fit* menggunakan CFI = 0,963 dan NFI = 0,942 (Farah *et al.*, 2020). Reliabilitas menunjukkan hasil yang sangat memuaskan dengan koefisien alpha = 0,872. Hasil tersebut menunjukkan bahwa EPDS versi Indonesia

telah mampu mendeteksi dan valid untuk digunakan sebagai alat pendeteksi risiko PPD (Anggarani, N A S, 2023).

KESIMPULAN

Gizi selama masa menyusui adalah aspek penting dalam daur kehidupan yang memengaruhi kesehatan ibu dan perkembangan bayi. Faktor yang mempengaruhi produksi ASI dipengaruhi oleh faktor psikologis seperti *depresi post partum* dan kelainan anatomi dari puting payudara seperti *inverted nipple*. Dengan pemberian ASI yang adekuat (ASI eksklusif dan menyusui sampai 2 tahun) disertai dengan pemberian MPASI yang adekuat maka status gizi anak menjadi baik yang terlihat dari kurva Z- Score BB/U, PB/U dan BB/PB.

Post partum depresi dan *Inverted nipple* dapat menghambat praktik pemberian ASI sehingga konseling pranikah dan edukasi mengenai gangguan psikologis dan kelainan anatomi pada puting susu pada masa *antenatal care* (ANC) sangat dibutuhkan untuk ibu dan suami agar dapat meningkatkan keberhasilan praktik pemberian ASI pada bayi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdulraheem R, Binns CW. The infant feeding practices of mothers in the Maldives. *Public Health Nutr.* 2007;10(5):502–7.
- Adli, F. K. (2022). *Edinburgh Post-natal Depression Scale (EPDS): Deteksi Dini dan Skrining Depresi Post-partum.* *Jurnal Kesehatan.* <https://doi.org/10.26630/jk.v13i2.2741>
- Anggarani, N A. 2023. *Deteksi Dini Depresi Postpartum Pada Ibu Nifas Dengan Menggunakan Form Edinburgh Postnatal Depression Scale (Epds) Di*

- Rsud Bali Mandara Provinsi Bali. Denpasar. Program Studi Sarjana Kebidanan Program B Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali
- Astari, R. Y., & Yuwansyah, Y. (2022). Psychosocial Study on the Incidence of Postpartum Blues. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1). <https://doi.org/10.30604/jika.v8i1.1524>
- Beck, Mary.E., 2011. Ilmu Gizi dan Diet. Andi dan Yayasan Essentia Medica. Yogyakarta.
- Bandyopadhyay M. Impact of ritual pollution on lactation and breastfeeding practices in rural West Bengal, India. *Int Breastfeed J*. 2009;4:2.
- Boccolini CS, Lacerda EMdA, Bertoni N, et al. Trends of breastfeeding indicators in Brazil from 1996 to 2019 and the gaps to achieve the WHO/UNICEF 2030 targets. *BMJ Glob Health* 2023;8:e012529. doi:10.1136/bmjgh-2023-012529
- Bhoot, H. R., Zamwar, U. M., Chakole, S., & Anjankar, A. (2023). Dietary Sources, Bioavailability, and Functions of Ascorbic Acid (Vitamin C) and Its Role in the Common Cold, Tissue Healing, and Iron Metabolism. *Cureus*, 15(11), e49308. <https://doi.org/10.7759/cureus.49308>
- Cafiero PJ, Justich Zabala P. Postpartum depression: Impact on pregnant women and the postnatal physical, emotional, and cognitive development of their children. An ecological perspective. *Arch Argent Pediatrics* 2024;e202310217. Online ahead of print 25-JAN-2024
- Cox, J. (2019). Thirty years with the Edinburgh Postnatal Depression Scale: voices from the past and recommendations for the future. *The British Journal of Psychiatry*, 214(3), 127–129. <https://doi.org/10.1192/bjp.2018.245>
- Dewi, Hema and Kurniati, Ika Dyah and Ratnaningrum, Kanti (2017) *Buku Ajar: Ilmu Obstetri Dan Ginekologi*. Unimus Press, Semarang.
- Direktorat Jenderal Pembinaan Kesehatan Masyarakat. 1994. Pedoman Penggunaan Alat Ukur Lingkar Lengan Atas (LILA) Pada Wanita Usia Subur. Jakarta. Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Dhanalakshmi N, & Manju Bala Dash. (2019). Is Nipple Size interferes Breastfeeding? *Ecronicon Paediatrics*, 1–6.
- Defriani Dwiyantri, Aldri Frinaldi, Rembrandt, Dasman Lanin, & Genius Umar. (2023). Kebijakan Adaptasi Perubahan Iklim Dalam Meningkatkan Ketahanan Pangan Dan Gizi Berbasis Sustainable Livelihood Di Indonesia. *Human Care Journal*, 8(2), 1–10.
- Dwinanda, N., Syarif, B. H., & Sjarif, D. R. (2018). Factors affecting exclusive breastfeeding in term infants. *Paediatrica Indonesiana*, 58(1), 25. <https://doi.org/10.14238/pi58.1.2018.25-35>
- Durgun, M., Özakpınar, H. R., Selçuk, C. T., Sarıcı, M., Ceran, C., & Seven, E. (2014). Inverted Nipple Correction with Dermal Flaps and Traction. *Aesthetic Plastic Surgery*, 38(3), 533–539. <https://doi.org/10.1007/S00266-014-0317-3>
- Fang, Y., Zhu, L., & Bao, L. (2021). The effect of multi-dimensional postpartum visits on increasing the breastfeeding rate of parturients with inverted nipple: a randomised study. *Annals of Palliative Medicine*, 10(3), 3078–3085. <https://doi.org/10.21037/apm-21-165>
- Figueroa, L., McClure, E. M., Swanson, J., Nathan, R., Garces, A. L., Moore, J. L., Krebs, N. F., Hambidge, K. M.,

- Bauserman, M., Lokangaka, A., Tshetu, A., Mirza, W., Saleem, S., Naqvi, F., Carlo, W. A., Chomba, E., Liechty, E. A., Esamai, F., Swanson, D., Bose, C. L., ... Goldenberg, R. L. (2020). Oligohydramnios: a prospective study of fetal, neonatal and maternal outcomes in low-middle income countries. *Reproductive health*, 17(1), 19. <https://doi.org/10.1186/s12978-020-0854-y>
- Georges Pius Kamsu Moyo. Breast Pathologies and Inadequate Breastfeeding Practices: A Survey Among a Group of Newly Delivered Women in Yaoundé, Cameroon. *Journal of Family Medicine and Health Care*. Vol. 6, No. 3, 2020, pp. 87-90. doi: 10.11648/j.jfmhc.20200603.16
- Gondo, H K. Skrining Edinburgh Postnatal Depression Scale (Epds) Pada Post Partum Blues. Surabaya. Bagian Obstetri & Ginekologi Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya
- Gould, D. J., Nadeau, M. H., Macias, L. H., & Stevens, W. G. (2015). Inverted Nipple Repair Revisited: A 7-Year Experience. *Aesthetic Surgery Journal*, 35(2), 156–164. <https://doi.org/10.1093/asj/sju113>
- Idris, H., & Astari, D. W. (2023). The practice of exclusive breastfeeding by region in Indonesia. *Public Health*, 217, 181–189. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2023.02.002>
- Istiany, Ari dan Rusilanti. 2013. Gizi Terapan. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Liu, X., Wang, S., & Wang, G. (2022). Prevalence and Risk Factors of Postpartum Depression in Women: A Systematic Review and Meta-analysis. *Journal of Clinical Nursing*, 31(19–20), 2665–2677. <https://doi.org/10.1111/jocn.16121>
- Kaya, Ö., Tecik, S., Suzan, Ö. K., Kabul, F., Koyuncu, O., & Çınar, N. (2024). The effect of interventions on flat and inverted nipple on breastfeeding: A systematic review. *Journal of Pediatric Nursing*, 74, e1–e13. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2023.07.024>
- Kharisma Virgian. (2022). The Effectiveness of “Milk Booster” / Galactagogue to Increasing the Breastmilk Production. *International Journal Scientific and Professional (IJ-ChiProf)*, 1(3), 1–5.
- Kosim MS, Yunanto A, Dewi R, Sarosa GI, Usman A. 2012. Buku Ajar Neonatologi (Edisi Pertama). Jakarta. Ikatan Dokter Anak Indonesia.
- Míguez, M. C., & Vázquez, M. B. (2023). Prevalence of postpartum major depression and depressive symptoms in Spanish women: A longitudinal study up to 1 year postpartum. *Midwifery*, 126, 103808. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2023.103808>
- Menteri Kesehatan Republik Indonesia. 2019. Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Malnutrisi Pada Dewasa. Jakarta. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/393/2019.
- Murti, Maolinda, Lestari. 2023. Deteksi Dini Depresi Post Partum Dengan Menggunakan Edinburgh Postnatal Depression Scale. Semarang. FIKKES Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Nabulsi, M., Ghanem, R., Smaili, H. et al. The inverted syringe technique for management of inverted nipples in breastfeeding women: a pilot randomized controlled trial. *Int Breastfeed J* 17, 9 (2022).

- <https://doi.org/10.1186/s13006-022-00452-1>
- Nagaraja Rao D, Winters R. Inverted Nipple. [Updated 2023 Jul 4]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2024 Jan. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK563190/>
- Nurul Asikin, Ns. Agrina, M. Kep. Sp. Kom. P., & Rismadefi Woferst, S. S. S. M. B. (2023). Hubungan Pola Makan Dengan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 3(1), 1–15.
- Pius Kamsu Moyo, G., & Dany Hermann, N. (2020). Clinical Characteristics of a Group of Cameroonian Neonates with Delayed Breastfeeding Initiation. *American Journal of Pediatrics*, 6(3), 285. <https://doi.org/10.11648/j.ajp.20200603.28>
- Premani ZS, Kurji Z, Mithani Y. To explore the experiences of women on reasons in initiating and maintaining breastfeeding in urban area of Karachi, Pakistan: An exploratory study. *ISRN Pediatr*. 2011;2011:1–10
- Pritasari, Damayanti, D., & Lestari, N. T. (2017). Gizi Dalam Daur Kehidupan (Tahun 2017). <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/js/article/view/9928>
- Priharwanti dkk. 2024. *Buku Ajar Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Linda Wahyuni Putri. (2023). Literature Review: Husband's Role In Reduce The Incidence Of Postpartum Depression In Working Women In Indonesia. *Proceeding The Third Muhammadiyah Internasional-Public Health and Medicine Conference*, 3(1), 1–8. <https://e-journal.fkmumj.ac.id/index.php/miph>
- <https://doi.org/10.1186/s13006-016-0076-7>
- Rusdin, I. M. (2023). Case Report: Perawatan Payudara Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di RSUD Dr. Mm. Dunda Limboto. *Bimiki (Berkala Ilmiah Mahasiswa Ilmu Keperawatan Indonesia)*, 11(1), 17–23. <https://doi.org/10.53345/bimiki.v11i1.386>
- Saputri, N.S., Spagnoletti, B.R.M., Morgan, A. et al. Progress towards reducing sociodemographic disparities in breastfeeding outcomes in Indonesia: a trend analysis from 2002 to 2017. *BMC Public Health* 20, 1112 (2020). <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09194-3>
- Saraswati, D., Gustaman, R. A., & Hoeriyah, Y. A. (2021). Hubungan Status Ketahanan Pangan Rumah Tangga Dan Pola Asuh Terhadap Kejadian Stunting Pada Baduta. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 12(2), 226–237. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v12i2.344>
- Sharma, I. K., & Byrne, A. (2016). Early initiation of breastfeeding: a systematic literature review of factors and barriers in South Asia. *International Breastfeeding Journal*, 11(1), 17. <https://doi.org/10.1186/s13006-016-0076-7>
- Sharma, I. K., & Byrne, A. (2016). Early initiation of breastfeeding: a systematic literature review of factors and barriers in South Asia. *International Breastfeeding Journal*, 11(1), 17. <https://doi.org/10.1186/s13006-016-0076-7>
- Slomian, J., Honvo, G., Emonts, P., Reginster, J.-Y., & Bruyère, O. (2019). Consequences of maternal postpartum depression: A systematic review of maternal and infant outcomes. *Women's Health*, 15,

174550651984404.

<https://doi.org/10.1177/1745506519844044>

Smita , Franz N, Coffey D (2024) The association between cesarean birth and breastfeeding initiation in Odisha, India: A mother fixed effects analysis. *PLoS ONE* 19(2): e0287796.

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0287796>

Thurkkada AP, Rajasekharan Nair S, Thomas S, et al. Effectiveness of Hoffman's Exercise in Postnatal Mothers With Grade 1 Inverted Nipples. *Journal of Human Lactation*. 2023;39(1):69-75. doi:[10.1177/08903344221102890](https://doi.org/10.1177/08903344221102890)