

## Pengetahuan Ibu tentang Teknik Menyusui dan Teknik Sendawa dengan Kejadian Regurgitasi pada Bayi 0 - 6 Bulan

### *Maternal Knowledge about Breastfeeding Techniques and Burping Techniques with Regurgitation Events in Infants 0-6 Months*

Eleni Kenanga Purbasary<sup>1\*</sup>, Ali Musthofa Bin Mukidin<sup>2</sup>, Yuneri<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indramayu, Indramayu, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indramayu, Indramayu, Indonesia

---

#### Artikel info

---

#### Artikel history:

Submitted: 07-02-2025

Received : 15-05-2025

Revised : 27-05-2025

Accepted : 30-05-2025

#### Keywords:

*regurgitation;  
breastfeeding  
techniques;  
burping techniques*

#### Kata Kunci:

regurgitasi;  
teknik menyusui;  
teknik sendawa

---

#### Abstract

*Regurgitation is the release of part of the milk that has been swallowed through the mouth without force. The factors that play a role in the occurrence of regurgitation is the mother's level of knowledge regarding proper breastfeeding and burping techniques. This study aimed to analyze the relationship between maternal knowledge about breastfeeding techniques and burping techniques with the frequency of regurgitation. The study design was cross-sectional with a population of breastfeeding mothers aged 0–6 months in the Karangampel Health Center work area. Total sampling with 96 subjects. Data were collected through questionnaires. The results of the study showed that 25 mothers (67,6%) had sufficient knowledge about breastfeeding techniques, with occasional regurgitation  $p$ -value 0,000 ( $p$ -value<0,05) indicating a significant relationship. A total of 37 mothers (77,1%) had sufficient knowledge about burping techniques, also with occasional regurgitation  $p$ -value 0,000 ( $\leq$ 0,05). Maternal knowledge plays an important role in the implementation of correct breastfeeding and burping techniques. Therefore, every mother needs to understand and practice these techniques well. Given the importance of the influence of knowledge on preventing regurgitation, it is recommended that health workers routinely provide education on correct breastfeeding and burping techniques to reduce the risk of regurgitation in infants.*

#### Abstrak

Regurgitasi merupakan keluarnya kembali sebagian susu yang telah tertelan melalui mulut tanpa adanya paksaan. Faktor yang berperan terjadinya regurgitasi adalah tingkat pengetahuan ibu mengenai teknik menyusui dan teknik sendawa. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara pengetahuan ibu tentang teknik menyusui dan teknik sendawa dengan frekuensi kejadian regurgitasi. Desain penelitian *cross sectional* dengan populasi ibu menyusui bayi usia 0–6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Karangampel. Total sampling dengan subjek 96 orang. Data dikumpulkan melalui kuesioner. Hasil penelitian 25 ibu (67,6%) memiliki pengetahuan yang cukup mengenai teknik menyusui, dengan kejadian regurgitasi yang kadang-kadang  $p$ -value 0,000 ( $p$ -value<0,05) mengindikasikan hubungan signifikan. Sebanyak 37 ibu (77,1%) memiliki pengetahuan yang cukup tentang teknik sendawa, juga dengan kejadian regurgitasi yang kadang-kadang terjadi  $p$ -value 0,000 ( $p$ -value<0,05). Pengetahuan ibu

berperan penting dalam penerapan teknik menyusui dan sendawa yang benar. Oleh karena itu, setiap ibu perlu memahami dan mempraktikkan teknik tersebut dengan baik. Mengingat pentingnya pengaruh pengetahuan terhadap pencegahan regurgitasi, disarankan agar tenaga kesehatan rutin memberikan edukasi mengenai teknik menyusui dan sendawa yang benar untuk mengurangi risiko regurgitasi pada bayi.



**Corresponden author:**  
Eleni Kenanga Purbasary, email: eleni.kenanga@gmail.com



*This is an open access article under the CC-BY license*

### Highlight:

- Tingkat pengetahuan ibu tentang teknik menyusui dan teknik sendawa berhubungan signifikan dengan kejadian regurgitasi pada bayi. Ibu yang memiliki pengetahuan cukup atau kurang cenderung memiliki bayi yang mengalami regurgitasi lebih sering dibandingkan ibu dengan pengetahuan baik.
- Edukasi kesehatan tentang teknik menyusui dan menyendawakan bayi perlu ditingkatkan di posyandu, karena praktik yang benar dapat mencegah regurgitasi dan mendukung tumbuh kembang bayi secara optimal.

## PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi tertinggi yang sangat sesuai untuk kebutuhan bayi, nutrisinya melebihi makanan buatan manusia, produk olahan tumbuhan, maupun susu hewan. Oleh karena itu, menyusui dianggap sebagai metode pemberian makanan terbaik untuk bayi (Bangun *et al.*, 2020). *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan ASI secara eksklusif diberikan hingga bayi berusia 6 bulan, yang dikenal dengan istilah ASI Eksklusif tanpa tambahan makanan termasuk air putih (Kemenkes, 2022).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Nasional tahun 2022 persentase pemberian ASI Eksklusif di Provinsi Jawa Barat menunjukkan tren peningkatan dari tahun ke tahun, yaitu sebesar 71,11% pada tahun 2019, meningkat menjadi 76,11% pada tahun 2020, dan tahun 2021 mencapai 76,46% (BPSN, 2022). Sementara itu, data Dinas Kesehatan Indramayu tahun 2022 menunjukkan bahwa pemberian ASI tertinggi di Kabupaten Indramayu terdapat di Kecamatan Karangampel dengan persentase sebesar 88,76% (Dinkes, 2022). Peringkat kedua ditempati oleh Kecamatan Bangodua dengan cakupan sebesar 80,56%, diikuti oleh Kecamatan Widasari di posisi ketiga dengan persentase 77,32%.

Pemberian ASI melalui proses menyusui sering kali disertai dengan beberapa permasalahan, salah satunya adalah regurgitasi, yang lebih dikenal oleh masyarakat sebagai gumoh. Regurgitasi ini ditandai dengan keluarnya kembali sebagian susu yang telah tertelan, biasanya terjadi saat atau setelah proses menyusui (Noviana, 2020). Di Indonesia, regurgitasi merupakan kondisi yang cukup umum terjadi, dengan sekitar 75% bayi berusia di bawah 3 bulan mengalami masalah ini (IDAI, 2020).

Regurgitasi akibat berbagai faktor, termasuk kesalahan dalam cara pemberian susu atau makanan. Faktor-faktor tersebut meliputi pemberian susu secara berlebihan (*overfeeding*), posisi menyusui yang tidak sesuai, serta minimnya pemahaman mengenai teknik menyusui

yang tepat. Selain itu, tidak membiasakan bayi untuk bersendawa setelah menyusui juga dapat meningkatkan risiko regurgitasi. Perlu ditekankan bahwa kondisi ini umumnya bukan disebabkan oleh kelalaian, melainkan akibat keterbatasan pengetahuan mengenai praktik menyusui yang tepat (Gusniati *et al.*, 2022).

Hasil penelitian Gusniati *et al.* (2022) terdapat hubungan antara pengetahuan menyendawakan dengan kejadian regurgitasi di wilayah kerja Puskesmas Belopa Kabupaten Luwu dengan nilai *p-value*  $0,001 < 0,05$ . Dari 31 subjek, terdapat 3 orang subjek yang tidak tahu cara menyendawakan dan tidak terjadi kejadian regurgitasi dan sebanyak 25 subjek mengetahui cara menyendawakan dan terjadi regurgitasi. Berdasarkan hasil studi pendahuluan di wilayah kerja Puskesmas Karangampel tanggal 13 sampai 15 Februari 2023 melalui wawancara terhadap 11 ibu menyusui, ditemukan bahwa 7 dari 11 ibu belum mengetahui cara menyusui yang baik dan benar. Para ibu tersebut mengungkapkan bahwa setelah menyusui, bayi mereka langsung ditidurkan, dan bayi sering mengalami gumoh lebih dari 3 kali sehari setelah disusui. Sebaliknya, dari 4 ibu yang sudah memahami teknik menyusui yang benar, diketahui bahwa mereka rutin menyendawakan bayi setelah menyusui. Hasilnya, bayi mereka jarang mengalami gumoh setelah disusui. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengevaluasi keterkaitan hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang teknik menyusui dan teknik menyendawakan bayi dengan frekuensi terjadinya regurgitasi pada bayi.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelasi dan menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian mencakup seluruh ibu menyusui yang memiliki bayi berusia 0–6 bulan berdasarkan data kelahiran bulan Desember 2022 hingga Februari 2023 di wilayah kerja Puskesmas Karangampel. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling*, dengan jumlah subjek sebanyak 96 orang, yang sekaligus merupakan seluruh populasi yang memenuhi syarat. Instrumen pengumpulan data berupa kuesioner terstruktur yang memuat pertanyaan terkait pengetahuan ibu mengenai teknik menyusui, teknik menyendawakan bayi, posisi menyusui, dan perlekatan yang tepat. Analisis data dilakukan dalam dua tahap, yaitu analisis univariat untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi pengetahuan ibu dan kejadian regurgitasi pada bayi, serta analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square* untuk melihat hubungan antar variabel. Hasil dianggap signifikan apabila nilai  $p < 0,05$ .

## HASIL

### Distribusi poengetahuan ibu tentang teknik menyusui dan sendawa

Tabel 1 menunjukkan bahwa subjek paling banyak memiliki pengetahuan cukup tentang teknik menyusui (38,5%). Sama halnya dengan teknik sendawa, paling banyak ada subjek yang memiliki pengetahuan cukup (50,0%).

**Tabel 1. Distribusi frekuensi pengetahuan ibu tentang teknik menyusui dan sendawa**

| Pengetahuan ibu tentang: | n  | %    |
|--------------------------|----|------|
| <b>Teknik Menyusui</b>   |    |      |
| Baik                     | 24 | 25,0 |
| Cukup                    | 37 | 38,5 |
| Kurang                   | 35 | 36,5 |
| <b>Teknik Sendawa</b>    |    |      |
| Baik                     | 22 | 22,9 |

| <b>Pengetahuan ibu tentang:</b> | <b>n</b>  | <b>%</b>   |
|---------------------------------|-----------|------------|
| Cukup                           | 48        | 50,0       |
| Kurang                          | 26        | 27,1       |
| <b>Total</b>                    | <b>96</b> | <b>100</b> |

Sumber: Data primer, 2022-2023

**Distribusi frekuensi kejadian regurgitasi pada bayi**

Tabel 2 menunjukkan bahwa bayi paling banyak pada kategori kadang-kadang mengalami kejadian regurgitasi (55,2%), sedangkan 20,8% tidak pernah mengalaminya.

**Tabel 2. Distribusi frekuensi kejadian regurgitasi pada bayi**

| <b>Kejadian Regurgitasi</b> | <b>n</b>  | <b>%</b>   |
|-----------------------------|-----------|------------|
| Tidak pernah                | 20        | 20,8       |
| Kadang-kadang               | 53        | 55,2       |
| Sering                      | 23        | 24,0       |
| <b>Total</b>                | <b>96</b> | <b>100</b> |

Sumber: Data primer, 2022-2023

**Hubungan pengetahuan ibu teknik menyusui dan sendawa dengan kejadian regurgitasi pada bayi**

Berdasarkan Tabel 3, sebagian besar kejadian regurgitasi pada bayi terjadi pada ibu dengan pengetahuan cukup dan kurang tentang teknik menyusui, khususnya dalam kategori “kadang-kadang” (67,6% untuk pengetahuan cukup dan 68,6% untuk pengetahuan kurang). Selain itu, kejadian regurgitasi yang “sering” justru lebih banyak terjadi pada ibu dengan pengetahuan baik (58,3%), yang mungkin disebabkan oleh faktor lain di luar pengetahuan saja, seperti praktik menyusui atau kondisi bayi. Nilai  $p = 0,000$  terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang teknik menyusui dengan kejadian regurgitasi pada bayi.

**Tabel 3. Hubungan pengetahuan ibu teknik menyusui dengan kejadian regurgitasi**

| <b>Pengetahuan Ibu</b> | <b>Kejadian Regurgitasi pada Bayi</b> |             |                      |             |               |             | <b>p-value</b> |              |       |
|------------------------|---------------------------------------|-------------|----------------------|-------------|---------------|-------------|----------------|--------------|-------|
|                        | <b>Tidak pernah</b>                   |             | <b>Kadang-kadang</b> |             | <b>Sering</b> |             |                | <b>Total</b> |       |
|                        | <b>F</b>                              | <b>%</b>    | <b>F</b>             | <b>%</b>    | <b>F</b>      | <b>%</b>    |                |              |       |
| Baik                   | 6                                     | 25,0        | 4                    | 16,7        | 14            | 58,3        | 24             | 100          | 0,000 |
| Cukup                  | 7                                     | 18,9        | 25                   | 67,6        | 5             | 13,5        | 37             | 100          |       |
| Kurang                 | 7                                     | 20,0        | 24                   | 68,6        | 4             | 8,4         | 35             | 100          |       |
| <b>Total</b>           | <b>20</b>                             | <b>20,8</b> | <b>53</b>            | <b>55,2</b> | <b>23</b>     | <b>24,0</b> | <b>96</b>      | <b>100</b>   |       |

Keterangan: \*Uji *Chi-Square*, signifikan jika  $p-value < 0,05$

Berdasarkan Tabel 4, ibu dengan pengetahuan cukup tentang teknik sendawa memiliki bayi yang mengalami regurgitasi “kadang-kadang” sebanyak 37 subjek (77,1%). Sementara itu, kejadian regurgitasi yang “sering” paling banyak terjadi pada ibu dengan pengetahuan kurang, yaitu sebanyak 12 subjek (46,2%). Sebaliknya, ibu dengan pengetahuan baik tentang teknik sendawa cenderung memiliki proporsi yang lebih seimbang, di mana sebanyak 27,3% tidak pernah mengalami regurgitasi, 45,5% kadang-kadang, dan 27,3% sering. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan  $p-value = 0,000$  yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang teknik sendawa dengan kejadian regurgitasi pada bayi.

**Tabel 4. Hubungan pengetahuan ibu teknik sendawa dengan kejadian regurgitasi**

| Pengetahuan Ibu | Kejadian Regurgitasi pada Bayi |             |               |             |           |             |           |            | <i>p- value</i> |
|-----------------|--------------------------------|-------------|---------------|-------------|-----------|-------------|-----------|------------|-----------------|
|                 | Tidak pernah                   |             | Kadang-kadang |             | Sering    |             | Total     |            |                 |
|                 | F                              | %           | F             | %           | F         | %           | F         | %          |                 |
| Baik            | 6                              | 27,3        | 10            | 45,5        | 6         | 5,3         | 22        | 100        | 0,000           |
| Cukup           | 6                              | 12,5        | 37            | 77,1        | 5         | 10,4        | 48        | 100        |                 |
| Kurang          | 8                              | 30,8        | 6             | 23,1        | 12        | 46,2        | 26        | 100        |                 |
| <b>Total</b>    | <b>20</b>                      | <b>20,8</b> | <b>53</b>     | <b>55,2</b> | <b>23</b> | <b>24,0</b> | <b>96</b> | <b>100</b> |                 |

Keterangan: \*Uji *Chi-Square*, signifikan jika *p-value*<0,05

## PEMBAHASAN

### Gambaran pengetahuan ibu tentang teknik menyusui, teknik sendawa dan kejadian regurgitasi

Menyusui merupakan suatu proses alamiah antara ibu dan bayi. Namun, meskipun bersifat alamiah, ibu tetap perlu memiliki pengetahuan dan keterampilan yang tepat untuk melaksanakan teknik menyusui yang baik dan tepat. Pengetahuan ini penting untuk memastikan bayi mendapatkan asupan nutrisi yang optimal, mencegah berbagai masalah seperti regurgitasi, serta mendukung tumbuh kembang bayi secara maksimal dan membantu ibu percaya diri selama proses menyusui (Husnal *et al.*, 2022).

Tingkat pengetahuan ibu mengenai teknik menyusui dipengaruhi oleh berbagai aspek, termasuk jenjang pendidikan, usia, jenis pekerjaan, serta akses terhadap informasi yang diperoleh melalui petugas kesehatan, media massa, dan sumber lainnya. Pengetahuan ini mencakup pemahaman tentang teknik menyusui yang benar, seperti posisi tubuh ibu dan bayi, serta posisi mulut bayi terhadap puting susu ibu. Hasil penelitian Fatimah dan Miftah (2023) dari 36 subjek sebanyak 20 orang (55,6%) memiliki pengetahuan cukup mengenai pemberian ASI. Pengetahuan yang cukup ini dapat pula dikaitkan dengan karakteristik subjek, diketahui sebagian besar ibu memiliki umur 20-35 tahun sebanyak 30 orang (83,3%), dan sebagian besar memiliki pendidikan rendah sebanyak 21 orang (58,4%), sebagian besar subjek memiliki multipara sebanyak 22 orang (61,1%) dan sebagian besar bekerja sebanyak 19 orang (52,8%). Pengetahuan yang dimiliki seorang ibu sangat berpengaruh dalam keputusan dan perilakunya. Dengan pemahaman yang baik tentang ASI termasuk pemahaman mengenai manfaat, keunggulan, teknis pemberian ASI, serta manajemen laktasi ibu cenderung termotivasi untuk memberikan ASI dengan cara yang tepat. Hal ini dapat meningkatkan frekuensi pemberian ASI pada bayinya. Ketika pengetahuan dan pemahaman mengenai ASI diperluas, diharapkan bahwa hal tersebut dapat mengubah kebiasaan pemberian ASI yang sebelumnya kurang optimal menjadi lebih baik.

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran pengetahuan ibu tentang teknik menyusui pada bayi usia 0–6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Karangampel tahun 2023, diketahui bahwa sebagian besar subjek memiliki pengetahuan yang cukup mengenai teknik menyusui, yaitu sebanyak 37 orang (38,5%). Sejalan dengan penelitian Azka *et al.* (2020), yang menjelaskan pengetahuan ibu menyusui tentang teknik menyusui yang benar sangat penting untuk diperhatikan saat pemberian ASI. Penerapan teknik menyusui yang tidak tepat dapat menyebabkan berbagai permasalahan, seperti puting susu lecet, aliran ASI yang tidak lancar, ASI yang tidak terserap dengan optimal ke dalam lambung bayi, hingga meningkatkan risiko bayi mengalami regurgitasi. Selain itu, teknik yang salah juga dapat menyebabkan rasa nyeri pada ibu, terutama jika proses menghentikan menyusui dilakukan tanpa hati-hati.

Oleh karena itu, penting bagi ibu untuk mendapatkan edukasi yang tepat mengenai teknik menyusui agar proses menyusui dapat berlangsung secara efektif, nyaman, dan aman, baik bagi ibu maupun bayi. Edukasi ini dapat diberikan melalui penyuluhan oleh tenaga kesehatan, konsultasi laktasi, serta akses informasi dari berbagai sumber terpercaya. Dengan pengetahuan dan keterampilan yang memadai, ibu dapat mengatasi berbagai tantangan dalam menyusui, mencegah masalah seperti regurgitasi, puting lecet, dan kesulitan menyusui, serta memastikan bayi mendapatkan asupan nutrisi yang optimal untuk mendukung tumbuh kembangnya.

Sikap positif pada ibu terbentuk ketika ibu memiliki pengetahuan yang baik tentang pentingnya ASI dan teknik menyusui yang benar, yang pada akhirnya mendorong terbentuknya perilaku menyusui yang tepat (Bangun *et al.*, 2020). Peningkatan pengetahuan ini dapat terjadi seiring dengan bertambahnya informasi yang diperoleh ibu dari berbagai sumber, seperti media massa, media elektronik, serta edukasi langsung dari tenaga kesehatan.

Teknik menyusui yang benar adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar. Untuk mencapai keberhasilan menyusui diperlukan pengetahuan mengenai teknik-teknik cara menyusui benar (*latch*) Posisi dan perlekatan, keefektifan hisapan bayi pada payudara (*effective sucking*) (Sabrida *et al.*, 2023).

Hal ini sejalan dengan konsep pengetahuan Darsini *et al.* (2019) konsep pengetahuan melalui Taksonomi Bloom yang merujuk pada taksonomi untuk tujuan pendidikan dan telah mengklasifikasikan pengetahuan ke dalam dimensi proses kognitif menjadi enam kategori yaitu, pengetahuan, pemahaman, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi. Teori pengetahuan dalam domain kognitif mencakup dua aspek penting, yaitu tahu (*knowledge*), kemampuan untuk mengingat dan mengidentifikasi kembali materi yang sudah diketahui sebelumnya, memahami (*comprehension*), kemampuan dalam memahami dan menafsirkan informasi dengan tepat memungkinkan seseorang tidak hanya sekedar mengetahui, tetapi juga dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

Pendidikan berperan sebagai proses bimbingan yang membantu individu memahami suatu konsep dengan lebih baik. Tidak dapat dipungkiri bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah pula individu tersebut menerima, memahami, dan mengolah informasi yang diterima. Hal ini pada akhirnya akan meningkatkan pengetahuan yang dimiliki, termasuk dalam hal teknik menyendawakan bayi (Azka *et al.*, 2020). Oleh karena itu, penting untuk terus meningkatkan edukasi mengenai teknik sendawa yang benar, terutama melalui intervensi pendidikan dan penyuluhan kesehatan, agar ibu memiliki pemahaman yang lebih baik dalam mencegah regurgitasi pada bayi.

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran pengetahuan ibu tentang teknik sendawa pada bayi usia 0–6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Karangampel tahun 2023, diketahui bahwa dari 96 subjek, sebanyak 48 orang (50,0%) memiliki pengetahuan yang cukup mengenai teknik sendawa. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa kategori pengetahuan ibu yang cukup dipengaruhi oleh jenjang pendidikan, terutama pada ibu dengan latar belakang pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA). Ini sejalan dengan teori yang menyebutkan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah baginya untuk menerima, memahami, dan mengelola informasi, sehingga pengetahuan yang diperoleh akan semakin berkembang (Wawan dan Dewi, 2018). Selain itu, sesuai dengan teori pendidikan, tingkat pendidikan seorang ibu sangat berpengaruh terhadap pengetahuan dan perilakunya dalam merawat bayinya. Pendidikan tidak hanya membentuk pola pikir tetapi juga memengaruhi sikap dan perilaku ibu dalam menerapkan praktik-praktik kesehatan yang benar, termasuk teknik menyendawakan bayi.

Oleh karena itu, penting bagi ibu, terlepas dari latar belakang pendidikannya, untuk mendapatkan edukasi yang memadai mengenai teknik sendawa yang benar. Edukasi ini dapat

diberikan melalui berbagai metode, seperti penyuluhan kesehatan, konsultasi laktasi, pendampingan oleh tenaga kesehatan, maupun melalui media informasi yang mudah diakses. Intervensi edukasi yang efektif tidak hanya berfokus pada pemberian informasi, tetapi juga melibatkan pelatihan praktis agar ibu mampu memahami dan menerapkan teknik sendawa dengan benar. Peningkatan pengetahuan ini akan berdampak positif terhadap kemampuan ibu dalam merawat bayinya, khususnya dalam mencegah regurgitasi, sehingga dapat mendukung kesehatan dan kesejahteraan bayi secara optimal. Penerapan teknik menyusui yang tepat akan membantu merangsang produksi ASI secara optimal, mendukung kelancaran proses menyusui, dan meningkatkan keberhasilan pemberian ASI Eksklusif. Sebaliknya, teknik menyusui yang tidak tepat dapat menimbulkan berbagai masalah, seperti gumoh pada bayi, lecet pada puting ibu, serta produksi dan pengeluaran ASI yang kurang optimal (Hutabarat, 2018).

Regurgitasi merupakan kondisi di mana sebagian susu yang sudah tertelan keluar kembali melalui kerongkongan dan mulut tanpa disertai dorongan kuat atau usaha mengejan, biasanya terjadi beberapa saat setelah bayi menyusui. Kondisi ini umumnya dialami oleh bayi di bawah usia enam bulan dan terjadi secara pasif atau spontan. Dalam keadaan normal, regurgitasi dapat terjadi sekitar 1 sampai 4 kali sehari dan diklasifikasikan sebagai kejadian yang terjadi sesekali (Delima *et al.*, 2018). Jika gumoh terjadi sebanyak  $\geq 4$  kali dalam sehari, bayi berisiko mengalami penurunan berat badan karena nutrisi yang seharusnya diserap justru terbuang kembali. Salah satu cara untuk mencegah gumoh adalah dengan menerapkan teknik sendawa, yang berfungsi membantu mengeluarkan udara dari lambung ke mulut bayi. Hal ini penting karena penumpukan udara di lambung merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya gumoh (Adhistry *et al.*, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kejadian regurgitasi pada bayi usia 0–6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Karangampel tahun 2023, ditemukan bahwa sebanyak 53 bayi (55,2%) mengalami regurgitasi dengan frekuensi kadang-kadang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar infant di wilayah tersebut mengalami gumoh dalam kategori tidak terlalu sering. Faktor pemicu regurgitasi pada bayi diantaranya kesalahan dalam pemberian susu atau makanan, seperti *overfeeding* (pemberian susu dalam jumlah berlebihan), posisi menyusui yang kurang tepat, serta kurangnya pemahaman ibu mengenai teknik menyusui yang benar. Selain itu, kebiasaan tidak menyendawakan bayi setelah menyusui juga dapat meningkatkan risiko terjadinya regurgitasi. Penting untuk dicatat bahwa kondisi ini umumnya bukan disebabkan oleh kelalaian ibu, melainkan karena kurangnya pengetahuan tentang teknik menyusui dan sendawa yang benar (Gusniati *et al.*, 2022).

Menurut Gusniati *et al.* (2022), subjek dengan pengetahuan yang cukup mengenai teknik menyendawakan bayi usia 0–6 bulan cenderung melakukan praktik menyendawakan dengan benar, yaitu dengan menggendong bayi di pundak dan menepuk-nepuk punggungnya secara perlahan setelah menyusui. Bayi yang disendawakan dengan cara ini umumnya hanya mengalami gumoh dengan frekuensi kadang-kadang.

### **Hubungan pengetahuan ibu tentang teknik menyusui dengan kejadian regurgitasi pada bayi**

Pengetahuan atau aspek kognitif merupakan elemen penting dalam membentuk perilaku seseorang (*overt behavior*), karena tindakan yang didasarkan pada pemahaman yang baik cenderung lebih efektif dibandingkan dengan perilaku yang tidak didukung pengetahuan yang memadai. Penguasaan pengetahuan tentang teknik menyusui sangat diperlukan, meliputi langkah-langkah dalam proses menyusui, cara mengevaluasi efektivitas teknik tersebut, serta pengaturan durasi dan frekuensi menyusui. Apabila teknik menyusui diterapkan secara tidak tepat, dapat menimbulkan masalah seperti puting lecet, membuat ibu enggan untuk menyusui,

dan menyebabkan bayi jarang menyusu, yang pada akhirnya berdampak buruk pada kesehatan dan perkembangan bayi (Azka *et al.*, 2020). Kenyamanan dan kelancaran pengeluaran ASI secara optimal dapat tercapai apabila keterampilan yang baik dalam teknik menyusui dimiliki oleh ibu. Hal ini berperan penting dalam keberhasilan pemberian ASI Eksklusif kepada bayi. Oleh karena itu, ibu perlu memahami dengan benar berbagai aspek teknik menyusui, seperti langkah-langkah menyusui yang tepat, cara mengevaluasi efektivitas teknik menyusui, serta frekuensi dan durasi menyusui yang sesuai. Salah satu hal utama dalam teknik menyusui yang efektif adalah memastikan tidak ada hambatan baik dari sisi ibu maupun bayi. Proses menyusui sebaiknya disesuaikan dengan kebutuhan bayi tanpa terikat pada jadwal yang kaku, sehingga ibu dapat menyusui kapan saja sesuai dengan permintaan atau kebutuhan bayi (Anggraeni *et al.*, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian, dari 96 subjek yang memiliki pengetahuan cukup tentang teknik menyusui, sebanyak 25 subjek (67,6%) mengalami regurgitasi dengan frekuensi sesekali. Analisis lanjutan menggunakan uji statistik *Pearson Chi-Square* menghasilkan *p-value* = 0,000. Karena nilai ini  $\leq 0,05$ , dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak, yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan ibu mengenai teknik menyusui dengan kejadian regurgitasi pada bayi di wilayah kerja Puskesmas Karangampel. Temuan ini mengindikasikan bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang teknik menyusui memiliki peran penting dalam mencegah atau mengurangi frekuensi regurgitasi pada bayi. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan dari Askasaffanah dan Septarini (2022), di mana hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai *p-value* = 0,031 ( $p < 0,05$ ) bahwa terdapat hubungan yang antara teknik menyusui dengan kejadian regurgitasi pada bayi. Selain itu, analisis peluang dari dua variabel menunjukkan nilai *Odds Ratio (OR)* = 2,685, yang berarti bahwa subjek dengan teknik menyusui yang kurang baik memiliki peluang 2,7 kali lebih besar untuk mengalami regurgitasi sering dibandingkan dengan subjek yang menerapkan teknik menyusui yang baik.

Menurut Sakinah (2020) dalam penelitiannya, diketahui bahwa pengetahuan yang baik tentang teknik menyusui ditemukan pada ibu berusia 35 tahun, dengan persentase masing-masing sebesar 10%. Hal ini mungkin disebabkan oleh adanya kemauan yang lebih besar untuk menyusui serta kekhawatiran yang lebih tinggi terhadap kondisi kesehatan bayi mereka. Teknik menyusui yang tepat sangat penting karena memungkinkan ASI masuk langsung ke lambung bayi dengan efektif, bayi yang menerima ASI dalam jumlah yang cukup untuk mendukung daya tahan tubuh dan pertumbuhan optimal. Pengetahuan yang baik mengenai pentingnya teknik menyusui yang benar akan membentuk sikap positif pada ibu, yang selanjutnya mendorong terbentuknya perilaku menyusui yang tepat untuk mendukung kesehatan bayi (Noviana, 2020).

Keterampilan menyusui yang tepat sangat berperan dalam mendukung keberhasilan ibu dalam memberikan Air Susu Ibu (ASI) secara optimal. Keterampilan ini mencakup berbagai aspek, seperti bagaimana ibu memposisikan bayi dengan benar untuk memastikan perlekatan yang baik pada payudara. Posisi dan perlekatan yang tepat tidak hanya meningkatkan efektivitas hisapan bayi tetapi juga membantu mencegah berbagai masalah, seperti regurgitasi (Rismaliani *et al.*, 2023). Regurgitasi yang terjadi dalam jangka waktu panjang dapat berdampak negatif pada kesehatan bayi. Kondisi ini dapat menyebabkan kehilangan cairan dan nutrisi karena sebagian asupan gizi yang seharusnya diserap tubuh justru keluar kembali. Hal ini berpotensi mengganggu pertumbuhan dan perkembangan bayi serta meningkatkan risiko dehidrasi. Oleh karena itu, penting bagi ibu untuk menguasai teknik menyusui yang benar guna meminimalisir risiko regurgitasi dan memastikan bayi mendapatkan asupan nutrisi yang optimal.

Tingkat pengetahuan ibu mengenai teknik menyusui berperan signifikan dalam memengaruhi frekuensi regurgitasi pada infant. Perlekatan yang tepat menjadi kunci utama

dalam teknik menyusui, di mana bayi dapat mengunci areola mammae dengan rapat saat menyusui. Perlekatan yang efektif ini mencegah masuknya udara ke dalam lambung, yang sering menjadi salah satu penyebab regurgitasi. Dengan demikian, ibu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang teknik menyusui dapat membantu mencegah gumoh pada bayi sekaligus memastikan asupan nutrisi yang optimal untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi (Zulfitriani *et al.*, 2019).

### **Hubungan pengetahuan ibu tentang teknik sendawa dengan kejadian regurgitasi pada bayi**

Menyendawakan bayi adalah metode yang dilakukan untuk membantu mengeluarkan udara dari lambung, dengan tujuan mencegah terjadinya gumoh. Udara yang masuk ke dalam lambung saat bayi menyusui dapat menyebabkan perut bayi menjadi kembung. Semakin banyak udara yang terperangkap di lambung, semakin besar kemungkinan bayi menjadi rewel karena merasa tidak nyaman. Jika udara tersebut tidak dikeluarkan, dapat terjadi penumpukan yang menyebabkan tekanan di dalam lambung meningkat. Hal ini dapat memicu regurgitasi, yaitu keluarnya kembali sebagian isi lambung, bahkan berisiko menyebabkan muntah. Kondisi ini terjadi karena udara yang bercampur dengan makanan di dalam lambung mendorong isi lambung keluar melalui kerongkongan. Oleh karena itu, menyendawakan bayi setelah menyusui menjadi langkah penting untuk mencegah ketidaknyamanan dan mengurangi risiko regurgitasi (Delima *et al.*, 2018).

Hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 96 subjek yang memiliki pengetahuan tentang teknik sendawa cukup sebanyak 37 subjek (67,6%) dengan kejadian regurgitasi kadang-kadang. Hasil analisis lanjut dengan menggunakan uji statistik *Pearson Chi-Square* diperoleh nilai  $p\text{-value} = 0,000$  karena  $\leq 0,05$  maka dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak, yang artinya ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang teknik sendawa dengan kejadian regurgitasi pada bayi di wilayah kerja Puskesmas Karangampel. Sejalan dengan penelitian Indriati *et al.* (2024), dari 30 bayi sebanyak 18 bayi dengan posisi menyusui baik dan kejadian regurgitasi normal. Uji *Chi-Square* dalam penelitian tersebut menghasilkan  $p\text{-value}$  dengan nilai  $p\text{-value} 0,006 < 0,05$  terdapat hubungan posisi menyusui dengan kejadian regurgitasi. Keterampilan menyusui yang tepat dapat mendukung keberhasilan ibu dalam memberikan ASI yaitu bagaimana ibu memposisikan bayi dengan tepat sehingga akan melekatkan payudara. Regurgitasi dapat terjadi akibat posisi yang salah ketika menyusui, tidak disendawakan setelah bayi diberi ASI, menangis berlebihan, volume lambung yang masih kecil, gerak bayi yang terlalu aktif. Menangani atau mencegah regurgitasi adalah memperbaiki cara menyusui sehingga tidak menyebabkan terlalu banyak udara yang tertelan, sendawakan bayi agar udara yang tertelan pada saat menyusui dapat dikeluarkan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Triaeni (2020), distribusi tertinggi regurgitasi pada kategori normal, yaitu sebanyak 13 subjek (65%). Kondisi ini disebabkan oleh efektivitas dalam mengeluarkan udara yang tertelan bayi saat menyusui, sehingga mencegah terjadinya tekanan udara berlebih di dalam lambung yang dapat memicu regurgitasi. Jika udara tertahan di perut bayi, akan terjadi peningkatan tekanan di area abdominal, yang dapat mendorong isi lambung, seperti ASI, naik kembali ke mulut dan menyebabkan regurgitasi. Penelitian ini juga menerapkan teknik “*over your shoulder*” sebagai metode menyendawakan bayi. Teknik ini terbukti lebih efektif dalam membantu mengeluarkan udara dari lambung bayi, sehingga dapat mengurangi risiko terjadinya regurgitasi. Selaras dengan temuan Dewi dan Mariyani (2024) menunjukkan hasil serupa. Berdasarkan uji *Chi-Square*, diperoleh nilai  $p\text{-value} = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara teknik menyendawakan bayi dengan kejadian regurgitasi di Desa Panyaungan tahun 2023. Selain itu, hasil perhitungan *Odds Ratio* (OR) sebesar 5,556

(95% CI: 3,075–10,038) menunjukkan bahwa bayi usia 0–6 bulan yang tidak atau jarang disendawakan memiliki risiko 5,556 kali lebih tinggi untuk mengalami regurgitasi dibandingkan bayi yang sering disendawakan setelah menyusui.

Ibu yang secara rutin menyendawakan bayinya setelah menyusui dapat secara signifikan menurunkan risiko terjadinya regurgitasi atau gumoh. Proses sendawa membantu mengeluarkan udara yang tertelan selama menyusui, mengurangi tekanan di perut, dan menjaga fungsi sfingter esofagus tetap optimal, sehingga volume refluks di esofagus bayi dapat diminimalisir. Hal ini membuktikan bahwa teknik sendawa yang benar merupakan langkah preventif penting untuk mencegah regurgitasi pada bayi. Menurut Noviana (2020) teknik sendawa berpengaruh dengan frekuensi regurgitasi, salah satunya sendawa memiliki manfaat yaitu mampu mengeluarkan udara yang tertelan oleh bayi ketika bayi menyusui. Bayi yang menyusui dengan ASI sebaiknya setelah selesai menyusui pada satu payudara disendawakan terlebih dahulu sebelum berganti pada payudara yang lain, sedangkan pada bayi yang menggunakan botol maka hendaknya setiap bayi selesai minum susu harus disendawakan. Oleh karena itu, menerapkan teknik sendawa yang tepat menjadi langkah pencegahan efektif untuk menjaga kesehatan pencernaan bayi.

### SIMPULAN DAN SARAN

Terdapat hubungan antara pengetahuan ibu tentang teknik menyusui dan teknik sendawa dengan kejadian regurgitasi pada bayi. Ibu dengan pengetahuan yang masih terbatas cenderung memiliki bayi yang mengalami regurgitasi sesekali hingga sering. Temuan ini menunjukkan pentingnya peningkatan edukasi melalui penyuluhan di posyandu untuk mencegah regurgitasi pada bayi. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan penyuluhan bagi ibu dengan bayi berusia 0–6 bulan di setiap posyandu guna meningkatkan pemahaman mereka. Selain itu, diharapkan penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi lebih dalam faktor-faktor yang memengaruhi kejadian regurgitasi dengan menggunakan metode yang lebih tepat serta melibatkan jumlah subjek yang lebih besar, seperti melalui teknik analisis multivariat.

### DAFTAR PUSTAKA

- Adhistry, Y., Widarti, S., Fadhillah, W. 2023. Asuhan Kebidanan Berkelanjutan pada Bayi dengan Teknik Over Your Shoulder untuk Mengurangi Regurgitasi di PMB Catur Eni Sleman. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mulia Madani Yogyakarta*. 4(2). 1-7. <https://jurnal.lppm-mmy.ac.id/index.php/jik/article/view/35>
- 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. doi:10.37081/ed.v11i2.4469 <https://journal.ipts.ac.id/index.php/ED/article/view/4469/2945>
- Askasaffanah, A., Septarini, A. 2022. Hubungan antara Edukasi Kesehatan, Teknik Menyusui dan Menyendawakan Bayi Setelah Menyusui dengan Kejadian Regurgitasi pada Bayi di Desa Pondok Panjang. *Journal of Mother and Child Health*. 2(1), 8-15. <https://doi.org/10.56922/mchc.v2i1.275>
- Azka, F., Prastia, T.N., Pertiwi, F.D. 2020. Gambaran Pengetahuan Ibu tentang Teknik Menyusui. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*. 3(3), 6-7. <https://doi.org/10.32832/pro.v3i3.4173>
- BPSN. 2022. Presentase Bayi Kurang Dari 6 Bulan yang Mendapatkan ASI Eksklusif Menurut Provinsi 2019-2021. Jakarta : Badan Pusat Statistik Nasional.

- Bangun, S.M.B., Damanik, P.D., Lubis, B. 2020. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Pekerja. *Jurnal Kesmas dan Gizi*. 3(1), 73-80. <https://doi.org/10.35451/Jkg.V3i1.500>
- Darsini, D., Fahrurrozi, F., Cahyono, E.A. 2019. Pengetahuan: Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*. 12(1), 95-107. <https://ejournal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jk/article/view/96>
- Delima, M., Kartina, N., Rosya, E. 2018. Pengaruh Menyendawakan Bayi Setelah Disusui dengan Kejadian Regurgitasi pada Bayi Usia 0 - 6 Bulan. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*. 3(1), 6-12. <https://ejournal.esaunggul.ac.id/index.php/IJNHS/article/view/2321>.
- Dewi, E.P., Mariyani, M. 2024. Relationship Between Health Education on Breastfeeding Techniques and Burping Babies After Breastfeeding with Regurgitation Incidents in Babies in Panyaungan Village in 2023. *International Journal of Health and Pharmaceutical*. 4(1), 43-52. <https://doi.org/10.51601/ijhp.v4i1.297>
- Dinkes. 2020. Profil Dinas Kesehatan Indramayu. Dinas Kesehatan Kabupaten Indramayu.
- Fatimah, S., Miftah, I.K. 2023. Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas dalam Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*. 14(2), 216-223. <https://jurnalmadanimedika.ac.id/JMM/article/view/354>
- Gusniati, R., Sabur, F., Sonda, M., Limbong, T. 2022. Hubungan Paritas dan Pengetahuan Tentang Teknik Menyendawakan terhadap Kejadian Regurgitasi pada Bayi Usia 0-12 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Belopa Kabupaten Lawu. *Jurnal Ilmiah Hospitality*. 11(1), 223-238. <https://ejournal.stpmataram.ac.id/JIH/article/view/1604>. <https://doi.org/10.47492/jih.v11i1.1604>
- Husnal, N., Desika, R., Afriana. 2022. Hubungan Teknik Menyusui dengan Kejadian Gumoh pada Bayi Usia 0-6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Kopelma Darrusalam Banda Aceh Tahun 2022. *Jurnal Ilmu Ilmiah Kebidanan dan Kandungan*. 14(4), 396-405.
- Hutabarat, J. 2018. Teknik Menyusui Berhubungan dengan Kejadian Regurgitasi pada Bayi 0-3 Bulan. *Majalah Ilmiah Methoda*. 8(2), 55-60. Doi: <https://doi.org/10.46880/methoda.Vol8No2.pp55-60> <https://ejournal.methodist.ac.id/index.php/methoda/article/view/288/246>
- IDAI. 2020. Gangguan Pencernaan Pada Bayi. Jakarta Pusat: Ikatan Dokter Anak Indonesia.
- Indriati, M., Rahmawati, N., Aprillia, A. H. 2024. Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Regurgitasi di PMB Bidan I. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Terpadu*. 8(4), 1-7. <https://oaj.jurnalhst.com/index.php/jimt/article/view/4180/4247>
- Kemendes. 2022. Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Noviana, U. 2020. Hubungan Teknik Menyusui, Sendawa Bayi, dan Pemberian Susu Formula dengan Frekuensi Regurgitasi pada Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi*. 5(2), 423-329. <http://journal.uds.ac.id/index.php/jkds/article/view/189>
- Rismaliani, G., Indriati, M., Rahmawati, N. 2023. Hubungan Pemberian Nutrisi dengan Kejadian Regurgitasi di PMB Bidan L Kota Bandung. *Zona Kebidanan*. 13(3), 74-83. <https://doi.org/10.37776/zkeb.v13i3.1207>
- Sabrida, O., Susanti, D., Winanda, M., Yusuf, N., Ramadhan, N., Septivera, Y., Ardila, A. 2023. Evidence Based: Kupas Tuntas ASI dan Menyusui. Bandung: CV. Media Sains Indonesia.
- Sakinah, I. 2020. Gambaran Karakteristik dan Pengetahuan Ibu Menyusui dalam Pemberian ASI Eksklusif di Desa Pandat Puskesmas Mandalawangi Pandeglang. *Jurnal Menara Medika*. 2(2), 119-127. doi:10.31869/mm.v2i2.2188

- Triaeni, F. 2020. Pengaruh Pelaksanaan Sendawa terhadap Frekuensi Regurgitasi pada Bayi 0-6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pejawaran Banjarnegara. [Skripsi]. Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
- Wawan, A., Dewi, W. 2018. Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Zulfitriani, Z., Muammar, Nasir, M. 2019. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu dengan Penanganan Regurgitasi (Gumoh) pada Bayi. *Darussalam Indonesian Journal of Nursing and Midwifery*. 1(2), 48-57.  
<https://www.jurnal.sdl.ac.id/index.php/dij/article/view/18/12>