



## Inisiasi Menyusu Dini (IMD)

IMD adalah suatu proses di mana bayi diusahakan untuk menyusu setelah dilahirkan. Pada proses ini bayi dibiarkan untuk mencari puting susu ibu. Posisi bayi adalah tengkurap di atas dada ibu. Perlu diingat bahwa dalam melakukan proses ini tidak ada seorangpun yang boleh menyodorkan puting susu ibu ke mulut bayi. Dengan instingnya bayi akan bergerak menuju puting ibu dengan sendirinya.

### Mengapa IMD penting?

- Dapat mencegah hipotermia (turunnya suhu tubuh) bayi.
- Menjadikan ibu dan bayi tenang dengan nafas dan nadi yang stabil
- Transfer bakteri baik dari ibu ke bayi untuk ketahanan sistem pencernaan.
- Bayi mendapat kolostrum dari ASI pertama yang kaya antibodi.
- Bayi memperoleh ASI sebagai makanan pertama.
- Kemungkinan berhasilnya ASI eksklusif.
- Pelepasan hormon oksitosin yang membantu menghentikan perdarahan ibu dan melancarkan ASI.

### Bagaimana mengenali perilaku bayi?

- 30-45 menit setelah lahir bayi dalam kondisi siaga. Mata terbuka lebar dan sesekali memandang ibunya.
- 45-60 menit bayi menggerakkan mulut seperti akan mencium, mengeluarkan suara, menjilat tangan untuk mengenali ketuban yang sama dengan bau cairan payudara ibu.
- Mengeluarkan liur sebagai pengenalan adanya makanan (ASI).
- Bergerak ke arah payudara dengan menjejakkan kaki pada perut ibu, meremas dan menggapainya.
- Mulai menyusu setelah mendapatkan puting.

### Bagaimana cara melakukan IMD?

- Dianjurkan agar suami/keluarga menemani ibu saat bersalin.
- Hindari penggunaan obat kimia karena khawatir masuk ke ASI jam-jam pertama yang dikonsumsi bayi.
- Keringkan bayi terutama kepala, tapi jangan menghilangkan lemak putih (vernix) terutama di tangan.
- Bayi diletakkan tengkurap di dada ibu dengan mata setinggi puting. Keduanya tidak memakai baju, tapi boleh diselimuti setelah bersentuhan kulitnya.
- Ibu dianjurkan menyentuh bayinya untuk merangsang mencari puting.
- Bayi bergerak mencari puting ibunya.
- IMD berlangsung 1 jam. Jika sebelum 1 jam sudah berhasil, maka teruskan hingga 1 jam. Jika lewat 1 jam dan belum berhasil, maka dekatkan bayi ke puting tapi jangan masukkan ke mulutnya. Tambah waktu IMD 30 menit – 1 jam.
- Tindakan lain seperti mengukur & menimbang bayi, memberi vitamin K, memberi tetes mata, ditunda hingga IMD selesai.
- Proses IMD harus dilakukan apapun metode persalinannya.
- ASI diberi tanpa tambahan zat lain kecuali ada indikasi secara medis. Usahakan pula untuk rawat gabung dalam 24 jam pertama.

### Penulis

dr. Gina Anindyajati  
g.anindyajati@angsamerah.com