

Faktor keberhasilan ibu pekerja dalam memberikan ASI eksklusif di Puskesmas Sedayu I, Bantul, Yogyakarta

Success factors of working mother to provide exclusive breastfeeding in Puskesmas Sedayu I, Bantul, Yogyakarta

Fania Fitriani¹, Wahyuningsih¹, Kayat Haryani¹

ABSTRACT

Background: Breastmilk is the first food and the best food for the baby. Breastmilk contains variety of nutrients needed for the baby. It is important to identify the success factors in giving exclusive breastfeeding

Objectives: To obtain deeper understanding about factors that determine the success of carrier women in giving exclusive breastfeeding in Puskesmas Sedayu II, Bantul, Yogyakarta

Methods: This research used qualitative study design with phenomenological approach. There were five participants in this study, who lived near Puskesmas Sedayu II, Bantul, Yogyakarta. The participant aged 27-32 years and had children aged 6-12 months. The education background of participants were high school until under graduate study. Participants worked as private employees and healthworkers in private hospitals in Yogyakarta.

Results: Participants understood about the importance of exclusive breastfeeding, the trusted in breastmilk production, concern with nutrition intake during breastfeed, and had the support from closed people to give exclusive breastfeeding.

Conclusions: Factors that determine the success of working mothers in giving exclusive breastfeeding include: understanding of participants about giving exclusive breastfeeding, trusting in the breastmilk production, concerning in nutrition intake during breastfeed, and supporting from people closed people to give exclusive breastfeeding.

KEYWORDS: exclusive breastfeeding, success factors, support

ABSTRAK

Latar belakang: ASI merupakan makanan yang pertama dan terbaik bagi bayi. ASI mengandung berbagai zat gizi yang dibutuhkan bagi bayi, sehingga penting untuk mengidentifikasi faktor keberhasilan dalam pemberian ASI eksklusif.

Tujuan: Untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam tentang faktor keberhasilan ibu pekerja dalam memberikan ASI eksklusif di Puskesmas Sedayu II, Bantul, Yogyakarta.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Partisipan penelitian berjumlah 5 yang bertempat tinggal di wilayah kerja Puskesmas Sedayu II, Bantul, Yogyakarta dengan karakteristik partisipan usia 27-32 tahun dan mempunyai anak usia 6-12 bulan. Pendidikan partisipan yaitu SMK hingga S1. Pekerjaan partisipan sebagai karyawan swasta dan tenaga kesehatan di RS swasta di Yogyakarta.

Hasil: Ibu memahami tentang pentingnya ASI eksklusif, yakin terhadap produksi ASI, memperhatikan asupan gizi selama menyusui, dan mendapat dukungan orang terdekat untuk memberikan ASI eksklusif.

Kesimpulan: Faktor keberhasilan ibu bekerja memberikan ASI eksklusif meliputi: pemahaman ibu tentang pentingnya ASI eksklusif, keyakinan terhadap produksi ASI, memperhatikan asupan gizi selama menyusui, dan dukungan orang terdekat terhadap pemberian ASI eksklusif.

KATA KUNCI: ASI eksklusif, faktor keberhasilan, dukungan orang terdekat

¹ Prodi S1 Ilmu Keperawatan, Universitas Alma Ata Yogyakarta, Jl. Ring Road Barat Daya No 1, Yogyakarta

PENDAHULUAN

ASI merupakan makanan yang pertama, utama, dan terbaik bagi bayi, yang bersifat alamiah. ASI mengandung berbagai zat gizi yang dibutuhkan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan bayi. ASI memiliki kelebihan yang meliputi tiga aspek, yaitu aspek gizi, aspek kekebalan, dan aspek kejiwaan berupa jalinan kasih sayang yang penting untuk perkembangan mental dan kecerdasan anak (1).

United Nations Childrens Fund (UNICEF) memperkirakan bahwa pemberian ASI eksklusif sampai usia 6 bulan dapat mencegah kematian 1,3 juta anak berusia di bawah lima tahun. Suatu penelitian di Ghana menunjukkan bahwa 16% kematian bayi dapat dicegah melalui pemberian ASI pada bayi sejak hari pertama kelahirannya. Angka ini naik menjadi 22% jika pemberian ASI dimulai dalam satu jam pertama setelah kelahiran bayi, namun di Indonesia hanya 38% ibu yang memberikan ASI eksklusif kepada bayinya sampai umur 6 bulan dan hanya 34% bayi disusui dalam waktu satu jam pertama setelah kelahirannya (2). Menyusui dampaknya sangat signifikan dalam menurunkan angka kematian anak. Oleh karena itu sangat dianjurkan untuk memberikan ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan (3).

Sampai dengan tahun 2008, cakupan ASI eksklusif di Provinsi DIY baru mencapai 39,9%, menurun pada tahun 2009 yaitu sebesar 34,56% dan meningkat menjadi 40,03% pada tahun 2010. Pada tahun 2011, cakupan ASI eksklusif kembali menunjukkan peningkatan menjadi 49,5%. Lebih rinci, cakupan ASI eksklusif di Kabupaten Sleman sudah mencapai $\geq 60\%$, di Gunungkidul masih 20-39%, sedangkan di kabupaten/kota yang lain masih berkisar 40-39%. Capaian ASI eksklusif tahun 2012 menunjukkan kondisi yang sedikit menurun yaitu sebesar 48% (4).

Pada studi pendahuluan di Puskesmas Sedayu II, Bantul, Yogyakarta pada tanggal 7 November 2014 sampai 7 Desember 2014, diperoleh data bahwa jumlah ibu yang mempunyai anak usia 7-12 bulan sebanyak 89 ibu. Dari jumlah ibu tersebut, ternyata 23 ibu bekerja, sedangkan sisanya tidak bekerja. Dari 23 ibu tersebut, hanya

13 ibu yang mampu memberi ASI secara eksklusif kepada anaknya, sedangkan sisanya tidak.

Berdasarkan latar belakang dan studi pendahuluan di atas, diadakan penelitian tentang faktor keberhasilan ibu pekerja dalam memberikan ASI eksklusif di Puskesmas Sedayu II, Bantul, Yogyakarta.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Sedayu II, Bantul, Yogyakarta pada 2 Maret-2 April 2015.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang tinggal di wilayah kerja Puskesmas Sedayu II, Bantul, Yogyakarta, ibu yang mempunyai anak usia 6-12 bulan dan ibu pekerja yang berhasil memberikan ASI eksklusif. Informan ditentukan secara non-random dengan menggunakan teknik *purposive sampling* sehingga diperoleh jumlah informan utama yaitu 5 orang ibu bekerja yang terdiri dari: 2 orang karyawan swasta, 1 orang dokter, dan 2 orang petugas kesehatan. Dimensi penelitian yaitu pemahaman ibu mengenai pentingnya ASI eksklusif, keyakinan ibu terhadap produksi ASI, asupan gizi selama menyusui, dan dukungan orang terdekat untuk memberikan ASI eksklusif. Teknik pengumpulan data dengan wawancara mendalam. Setiap informan diambil datanya selama 3 hari dengan frekuensi 7x tatap muka dan masing-masing tatap muka berdurasi 30-60 menit. Pengolahan data melalui tahapan *editing*, *coding*, dan *cleaning*. Analisis data dilakukan dengan tahap transkrip, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Pada tahap analisis data dilakukan pemeriksaan keabsahan data dengan cara membandingkan atau menghubungkan data-data (*cross check*) dan triangulasi.

HASIL

Karakteristik informan

Informan ibu yang memberikan ASI secara eksklusif berjumlah 5 orang dengan umur termuda

Tabel 1. Karakteristik informan

Identitas	Pekerjaan dan pendidikan	Jumlah anak	Usia anak (bulan)
Sy (32)	Karyawan swasta Sarjana akuntansi	2	7
Fem (28)	Perawat radiologi D3 keperawatan	1	8
Wa (31)	Karyawan swasta SMK	2	7
Ni (27)	Perawat D3 keperawatan	1	8
Ri (27)	Dokter umum S1 Kedokteran umum	1	8

27 dan umur tertua adalah 32 tahun. Pendidikan terendah informan adalah tamat SMK dan tertinggi adalah tamat S1 dengan kriteria 1 orang tamat SMK, 2 orang tamat D3, 2 orang tamat S1.

Pemahaman ibu bekerja mengenai pentingnya ASI eksklusif

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu menyusui, kelima informan berhasil menyusui bayi secara eksklusif karena telah memiliki pengetahuan dan pemahaman mengenai pentingnya memberikan ASI, seperti pemaparan berikut:

“ASI (Air Susu Ibu) dimana disitu akan terjalin selain kedekatan antara ibu dan anak juga untuk imunnya lebih baik daripada susu formula dan anaknya lebih sehat dan cerdas” (Ibu Sy, 5 Maret 2015)

“Pentingnya banyak sih mbak, ya sebagai kekebalan itu tadi biar untuk ketahanan terhadap penularan penyakit. Sekarang kan banyak penyakit bermacam-macam to mbak. Jadi biar bayinya itu kebal terhadap penyakit, virus-virus yang sekarang banyak itu” (Ibu Wa, 13 Maret 2015).

Keyakinan ibu bekerja terhadap produksi ASI

Berdasarkan hasil wawancara dapat diambil kesimpulan bahwa ibu bekerja harus memiliki keyakinan untuk dapat memberikan ASI eksklusif. Selain itu ibu juga harus mengelola kondisi psikisnya agar produksi ASI tetap terjaga, seperti pemaparan sebagai berikut:

“Sempat stress juga. Sempat capek, soalnya masih kerja, anak masih kecil, mesti “bangun tengah malam, tapi lama-lama biasa kok. Yakin nek bisa ASI” (Ibu Ri, 22 Maret 2015).

“Kalau untuk anak kedua ini saya tidak terlalu takut. Kalau yang anak pertama memang saya beranggapan kalau ASI saya tidak cukup. Kata dokter yang merawat anak saya pertama bilang ASI itu tidak bisa diukur dengan ml bu. Jadi kasih ASI terus. Nah saya dari situ semangat terus. Kalau saya mulai tidak semangat, besok anak saya minum apa....” (Ibu Sy, 5 Maret 2015).

Asupan gizi ibu menyusui

Berdasarkan hasil wawancara, semua informan menyatakan bahwa mengonsumsi makanan yang bergizi selama menyusui. Seperti kutipan wawancara berikut ini:

“Makanan-makanan yang banyak, vitamin, apalagi sayuran, minuman susu untuk ibu menyusui” (Ibu Ni, 17 Maret 2015).

“Saya yang penting niat yang kuat, menjaga makanan, makanan-makanan yang meningkatkan ASI misalnya sayur-sayuran, daun katu, daun papaya, kacang-kacangan, minum suplemen untuk meningkatkan ASI” (Ibu Ri, 22 Maret 2015).

“Ya waktu itu mungkin karena faktor lelah ya buk sehabis melahirkan itu kadang kan kita malas untuk mengonsumsi nutrisi kaya gitu karena sudah kecapekan dulu, tetapi demi anak ya harus nutrisi saya, saya penuh terutama sayur saya perbanyak minum putih biar produksinya banyak” (Ibu Wa, 13 Maret 2015).

Dukungan orang terdekat terhadap pemberian ASI eksklusif

Berdasarkan hasil wawancara diketahui bahwa informan ibu menyusui juga mendapat dukungan dari orang terdekat yaitu suami dan ibu kandung.

“Kalau suamiku mendukung penuh sih mbak. Kadang kalau ada kerjaan rumah kalau

aku capek apalagi ngurusin anakku yang nyelesain kerjaan rumah suamiku, dia tetap membantuin untuk ASI eksklusif sampai dua tahun. Yang lain dukung semua sih. Kalau aku tidak sempat masak, yang masakin ibu. Intinya untuk konsumsi aku” (Ibu Fe, 9 Maret 2015).

“Bantuin bersihin botol, nyiapin botol” (Bapak Sy, 5 Maret 2015).

“Kalau upaya saya sederhana saja ya mbak, kalau istri pagi kerja, istri sedang siap-siap, saya yang mempersiapkan botol ASI dan cooler bag untuk di bawa istri ke tempat kerja. Jadi setiap harinya saya yang mempersiapkan, karena malam istri sudah kecapekan, tidur kurang, di tambah paginya istri kerja. Kalau istri pulang kerja, saya yang bersihin botol-botol ASI, saya juga yang mensterilkan botol ASI. Jadi tugas istri focus memeras saja” (Bapak Su, 2 April 2015).

BAHASAN

Pemahaman pentingnya ASI eksklusif

Berdasarkan hasil penelitian diketahui ibu memiliki pengetahuan yang baik mengenai ASI eksklusif seperti dapat meningkatkan kekebalan tubuh bayi dan juga terjalin kedekatan dan kasih sayang antara ibu dengan anak. Hal ini sesuai dengan yang pernyataan bahwa proses menyusui merupakan interaksi positif antara ibu dan bayinya. ASI membuat bayi lebih nyaman dalam dekapan ibu dan ia akan menjadi pribadi yang matang (5).

Pengetahuan dan pemahaman ibu mengenai ASI akan menentukan perilaku untuk mencapai ASI eksklusif. Berdasarkan penelitian di Tangerang diketahui bahwa ibu yang memiliki pengetahuan baik 1,9 kali berpeluang untuk memberikan ASI eksklusif dibandingkan dengan ibu yang berpengetahuan kurang (6).

Keyakinan tentang produksi ASI

Salah satu faktor lainnya untuk mendukung keberhasilan mencapai ASI eksklusif adalah keyakinan yang kuat dari dalam diri untuk dapat menyusui secara eksklusif. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian

yang menyatakan bahwa ibu bekerja yang berhasil memberikan ASI eksklusif karena memiliki intensi yang kuat untuk menyusui eksklusif (7). Beberapa penelitian sebelumnya melaporkan ibu dengan keyakinan yang kuat, lebih sedikit mengalami permasalahan menyusui, persepsi yang baik tentang tentang kepuasan bayi saat menyusui, dan berupaya aktif memperoleh informasi tentang laktasi (8).

Asupan gizi ibu menyusui

Berdasarkan hasil wawancara mendalam, semua informan melakukan usaha untuk meningkatkan produksi ASI dengan mengonsumsi makanan sayuran hijau seperti daun katuk, pepaya dan sebagainya. Ibu menyusui yang lain juga meminum vitamin pelancar ASI, susu ibu hamil dan memperbanyak konsumsi air putih. Hal ini sejalan dengan penelitian di Kota Yogyakarta tahun 2014 bahwa ibu dapat mencapai ASI eksklusif dengan mengonsumsi porsi makanan lebih banyak, sayuran hijau, jamu *uyup-uyup*, vitamin pelancar ASI, banyak minum air putih dan mengelola kondisi kelelahan serta stress (9). Hal ini sesuai dengan pernyataan bahwa mengonsumsi sayuran seperti daun katuk, bayam, buncis, jagung, kacang dapat memberi manfaat untuk membantu memperbanyak produksi ASI (10).

Peran orang terdekat dalam mendukung ASI eksklusif

Salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan ibu bekerja memberikan ASI eksklusif adalah adanya dukungan dari orang terdekat yaitu suami dan ibu. Dukungan yang diberikan suami yaitu membantu mencucikan dan mensterilkan botol. Selain itu karena kondisi kelelahan ibu dari ibu bekerja juga rela membantu memasak untuk asupan gizi ibu menyusui.

Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa ibu yang mendapat dukungan dari suami akan lebih lama memberi ASI dibandingkan ibu yang tidak mendapat dukungan dari suaminya (11). Studi di Australia menemukan keberhasilan praktek pemberian ASI eksklusif 1,5 kali lebih besar bila didukung oleh suami (12).

KESIMPULAN DAN SARAN

Faktor keberhasilan ibu bekerja dalam memberikan ASI eksklusif meliputi: pemahaman ibu tentang ASI eksklusif, keyakinan ibu terhadap produksi ASI, asupan gizi ibu menyusui, dan dukungan orang terdekat terhadap pemberian ASI eksklusif.

Saran bagi pemerintah yaitu program cuti diperpanjang lagi yaitu 6 bulan agar cakupan ASI eksklusif lebih meningkat. Bagi peneliti selanjutnya perlu mencermati cara triangulasi data dengan baik dan benar dan juga perlu mengambil data secara kuantitatif untuk mendukung hasil penelitian.

RUJUKAN

1. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. Profil kesehatan Indonesia tahun 2007. Jakarta: Departemen Kesehatan RI; 2007.
2. Baskoro. ASI panduan praktis ibu menyusui. Yogyakarta: Banyu;
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Sayang bayi beri ASI. Jakarta: Departemen Kesehatan RI; 2012.
4. Dinas Kesehatan Provinsi DIY. Profil kesehatan Provinsi D.I Yogyakarta tahun 2013. Yogyakarta: Dinas Kesehatan Provinsi DIY; 2014.
5. Roesli U. Mengenal ASI eksklusif. Jakarta: Trubus Agriwidya, Anggota IKAPI; 2005.
6. Ibrahim E. Analisis faktor determinan pemberian ASI Eksklusif di Kabupaten Tangerang Propinsi Banten. Universitas Indonesia; 2002.
7. Agustina I. Keberhasilan ibu bekerja memberikan ASI eksklusif. *J Gizi dan Diet Indones.* 2013;3(2):69–76.
8. Foster D, McLachlan H, Lumley J, Women F associated with breastfeeding at six months postpartum in a group of A. Factors associated with breastfeeding at six months postpartum in a group of Australian Women. *Int Breast Feed J.* 2006;1:18.
9. Sabila TZ. Perilaku ibu dan dukungan orang tua dalam pencapaian ASI eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Gondokusuman I Yogyakarta. *J Teknol Kesehat.* 2014;10(2):113–7.
10. Adriani N, Wiratmadji B. Pengantar gizi dalam siklus kehidupan. Jakarta: Penerbit Kencana Prenada Media Group; 2005.
11. Sinclair C. Buku saku kebidanan. Jakarta: EGC; 2003.
12. Susin. Inclusion of fathers in an intervention to promote breastfeeding impact on breastfeeding rates. *J Hum Lact.* 2004;24(4):386–92.