

# DUKUNGAN MENYUSUI EKSKLUSIF PADA IBU YANG BEKERJA DI KOTA PEKANBARU

Sustiara Derma<sup>1</sup>, Widia Lestari<sup>2,3</sup>, Wasisto Utomo<sup>3</sup>

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Riau

Email: [sustiara.derma2094@student.unri.ac.id](mailto:sustiara.derma2094@student.unri.ac.id)

## Abstrak

Ibu menyusui yang bekerja memiliki beban ganda, dimana selain menjadi ibu dan menyusui anaknya, ibu dituntut untuk tetap bekerja di luar rumah. Ibu menyusui yang bekerja membutuhkan dukungan dari keluarga, teman kerja dan tempat kerja agar dapat tetap memberikan ASI eksklusif dan bekerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran dukungan menyusui eksklusif pada ibu yang bekerja. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan desain survey. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 50 orang dengan teknik pengambilan sampel yaitu insidental *sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner dukungan keluarga, dukungan teman kerja dan dukungan tempat kerja serta analisis yang digunakan yaitu analisis deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga yang diperoleh ibu bekerja rendah 60,0%, dukungan teman kerja yang rendah 66,0%, dan dukungan tempat kerja yang rendah yaitu 80,0%. Dukungan untuk menyusui eksklusif rendah terutama dari keluarga, teman kerja, dan tempat kerja sehingga ibu bekerja yang menyusui eksklusif hanya 4,0%.

*Kata Kunci: dukungan; ibu bekerja; ASI eksklusif*

## Abstract

*Breastfeeding work mothers have a double burden, where in addition to being a mother and breastfeeding their children, mothers are required to continue to work outside the home. Breastfeeding mothers who work need support from family, work friends and workplaces in order to continue to provide exclusive breastfeeding and work. This study aims to determine the description of exclusive breastfeeding support for working mothers. This research is a descriptive study with a survey design. The sample in this study as many as 50 people with a sampling technique that is accidental sampling. The data was collected using a questionnaire on family support, coworkers support and workplace support and the analysis used was descriptive analysis. The results of this study indicate that the family support obtained by working mothers is low 60.0%, coworkers support is low 66.0%, and workplace support is low 80.0%. Support for exclusive breastfeeding is low, especially from family, workfriends, and workplace so working mothers who did exclusively breastfeed only 4.0%.*

*Keywords: exclusive breastfeeding; support; working mother*

## PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam-garam organik yang disekresikan oleh kedua kelenjar payudara ibu yang mengandung semua zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan optimal bayi (Sari, 2017). ASI bersifat eksklusif yang mana berarti bahwa pemberiannya berlaku sejak bayi baru lahir hingga berumur 6 bulan (Kemenkes RI, 2018). ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk

daya tahan tubuh dan pembunuh kuman dalam jumlah tinggi sehingga pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko kematian pada bayi. Kolostrum berwarna kekuningan dihasilkan pada hari pertama sampai hari ketiga. Hari keempat sampai hari kesepuluh ASI mengandung immunoglobulin, protein, dan laktosa lebih sedikit dibandingkan kolostrum tetapi lemak dan kalori lebih tinggi dengan warna susu lebih putih. Selain mengandung zat-zat makanan, ASI juga mengandung zat penyerap berupa enzim

tersendiri yang tidak akan mengganggu di usus (Kemenkes, 2017).

Suradi (2014) menyatakan bahwa salah satu faktor yang dapat menghambat keberhasilan menyusui pada ibu adalah bekerja. Ibu bekerja menghadapi tantangan seperti pendeknya waktu cuti kerja, kurangnya dukungan tempat kerja, pendeknya waktu istirahat saat bekerja (tidak cukup waktu untuk memerah ASI), tidak adanya ruangan untuk memerah ASI, pertentangan keinginan ibu antara mempertahankan prestasi kerja dan produksi ASI (Suradi, 2014). Agustina (2020) mengemukakan hambatan lain yang muncul dari tempat kerja yaitu setiap tempat kerja sudah memiliki kebijakan terkait ibu menyusui, tetapi pimpinan dan teman kerja masih memiliki pandangan negatif tentang menyusui sehingga membuat ibu tidak nyaman. Masih ada tempat kerja yang tidak memiliki ruangan untuk memompa/menyusui meskipun mengizinkan untuk memompa ASI di jam kerja. Namun, tempat kerja masih memberikan beban kerja pada ibu menyusui sehingga ibu merasa kesulitan untuk memompa ASI (Agustina, 2020).

Undang-Undang (UU) Ketenagakerjaan telah mengatur banyak hal terkait perlindungan bagi tenaga kerja perempuan. Pasal 82(1) UU Ketenagakerjaan No. 13 tahun 2003, menyatakan “pekerja perempuan berhak memperoleh istirahat selama 1.5 (satu setengah) bulan sebelum saatnya melahirkan anak dan 1.5 (satu setengah) bulan sesudah melahirkan menurut perhitungan dokter kandungan atau bidan”. Pasal 83 UU Ketenagakerjaan No. 13 tahun 2003 menyatakan, “pekerja perempuan yang anaknya masih menyusu harus diberi kesempatan sepatutnya untuk menyusui anaknya jika hal itu harus dilakukan selama waktu kerja”. Konvensi Organisasi Pekerja Internasional No. 183 tahun 2000 yang mengatur tentang perlindungan maternitas dan hak reproduksi pada pekerja perempuan tercantum bahwa cuti melahirkan selama 14 minggu dan wajib disediakan sarana pendukung ibu menyusui di tempat kerja. Undang-Undang Perburuhan di Indonesia

No. 1 tahun 1995 memberikan cuti melahirkan selama 12 minggu dan kesempatan menyusui 2 x 30 menit dalam jam kerja (Suradi, 2014).

Keberhasilan dalam memberikan ASI eksklusif pada ibu bekerja sangat tergantung dari lingkungan terutama dukungan dari suami, anggota keluarga lain, teman kerja dan komunitas sehingga ibu dapat dengan nyaman memberikan ASI serta mengasuh anaknya sambil bekerja (Suradi, 2014). Tingginya tingkat pendidikan ibu, lama bekerja, adanya dukungan keluarga, adanya dukungan perusahaan dalam hal penyediaan tempat penitipan anak di tempat kerja, ruangan khusus untuk memerah ASI, adanya waktu istirahat yang cukup untuk memerah ASI merupakan faktor pendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Kristiyanti & Chabibah, 2020).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif sederhana dengan menggunakan desain survei, dimana penelitian ini dilakukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan fenomena pada suatu populasi (Lapau, 2015). Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan variabel dukungan menyusui eksklusif pada ibu yang bekerja dimana berupa dukungan keluarga, dukungan teman kerja, dan dukungan tempat kerja. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran dukungan menyusui eksklusif pada ibu yang bekerja.

Kuesioner dukungan menyusui eksklusif pada ibu bekerja dimana kuesioner dukungan keluarga merupakan kuesioner yang dimodifikasi dari teori Friedman (2013), sedangkan kuesioner dukungan teman kerja dimodifikasi dari teori Sarafino (2012), dan dilakukan uji validitas dan reliabilitas pada kedua kuesioner penelitian. Kuesioner dikatakan valid dengan  $r$  hitung  $> 0.361$ . Kuesioner dukungan keluarga dikatakan reliabel dengan *Cronbach alpha's* 0.851 sedangkan kuesioner teman kerja didapatkan *Cronbach alpha's* 0.894. Temuan penelitian berupa data univariat karakteristik responden dan variabel penelitian yaitu dukungan

keluarga, dukungan teman kerja, dan dukungan tempat kerja.

Karakteristik	N	%
<b>Usia responden</b>		
a. 20-35 tahun	39	78.0
b. >36 tahun	11	22.0
Total	50	100
<b>Pendidikan</b>		
a. Rendah	-	-
b. Sedang	1	2.0
c. Tinggi	49	98.0
Total	50	100
<b>Pekerjaan</b>		
a. Pegawai negeri	12	24.0
b. Pegawai swasta	38	76.0
Total	50	100
<b>Jumlah anak</b>		
a. 1 orang	26	52.0
b. 2 orang	17	34.0
c. 3 orang	7	14.0
Total	50	100
<b>Tipe keluarga</b>		
a. Keluarga inti	28	56.0
b. Keluarga besar	22	44.0
Total	50	100
<b>Pengasuh</b>		
a. Keluarga	46	92.0
b. <i>Babysitter</i> /ART	4	8.0
Total	50	100
<b>ASI</b>		
a. <6 bulan	48	96.0
b. 6 bulan	2	4.0
Total	50	100

## HASIL PENELITIAN

### Analisis Univariat

Tabel 1 *Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden*

Tabel 1 menunjukkan dari 50 responden yang telah diteliti didapatkan hasil sebanyak 39 orang (78.0%) responden berusia 20-35 tahun. Sebagian besar responden berpendidikan tinggi yaitu sebanyak 49 orang (98.0%). Status pekerjaan responden sebagian besar bekerja sebagai pegawai swasta dengan jumlah 38 orang (76.0%). Sebagian besar responden mempunyai 1 orang anak yaitu sebanyak 26 orang (52.0%). Rata-rata responden tinggal dengan keluarga intinya (*nuclear family*) dimana terdiri dari suami, istri

dan anak-anak dengan jumlah sebanyak 28 orang (56%). Saat para ibu menyusui bekerja mayoritas anak yang ditiptkan pada keluarga berjumlah 46 orang (92.0%). Ibu bekerja yang berhasil memberikan ASI secara eksklusif yaitu berjumlah 2 orang (4.0%).

Tabel 2 *Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian*

Dukungan Menyusui Eksklusif	N	%
<b>Dukungan keluarga</b>		
a. Tinggi	20	40.0
b. Rendah	30	60.0
Total	50	100
<b>Dukungan teman kerja</b>		
a. Tinggi	17	34.0
b. Rendah	33	66.0
Total	50	100
<b>Dukungan tempat kerja</b>		
a. Tinggi	10	20.0
b. Rendah	40	80.0
Total	50	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebanyak 60,0% ibu menyusui yang bekerja mendapatkan dukungan yang rendah dari keluarga. Sebanyak 66,0% mendapat dukungan teman kerja yang rendah. Dukungan tempat kerja yang diperoleh oleh ibu menyusui yang bekerja adalah rendah yaitu sebanyak 80,0%.

## PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan umur responden sebagian besar berumur 20-35 tahun sebanyak 39 orang (78,0%). Menurut BKKBN (2012) usia yang ideal bagi wanita untuk hamil dan melahirkan adalah di rentang usia 20-35 tahun. Secara fisik rentang usia 20-35 tahun sangat ideal bagi wanita untuk hamil dan melahirkan karena pada usia ini fungsi kerja organ reproduksi masih berjalan secara optimal serta kematangan mental dan emosional ibu juga lebih siap (Zega & Maas, 2015). Wanita pada rentang usia ini memiliki tahapan tugas sebagai individu yang produktif dimana memantapkan diri untuk menekuni karier sesuai dengan kemampuannya, usia yang ideal untuk membina keluarga melalui

pernikahan dan memiliki keturunan sehingga banyak ditemukan ibu bekerja yang memiliki anak usia *infant* yang masih membutuhkan ASI (Potter & Perry, 2010).

Penelitian dukungan menyusui eksklusif pada ibu yang bekerja didapatkan mayoritas ibu ada dalam kategori pendidikan tinggi yaitu Perguruan Tinggi sebanyak 49 orang (98,0%). UU RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa tingkat pendidikan dibagi menjadi tiga, pendidikan rendah yaitu sekolah dasar dan sekolah menengah pertama, pendidikan menengah yaitu sekolah menengah atas serta pendidikan tinggi yaitu perguruan tinggi. Pendidikan merupakan salah satu faktor yang dapat menunjang keberhasilan pemberian ASI pada ibu. Namun, banyak faktor lain yang dapat menghambat keberhasilan ibu dalam pemberian ASI eksklusif. Seperti hasil yang diperoleh dari penelitian ini, bahwa rendahnya dukungan yang diperoleh oleh ibu dapat mempengaruhi keputusan ibu. Sehingga meskipun pendidikan formal ibu tinggi, dengan keadaan yang mempunyai banyak hambatan dapat menjadikan ibu tidak bisa memberikan ASI secara eksklusif pada bayinya.

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden bekerja sebagai pegawai swasta yaitu 38 orang (76,0%). Rendahnya keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja juga dapat dikarenakan faktor kesulitan yang dirasakan oleh ibu bekerja. Dimana ibu yang bekerja formal harus bekerja di luar rumah sehingga mendapatkan kesulitan untuk tetap dapat memberikan ASI eksklusif pada bayinya.

Hasil penelitian menunjukkan responden dengan jumlah anak 1 orang sebanyak 26 orang (52,0%). Pada umumnya ibu yang sudah punya anak minimal 1 kali itu sangat antusias untuk mempersiapkan kelahiran dan juga menyusui anaknya (Rahmawati, 2020). Namun menurut penelitian Faulina (2021) tentang keberhasilan ibu primipara memberikan ASI eksklusif terdapat banyak masalah pada awal-awal menyusui karena kurangnya pengalaman serta pengetahuan tentang teknik menyusui

yang benar. Masalah-masalah yang dialami yaitu puting lecet, puting kecil, ASI tidak keluar banyak, payudara bengkak dan puting susu tenggelam.

Tipe keluarga responden didapatkan hasil mayoritas tinggal dengan keluarga inti, yaitu terdiri dari suami, istri serta anak-anak dengan jumlah sebanyak 28 orang (56,0%). Keluarga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif dikarenakan keluarga adalah sumber utama bagi ibu untuk mendapatkan dukungan yang dapat meningkatkan keyakinan ibu untuk memberikan ASI eksklusif pada bayinya (Emmott et al., 2020).

Saat responden pergi bekerja, rata-rata anak diasuh atau dititipkan kepada keluarga yaitu sebanyak 46 orang (96,0%). Peneliti berasumsi dengan dititipkannya anak kepada keluarga, membuat ibu lebih nyaman dan merasa aman untuk bekerja dikarenakan anaknya bersama dengan keluarganya sendiri. Keikutsertaan keluarga dalam membantu ibu untuk menjaga anaknya saat ibu bekerja seharusnya dapat meningkatkan dukungan yang didapat dari keluarga. Namun demikian, pada penelitian ini diperoleh data bahwa meskipun sebagian besar keluarga yang menjaga anak saat ibu pergi bekerja, dukungan keluarga yang diperoleh ibu bekerja yang menyusui masih rendah.

## **Variabel Penelitian**

### **Dukungan Keluarga**

Hasil penelitian diperoleh bahwa dukungan keluarga yang didapatkan oleh ibu menyusui yang bekerja rendah yaitu 30 (60,0%). Dukungan keluarga merupakan salah satu faktor yang penting dalam kesuksesan pemberian ASI eksklusif. Keluarga dapat memberikan dukungan berupa bantuan, motivasi, dan semangat agar ibu dapat yakin dan percaya diri untuk menyusui anak selama 6 bulan atau lebih. Dukungan keluarga menurut Friedman (2013) adalah sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional.

Dukungan keluarga adalah bantuan yang dapat diberikan kepada anggota keluarga lain berupa barang, jasa, informasi dan nasihat yang mampu membuat penerima dukungan akan merasa disayang, dihargai, dan tenteram. Faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja yaitu salah satunya dukungan keluarga, semakin baik dukungan yang didapatkan maka keberhasilan pemberian ASI eksklusif dan kemampuan ibu untuk terus menyusui semakin tinggi (Mutiarani, 2018).

#### Dukungan teman kerja

Dukungan teman kerja yang didapatkan oleh ibu menyusui yang bekerja berdasarkan hasil penelitian yaitu rendah 33 (66,0%). Ibu yang bekerja memiliki beban ganda, dimana selain menjadi ibu dan menyusui anaknya, ibu diharuskan untuk tetap bekerja di luar rumah. Ibu yang bekerja memerlukan dukungan dari orang sekitarnya agar dapat terus memberikan ASI pada anaknya. Salah satu yang dapat mendukung ibu yaitu teman kerja. Ibu yang bekerja di luar rumah akan lebih banyak berinteraksi dengan orang-orang yang ada di lingkungan kerjanya, sebagian besar waktu di siang hari ibu bekerja dihabiskan bersama teman kerja sehingga dukungan dari teman kerja dapat menjadi salah satu faktor krusial dalam keberhasilan menyusui. Dukungan dari teman kerja membantu ibu untuk mendapatkan informasi yang bermanfaat dan penting serta menambah pengetahuan ibu dan menambah kepercayaan diri ibu sehingga dapat mempengaruhi keputusan ibu untuk memberikan ASI eksklusif (Khasanah, 2018).

#### Dukungan tempat kerja

Hasil penelitian menunjukkan dukungan tempat kerja yang didapatkan oleh ibu menyusui yang bekerja rendah yaitu 40 (80,0%). Dukungan tempat kerja sangat diperlukan oleh ibu menyusui yang bekerja sebab dapat menjadi dorongan bagi ibu untuk pemberian ASI eksklusif. Salah satu bentuk dukungan dari tempat kerja yang dibutuhkan oleh ibu menyusui yang bekerja yaitu fasilitas dan kebijakan. Hasil pada penelitian ini menunjukkan ketersediaan ruang menyusui yang sangat minim menyebabkan sulitnya ibu

menyusui yang bekerja untuk memerah ASI di tempat kerja. Padahal, ruang menyusui merupakan sarana yang masuk dalam kategori sarana khusus bagi pengguna layanan berkebutuhan khusus. Dukungan saran dan prasarana ini sudah tercantum dalam UU No. 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan, dimana Pasal 128 ayat (2) Ibu mendapatkan jaminan, bahwa selama pemberian ASI, pihak keluarga, pemerintah, pemerintah daerah, dan masyarakat harus mendukung ibu secara penuh dengan penyediaan waktu dan fasilitas khusus, fasilitas tersebut diadakan di tempat kerja dan sarana umum. Hal ini merupakan kewajiban instansi penyelenggara pelayanan publik untuk menyediakannya (Ombudsman, 2018).

## **PENUTUP**

### **Simpulan**

Usia responden terbanyak yaitu berusia 26-35 tahun sebanyak 39 orang (78.0%), tingkat pendidikan seluruh responden berpendidikan tinggi yaitu 49 orang (98.0%), sebagian besar pekerjaan responden adalah pegawai swasta dengan jumlah 38 orang (76.0%), mayoritas jumlah anak adalah satu orang sebanyak 26 orang (52.0%), lebih dari separuh tinggal bersama keluarga inti yaitu 28 orang (56.0%), pada saat ibu bekerja sebagian besar anak ditiptikan pada keluarga yaitu 46 orang (92.0%), ibu bekerja yang berhasil memberikan ASI secara eksklusif yaitu berjumlah 2 orang (4.0%). Dukungan keluarga yang diperoleh ibu bekerja untuk menyusui eksklusif sebagian besar rendah yaitu 60.0%. Sebagian besar ibu mendapat dukungan yang rendah dari teman kerja yaitu 66.0%. Dukungan dari tempat kerja untuk ibu menyusui eksklusif sangat rendah yaitu 80.0%.

### **Saran**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam mengembangkan pengetahuan ilmu keperawatan khususnya keperawatan maternitas. Dukungan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keputusan pemberian ASI dari ibu ke bayinya. Orang-orang disekitar ibu menyusui yang

bekerja terkhususnya keluarga, teman kerja, dan tempat kerja diharapkan untuk dapat mendukung dan membantu ibu menyusui yang bekerja. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti lebih lanjut dan lebih rinci terkait hubungan aspek-aspek dukungan sosial yang faktor-faktor yang berhubungan terhadap rendahnya dukungan menyusui eksklusif yang diperoleh ibu menyusui yang bekerja.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, R., Prabandari, Y. S., & Sudargo, T. (2020). Hambatan pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja: Teori ekologi sosial. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 17(2).
- Emmott, E. H., et al. (2020). *Typologies of post-natal support and breastfeeding at two months in the UK*. *Social Science & Medicine*, 246, 112791.
- Friedman, M. M. (2013). *Buku ajar keperawatan keluarga: Riset, teori dan praktek*. Jakarta: EGC.
- Haryono, R., & Setianingsih, S. (2014). *Manfaat ASI eksklusif untuk buah hati anda*. Gosyen Publishing: Yogyakarta.
- Khasanah, M. (2018). Hubungan pemberian ASI dengan perubahan persentase lemak tubuh pada ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Arjuno Kota Malang. *Disertasi*. Malang: Universitas Brawijaya.
- Kristiyanti, R., & Chabibah, N. (2020). Dukungan Keluarga dan Dukungan Perusahaan pada Ibu Menyusui yang Bekerja di Wilayah Kabupaten Pekalongan. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 11(1), 145-152.
- Lapau, B. (2015). *Metode penelitian kesehatan*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Maulani, E., Setiyawati, N., & Retnaningsih, Y. (2020). Hubungan dukungan suami dan dukungan teman kerja terhadap pemberian ASI Eksklusif pada ibu bekerja di Wilayah Puskesmas Umbulharjo 1 Tahun 2020. *Skripsi*. Yogyakarta: Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Nopria, R., Ernawaty, J., & Jumaini. (2018). Hubungan dukungan keluarga dengan pemberian ASI eksklusif pada ibu yang bekerja. *Skripsi*. Pekanbaru: Universitas Riau.
- Potter, P., & Perry, A. (2010). *Fundamental of nursing*. (edisi 7). Jakarta: Salemba Medika.
- Rahmawati, D. A. (2020). Hubungan kelelahan kerja dengan siklus menstruasi pada pekerja wanita sektor formal. *Skripsi*. Magelang: Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2012). *Health psycholog: Biopsychosocial interactions*. USA: John Wiley & Sons Inc.
- Sari, S. P. (2017). Hubungan pelaksanaan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) dengan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan dan faktor lain yang mempengaruhi di Wilayah Kerja Puskesmas Alai Kota Padang Tahun 2017. *Skripsi*. Padang: Universitas Andalas.
- Suradi, S., dkk. (2014). *Indonesia menyusui*. Jakarta: IDAI. Malang. *Skripsi*. Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.