

## GAMBARAN PERILAKU MENYUSUI EKSKLUSIF PADA IBU BEKERJA

Zafira<sup>1)</sup> Oswati Hasanah<sup>2)</sup> Siti Rahmalia<sup>3)</sup>

Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau<sup>1</sup>

Departemen Keperawatan Komunitas Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau<sup>2</sup>

Departemen Keperawatan Medikal Bedah Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau<sup>3</sup>

E-mail : fira436@gmail.com

### *Abstract*

*The aim of this research was to describe behavior working mother's exclusive breastfeeding behavior. The design of this research was descriptive and conducted on working mother's in Puskesmas Melur working area. 62 who were taken by using purposive sampling techniques. Measuring instrument used were questionnaires that have been tested for validity and reliability. Analysis was used univariate in the form of a frequency distribution. The results showed majorly exclusive breastfeeding behavior in working mother's a less level (56,5%). The results of this research was recommend to every health care to giving health promotion about behavior on breastfeeding in working mother's.*

*Key words* : Behavior, Breasfeeding, working mother's

*Reference* : 35 (2005-2013)

### **PENDAHULUAN**

ASI adalah makanan terbaik dan paling sempurna untuk bayi, karena ASI merupakan makanan alamiah yang disediakan untuk bayi. ASI mempunyai komposisi nutrisi yang sesuai untuk perkembangan bayi (Suririnah, 2009). Kandungan gizinya yang tinggi dan adanya zat *immunoglobulin* didalamnya yang membuat ASI tidak tergantikan oleh susu formula serta ASI memiliki banyak manfaat untuk bayi. ASI mengandung lemak dan protein yang mudah dicerna oleh sistem pencernaan bayi serta baik untuk pertumbuhan (Yuliarti, 2010).

ASI juga bermanfaat bagi ibu, salah satunya untuk mengurangi risiko kanker payudara mungkin jarang diketahui orang. Penelitian yang dilakukan pada 6 negara berkembang yang melibatkan 147 orang ibu pada tahun 2000, menunjukkan bahwa minimal 20% ibu yang menyusui akan terhindar dari kanker payudara, semakin lama ibu menyusui maka makin sedikit risiko terserang kanker payudara (Yuliarti, 2010).

Keuntungan fisiologis yang luar biasa dari pemberian ASI adalah keamatan hubungan ibu dan anak. Bayi sangat dekat dengan kulit ibu, dapat mendengarkan irama jantung ibu, dan memiliki perasaan keamanan yang damai. Ibu memiliki perasaan menyatu dengan bayi

dan merasa puas ketika bayi mengisap ASI darinya (Wong, et all, 2008).

Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) pada tahun 2011 menunjukkan tingginya kematian bayi dan neonatal di Indonesia disebabkan oleh masih rendahnya pemberian ASI eksklusif. Kematian neonatal memberikan kontribusi terhadap 2 per tiga kematian bayi, sehingga akan mempengaruhi pencapaian *Millennium Development Goals* (MDGs) tahun 2015.

*World Health Organization* (WHO) merekomendasikan agar bayi sebaiknya hanya diberikan ASI saja paling sedikit enam bulan pertama yang dikenal dengan istilah pemberian ASI secara eksklusif.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti pada tahun 2010 mengenai pemberian ASI eksklusif, didapatkan bahwa bayi dengan ASI eksklusif memiliki angka kejadian diare lebih rendah dibandingkan dengan bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif.

Cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih sangat rendah, hal ini bisa dilihat sesuai dengan data Riset Kesehatan Dasar (RIKESDAS) pada tahun 2013, ibu yang menyusui secara eksklusif selama 6 bulan sebanyak 30,2% meningkat jika dibandingkan pada tahun 2010 dimana pemberian ASI eksklusif hanya mencapai

15,3 %, walaupun terjadi peningkatan pemberian ASI eksklusif, presentasi ini masih rendah jika dibandingkan dengan target Indonesia yaitu 80% ibu harus menyusui bayinya secara eksklusif sedangkan cakupan pemberian ASI eksklusif di Pekanbaru pada bayi usia 0-6 bulan 3 tahun belakang ini terus meningkat dimana pada tahun 2011 cakupan ASI eksklusif sebesar 45,9%, tahun 2012 menjadi 46,2% dan pada tahun 2013 mencapai 51,2%. Cakupan pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Melur pada tahun 2013 adalah cukup tinggi sebesar 71,84% (Dinkes Pekanbaru, 2013). Walaupun cakupan ASI eksklusif di Pekanbaru semakin meningkat dari tahun ke tahun namun pencapaiannya belum mencapai target nasional.

Rendahnya pemberian ASI eksklusif di dukung oleh penelitian Tarigan dan Aryastami (2012) beberapa faktor pemberian ASI eksklusif tidak optimal, antara lain ibu menolak memberikan ASI kepada bayinya, adanya alasan produksi ASI tidak banyak, ASI encer, dapat mengurangi kecantikan, keadaan yang tidak mendukung misalnya ibu bekerja yang menyebabkan ibu tidak memberikan ASI sepenuhnya.

Ibu bekerja merupakan salah satu kendala dalam pemberian ASI eksklusif. Badan Pusat Statistik (BPS) Indonesia tahun 2013 menunjukkan bahwa saat ini angka ibu bekerja di Indonesia cukup besar dimana jumlah pekerja wanita tahun 2012 di Indonesia mencapai 46,51 juta jiwa, terjadi peningkatan jumlah pekerja wanita mencapai 46, 80 juta jiwa pada tahun 2013 dan sekitar 32, 17 juta jiwa berada dalam usia produktif.

Penelitian Harjanti (2010) terhadap ibu bekerja sebagai perawat di RSUD Tugurejo Semarang menunjukkan bahwa sebagian besar tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya, dan memiliki perilaku yang buruk tentang cara pemerahan ASI, cara menyimpan ASI perah, dan cara memberikan ASI perah kepada bayi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 23 Mei 2014 di Sukajadi dengan mewawancarai 3 orang ibu bekerja dengan ASI eksklusif yaitu ibu bekerja sebagai tatusaha, karyawati

dan penjual dipasar. Ibu-ibu yang menyusui eksklusif tersebut mengatakan sulit untuk memberikan ASI eksklusif, hal ini disebabkan oleh jarak rumah dengan tempat bekerja yang jauh, tidak adanya fasilitas ditempat bekerja serta padatnya jadwal kerja, tugas pekerjaan serta salah satu ibu memiliki kebiasaan menyimpan ASI perah yang masih salah, ibu tersebut menyimpan ASI perahnya di dalam kulkas bersama dengan makanan lainnya seperti sayur-sayuran dan daging. Berdasarkan hal diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang perilaku menyusui eksklusif pada ibu bekerja.

## TUJUAN

Tujuan penelitian adalah mengetahui Untuk mengetahui gambaran perilaku menyusui pada ibu yang bekerja.

## METODE

**Desain:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *deskriptif kuantitatif* dan rancangan *retrospektif*.

**Sampel:** Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 62 orang. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah ibu bekerja minimal 2 jam, ASI eksklusif dan bersedia menjadi responden.

**Instrument:** Alat pengumpulan data yang digunakan berupa lembar kuesioner. Kuesioner atau pertanyaan tersebut terdiri dari dua bagian. Bagian pertama berisi data demografi (nama inisial, umur, pendidikan terakhir, paritas, jenis pekerjaan). Bagian kedua berisi pertanyaan mengenai gambaran perilaku menyusui eksklusif pada ibu bekerja.

**Analisa Data:**Analisa data adalah analisa *univariat* dengan menggunakan program statistic computer SPSS 20.0 yang disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase (%) yaitu: gambaran perilaku menyusui eksklusif, meliputi umur, pendidikan, paritas, dan jenis pekerjaan.

## HASIL PENELITIAN & PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1  
Distribusi frekuensi karakteristik responden (n=62)

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Umur responden		
	17 – 25	8	12,9
	26 – 35	50	80,7
	36 – 45	4	6,4
2.	Pendidikan		
	SMA	19	30,6
	PT	43	69,4
3.	Paritas		
	Primipara	26	42
	Multipara	36	58
4.	Jenis pekerjaan		
	PNS	19	30,7
	Swasta	34	54,8
	Wiraswasta	5	8
	Lainnya	4	6,5
	Total	62	100

### Usia

Analisa terhadap usia ibu didapat sebagian besar responden berumur antara 26–35 tahun (dewasa awal) yaitu 80,7% (50 responden). Usia dewasa awal merupakan tahap usia produktif dimana seseorang individu termasuk wanita memiliki tugas perkembangan yaitu merasa mantap dan memantapkan diri dalam pekerjaannya, membangun karir atau bekerja, dan bagi wanita merupakan usia ideal untuk memperoleh keturunan guna mengurangi resiko kematian bayi dan ibu, sehingga ibu akan banyak ditemukan memiliki anak usia *infant* dan *toodler* yang masih membutuhkan ASI (Potter & Perry, 2010).

### Pendidikan

Hasil analisa diketahui bahwa sebagian besar ibu berpendidikan Perguruan Tinggi (PT) yaitu sebanyak 69,4% (43 orang)

Penelitian yang dilakukan oleh Josefa (2011) tentang faktor-faktor pemberian ASI tidak ada hubungan antara pendidikan dengan perilaku menyusui. Selain itu pendidikan yang tinggi pada ibu yang baru melahirkan tidak menjamin akan memberikan ASI eksklusif dan berperilaku yang baik dalam menyusui.

Notoatmodjo (2007) mengatakan bahwa orang yang berpendidikan lebih tinggi akan mempunyai pengetahuan lebih tinggi dan lebih luas dibandingkan dengan orang yang berpendidikan rendah. Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap. Pengetahuan dan sikap belum dapat mencerminkan dalam suatu tindakan untuk mewujudkan perilaku yang baik dan benar. Pemberian ASI eksklusif akan baik jika didukung dengan kondisi yang memungkinkan, misalnya dukungan dan informasi dari pelayanan kesehatan, dukungan suami dan keluarga. Dukungan dalam pemberian ASI juga dapat diberikan di tempat kerja dengan memfasilitasi dengan menyediakan ruangan untuk menyusui (Tarigan & Aryastami, 2012)

### Paritas

Berdasarkan hasil penelitian mayoritas ibu yang menyusui eksklusif yang bekerja adalah ibu multipara yaitu sebanyak 58% (36 responden). Sejalan dengan teori menurut Hidajati (2012) tentang ASI mengatakan seorang ibu dengan bayi pertamanya mungkin akan mengalami masalah ketika menyusui hanya karena kurang pengetahuan tentang cara menyusui yang benar maupun trauma dari pengalaman menyusui kurang baik yang dialami orang lain. Hal tersebut yang memungkinkan ibu ragu untuk menyusui atau memberikan ASI pada bayinya secara eksklusif. Sebagian besar responden multipara bekerja dan menyusui eksklusif meskipun masih dalam kategori buruk.

### **Jenis pekerjaan**

Mayoritas pekerjaan responden adalah swasta yang memiliki jam kerja rata-rata sekitar 8 jam diluar rumah sebanyak 54,8% (34 responden).

Penelitian menurut Umar, Abdullah & Prawirodihardjo (2013) ada hubungan yang signifikan antara jenis pekerjaan dengan pemberian ASI eksklusif. Telaah literature oleh Novayelinda (2012) tentang pemberian ASI dan ibu bekerja menunjukkan bahwa jenis pekerjaan dan lama kerja serta tipe pekerjaan mempengaruhi lamanya pemberian. Lama jam bekerja juga mempengaruhi frekuensi pemberian ASI oleh ibu bekerja dimana wanita yang memiliki jam kerja lebih sedikit lebih sering memberikan ASI dari pada wanita yang memiliki jam kerja lebih lama, sehingga produksi ASI semakin bertambah.

### **Perilaku**

Hasil analisa lebih lanjut terhadap perilaku menyusui eksklusif sebanyak 56,5% (35 responden) berperilaku tidak baik. Hasil penelitian menemukan perilaku yang tidak baik disebabkan ibu tidak memerah ASI sebelum berangkat bekerja, jadwal kerja yang terlalu padat serta cara pemberian ASI perah dengan menggunakan dot. Responden yang bekerja disektor swasta susah untuk memerah ASI setiap 2-3 jam sekali karena volume pekerjaan yang banyak dan tidak bisa ditinggalkan, sehingga ASI baru diperah jika payudara ibu sudah terasa terlalu penuh, bengkak dan terasa sakit.

Wawancara yang dilakukan dengan responden pada saat pengumpulan data, ibu mengeluh kurangnya fasilitas ditempat bekerja untuk ibu yang menyusui serta kurangnya informasi tentang ASI. Kurangnya informasi tentang ASI menyebabkan ibu tidak mengetahui bagaimana menyusui bayi dengan baik, sehingga pada penelitian ini didapatkan ada dua ibu mengalami lecet pada payudaranya. Penelitian yang dilakukan oleh Lismaysarah (2013) tentang hubungan teknik menyusui dengan kelancaran ASI mengatakan bahwa kegagalan dalam proses menyusui sering di sebabkan karena timbulnya beberapa masalah pada ibu dan bayi, masalah yang

sering dialami pada sebagian ibu tersebut adalah ibu tidak paham bagaimana teknik menyusui yang benar sehingga dapat menjadi masalah dalam proses menyusui. Adapun masalah dalam menyusui adalah puting susu ibu lecet, payudara bengkak, abses payudara atau mastitis.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Harjanti (2010) tentang manajemen laktasi menunjukkan bahwa sebagian besar ibu yang menyusui memiliki perilaku buruk tentang cara menyusui, teknik memberikan ASI perah dan teknik menyimpan ASI. Perilaku yang buruk salah satunya dalam pemberian ASI perah, ibu memilih memberikan ASI perahan dengan menggunakan dot, sehingga bayi akan bingung puting pada saat menyusui langsung bayi akan menolak.

Menyusui setiap dua tiga jam akan menjaga produksi ASI tetap tinggi. Untuk wanita pada umumnya, menyusui atau memerah ASI delapan kali dalam 24 jam akan menjaga produksi ASI tetap tinggi pada masa awal menyusui, khususnya enam bulan pertama tetapi bukanlah hal yang aneh apabila bayi yang baru lahir menyusui lebih sering dari itu, karena rata-ratanya adalah 10-12 kali menyusui tiap 24 jam, atau bahkan 18 kali (Wong, et al, 2008).

Bekerja dan tetap memberikan ASI untuk bayi memiliki tantangan karena menyusui memerlukan proses adaptasi antara ibu dan bayi. Ibu harus berjuang keras untuk menyusui dirumah, memerah dan tetap bekerja dengan baik di tempat bekerja. Pemberian ASI perlu mendapat dukungan keluarga, tempat kerja, teman kerja, kondisi fisik atau kesehatan sehingga ibu akan termotivasi dalam memberikan ASI eksklusif (Swandari, 2012). Bertentangan dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwaningsih, Hasanah & Utomo (2013) yang menyatakan tidak ada hubungan antara dukungan keluarga terhadap manajemen laktasi karena responden yang diteliti adalah ibu bekerja sebagai perawat dan menyusui bahwa tenaga kesehatan lebih dan tidak membutuhkan bantuan yang optimal dari supports sistem.

## KESIMPULAN

Mayoritas responden berumur antara 26-40 tahun, sebagian besar pendidikan adalah Perguruan Tinggi (PT), mayoritas ibu multipara, pekerjaan adalah Swasta dan perilaku tentang ASI eksklusif pada ibu bekerja adalah tidak baik.

**SARAN**  
Bagi Puskesmas Melur, penelitian ini diharapkan dapat menjadi modal awal momentum yang tepat bagi pihak puskesmas Melur dalam melakukan evaluasi terhadap kuantitas dan kualitas pelayanan penyuluhan kesehatan agar tercipta perilaku menyusui eksklusif pada ibu menyusui, sehingga dapat memperbaiki dan meningkatkan derajat kesehatan yang optimal.

Bagi peneliti selanjutnya, penelitian tentang gambaran perilaku menyusui eksklusif di wilayah kerja puskesmas Melur merupakan penelitian dasar yang hanya menggambarkan atau mendeskripsikan suatu variabel tanpa menghubungkan atau membandingkan dengan variabel yang lain. Oleh karena itu, diharapkan untuk peneliti selanjutnya meneliti tentang hubungan antara perilaku menyusui eksklusif dengan menggunakan penelitian kualitatif.

## DAFTAR PUSTAKA

- BKKBN. (2011). *Kesehatan ibu, kelangsungan hidup bayi dan anak*. Jakarta: Direktorat Pemaduan Kebijakan Pengendalian Penduduk
- Dinas Kesehatan Provinsi Riau. (2013). *Profil kesehatan provinsi Riau tahun 2013*, Pekanbaru: Dinkes
- Harjanti, N. (2010). *Perilaku perawat dalam manajemen laktasi di RSUD Tugurejo Semarang*. Diperoleh pada tanggal 21 November 2014 dari <http://eprints.undip.ac.id/10723/1/Artikel.pdf>
- Hidajati A. (2012). *Mengapa seorang ibu harus menyusui?*. Jogjakarta: Flashbook.
- Katalog BPS. (2013). *Perkembangan beberapa indikator utama sosial-ekonomi Indonesia*. Diperoleh pada tanggal 24 November 2014 dari

[http://bps.go.id/booklet/Boklet\\_Agustus\\_2013.pdf](http://bps.go.id/booklet/Boklet_Agustus_2013.pdf).

- Josefa, K. G. (2011). *Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku pemberian ASI eksklusif pada ibu*. Diperoleh 6 Juli 2014 dari [http://eprints.undip.ac.id/33391/1/Khr\\_ist\\_Gafriela.pdf](http://eprints.undip.ac.id/33391/1/Khr_ist_Gafriela.pdf).
- Lismaysarah, M. (2013). *Hubungan tehnik menyusui dengan kelancaran asi pada ibu menyusui di wilayah kerja puskesmas Blang bintang Aceh besar*. Diperoleh pada tanggal 25 Januari 2015 dari [http://simptakp.uui.ac.id/docjurnal/Monal\\_ismaysarah-jurnal.pdf](http://simptakp.uui.ac.id/docjurnal/Monal_ismaysarah-jurnal.pdf)
- Novayelinda, R. (2009). *Telaah literatur pemberian ASI dan ibu bekerja*. Pekanbaru: PSIK & PPNI.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku*. Jakarta: EGC
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2010). *Fundamental keperawatan*. Edisi 7. Jakarta: EGC
- Purwaningsih, A., Hasanah, O., & Utomo, W. (2013). *Hubungan dukungan keluarga terhadap manajemen laktasi* 9 (2), 175-189.
- RIKESDA. (2013). *Riset kesehatan dasar 2013*. Jakarta: Kemenkes RI
- Suririnah. (2009). *Buku pintar merawat bayi 0-12 bulan*. Jakarta: Gramedia
- Swandari, S. (2013). *Manajemen laktasi bagi ibu bekerja*. Diperoleh tanggal 20 Januari 2015 dari <http://bbpkmakasar.or.id/index.php/Umum/Info-Kesehatan/Manajemen-Laktasi-bagi-ibu-Bekerja.phd>
- Tarigan, I. U., & Aryastami, N. K. (2012). *Pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu bayi terhadap pemberian asi eksklusif*. Diperoleh tanggal 21 Agustus 2014 dari <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=80758&val=4892>
- Wijayanti, W. (2010). *Hubungan antara pemberian asi eksklusif dengan angka kejadian diare pada bayi umur 0-6 bulan di puskesmas Gilingan kecamatan Banjarsari Surakarta*. Diperoleh tanggal 21 November 2014 dari [http://eprints.uns.ac.id/2749/1/16771030\\_9201002361.pdf](http://eprints.uns.ac.id/2749/1/16771030_9201002361.pdf)

- Wong, D. L., Eaton, M. H., Wilson, D., Winkelstein, M. L., & Schwartz, P. (2008). *Buku ajar keperawatan pediatrik*. Jakarta: EGC
- Yuliarti, N. (2010). *Keajaiban ASI makanan terbaik untuk kesehatan, kecerdasan dan kelincahan sikecil*. Yogyakarta: CV Andi