

Behavior of Career Women in Exclusive Breastfeeding to Fulfill Baby Nutrition

Perilaku Wanita Karir dalam Pemberian ASI Eksklusif sebagai Upaya Pemenuhan Gizi Bayi

Okta Zenita Siti Fatimah^{1*}

¹ Program Studi DIII Kebidanan, Universitas Mohammad Husni Thamrin,

Abstract

Breastfeeding is a realization of nature task and precious duty of a mother. Not all mothers are able to pass this task well, one of them is a career woman. The purpose of the study was to analyze the behavior of exclusive breastfeeding application among career women. The research is qualitative with a phenomenological approach. The informants were 3 breastfeeding mothers in the Pesurungan Lor village, Tegal district, Central Java province. The results of informants interviews will be obtained information about various perceptions, feelings, breastfeeding motivation, mothers knowledge and understanding, and the implementation of exclusive breastfeeding, obstacles and support during work. This information can be used as a reference for researchers in providing breastfeeding counseling to career women from pregnancy to postpartum. For the government, it could be used as an evaluation of the success of the exclusive breastfeeding program so as to contribute in increasing the coverage of exclusive breastfeeding for infants, to achieve optimal growth and health.

Keywords : Behavior; Career Women; Exclusive Breastfeeding; Baby Nutrition

Abstrak

Menyusui merupakan realisasi dari tugas yang wajar dan mulia seorang ibu. Tidak semua ibu mampu melewati tugas ini dengan baik salah satunya wanita karir. Tujuan penelitian adalah menganalisis perilaku penerapan ASI Eksklusif pada ibu wanita karir. Penelitian bersifat kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Informan berjumlah 3 orang ibu menyusui di wilayah Kelurahan Pesurungan Lor Kabupaten Tegal Provinsi Jawa Tengah. Hasil wawancara pada informan diperoleh informasi tentang berbagai persepsi, perasaan, motivasi menyusui, pemahaman dan pengetahuan ibu, dan penerapan menyusui eksklusif, hambatan yang ditemukan dan dukungan selama bekerja. Informasi ini dapat dijadikan acuan peneliti dalam memberikan konseling menyusui pada wanita karir mulai hamil hingga nifas. Bagi pemerintah untuk bahan evaluasi keberhasilan program ASI Eksklusif sehingga memberikan kontribusi peningkatan cakupan ASI eksklusif pada bayi untuk mencapai tumbuh kembang dan kesehatan optimal.

Kata kunci: Perilaku; Wanita Karir; ASI Eksklusif; gizi bayi

***Correspondence**

Email : oktazenitasiti@gmail.com Hp. 085652016886,
Adress : Taman Jatisari Permai, Jatiasih Bekasi, Kode Pos 17426

Article Info

Submitted : 01-01-2022
In Reviewed : 03-01-2022
Accepted : 25-01-2022
Online Published : 30-01-2022



PENDAHULUAN

Masalah gizi di Indonesia yang masih terjadi hingga saat ini disebabkan oleh berbagai macam faktor yaitu tingkat pendidikan yang rendah, pengetahuan tentang gizi yang kurang, dan perilaku yang belum sadar akan Kekurangan gizi umumnya mencakup protein, karbohidrat, serta vitamin dan mineral (Santoso dan Ranti, 2009).

Menyusui merupakan proses alamiah demi kesejahteraan bayi, ibu, dan keluarga. Namun sering menyusui tidak berhasil atau menghentikan menyusui lebih dini. Alasan yang dikemukakan salah satunya karena wanita karir. Oleh karena itu ibu membutuhkan bantuan agar proses menyusui berhasil.

Berdasarkan data yang didapat, cakupan ASI Eksklusif di Kota Tegal tahun 2019 sebesar 49,55% meningkat dari tahun 2018 sebesar 38,89%. Tetapi angka tersebut masih dibawah cakupan nasional 80%. Cakupan ASI Eksklusif tertinggi di Puskesmas Tegal Barat sebesar 66,7% sedangkan terendah di Puskesmas Tegal Selatan sebesar 35,1% (Dinkes Tegal, 2019).

Mayoritas di Kelurahan Pesurungan Lor ibu bekerja sebagai pedagang dan di perkantoran dan pabrik ataupun di tempat lain yang membutuhkan waktu lama untuk meninggalkan bayi sehingga menjadikan kesulitan dalam penyusuan bayinya namun tetap berusaha untuk dapat memberikan ASI kepada bayinya sampai 6 bulan, namun banyak juga diantara mereka terpaksa menghentikan menyusui dan menggantikan ASI dengan susu formula. Hal tersebut berdampak pada profil kesehatan bayi yang diperoleh dari data statistik dimana Angka Kematian Bayi (AKB) di Kota Tegal dalam 5 tahun terakhir (2015 – 2019) mengalami fluktuasi dimana tahun 2017 – 2018 terus meningkat, diantaranya disebabkan oleh status gizi (Dinkes Tegal, 2019). Kondisi tersebut layak mendapatkan perhatian dan tenaga kesehatan khususnya tenaga bidan.

METODE PENELITIAN

Rancangan/Desain Penelitian

Rancangan wawancara yang dibuat peneliti berguna untuk mendapatkan data perilaku menyusui bayi selama 6 (enam) bulan pertama setelah kelahiran. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pada pertemuan pertama para informan diwawancarai dan direkam setelah diperoleh ijin dari informan. Sebagai pertimbangan etik partisipan secara sukarela menandatangani Informed Consent, dijaga kerahasiaan identitasnya selama penelitian (privacy), diperlakukan sama dengan menggantinya dengan kode atau nomor (anonymity), serta dijaga kerahasiaan informasinya (confidentiality). Hasil wawancara dibuat dalam transkrip wawancara dalam bentuk deskripsi tekstual yang digunakan dalam analisis data kualitatif. Selama pengambilan data peneliti berusaha memberi kenyamanan pada partisipan dengan mencari tempat yang nyaman selama memberi informasi (protection from discomfort) (M.Thaha, 2015).

Sasaran Penelitian

Informan utama yaitu wanita karir yang memiliki bayi usia maksimal 4 bulan hanya memberikan ASI. Sedangkan informan triangulasi adalah keluarga yang terdekat ibu. Dalam penelitian ini jumlah informan ditentukan oleh tersaturasinya sumber informan, dalam penelitian ini jumlah informan utama



sejumlah 3 orang wanita karir dan informan triangulasi adalah keluarga ibu sejumlah 3 orang.

Pengembangan Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara mendalam dengan mengkaji isu sentral dari struktur utama subyek kajian dari para partisipan. Untuk meningkatkan ketepatan pengumpulan data dan menjamin pencapaian hasil yang komprehensif dari deskripsi tentang pengalaman dari partisipan, peneliti menggunakan teknik wawancara terbuka dan mendalam, merekam wawancara dan membuat catatan lapangan. Untuk menghindari subyektifitas, peneliti menggunakan teknik triangulasi sumber.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik tiga informan utama yang bersedia dilakukan wawancara antara lain sebagai berikut :

Informan Utama	Nama	Umur	Pendidikan	Pekerjaan
IU 1	Ny. M	29 tahun	DIII	PNS
IU 2	Ny. K	26 tahun	S1	Guru
IU 3	Ny. V	28 tahun	S1	Guru

Informan Triangulasi adalah pimpinan tempat kerja Informan utama

Pengetahuan ibu tentang pentingnya ASI Eksklusif

Pengetahuan tentang pentingnya ASI eksklusif disampaikan informan sebagai berikut :

- 1) Pengertian, manfaat, pentingnya ASI, teknik menyusui yang tepat, pencegahan puting lecet, tanda bayi cukup ASI

Pengetahuan informan tentang ASI eksklusif sebagian mengatakan bahwa ASI eksklusif pemberian ASI selama 6 bulan tanpa makanan tambahan sekalipun susu formula. Satu informan mengatakan masih dikatakan ASI eksklusif jika diberikan obat kalau diperlukan untuk kesembuhan anak sakit (IU 3). Pernyataan informan sejalan dengan Peraturan Pemerintah No 33 2012 Bab I Pasal 1 Ayat 2, pengertian ASI eksklusif yaitu ASI yang diberikan sejak dilahirkan sampai enam bulan tanpa menambahkan makanan atau minuman lain, kecuali suplemen vitamin, obat, mineral.

Semua informan tahu pentingnya ASI Eksklusif untuk kekebalan tubuh bayi dan kecerdasan otak (IU 1 – 3). Informan sebanyak dua orang mengetahui pencegahan puting susu lecet adalah dengan mengoleskan air susu pada puting ibu (IU 1, IU 2), sebagian informan lainnya menyatakan pencegahan puting susu lecet dengan air hangat, baby oil dan dengan menggunakan salep (IU 3)

Secara umum informan telah mengetahui tanda bayi cukup ASI, diantaranya adalah pada saat menyusui bayi melepas puting sendiri, bayi tidurnya nyenyak, BAB warna kuning serta lengket ada ampasnya (IU 1), bayi tidak rewel (IU 2, IU 3). Terkait pengetahuan tentang ASI eksklusif, sebanyak dua



informan mendapat informasi dari bidan selama kehamilan (IU 1, IU 2) satu informan mendapat informasi tidak langsung yaitu dari leaflet yang dipajang di tempat periksa bidan (IU3)

Pengetahuan ibu merupakan faktor yang dapat mempengaruhi pemberian ASI eksklusif. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Rahmawati (2010) dan Juliani (2009) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan ibu dengan pemberian ASI eksklusif. Dengan pengetahuan yang baik informan akan memberikan bayinya ASI secara eksklusif sehingga ASI akan lancar dan bayi puas/cukup mendapat ASI, sehingga ibu tidak memberikan makanan tambahan selain ASI sebelum berumur 6 bulan (Eria dan Yeni, 2014).

- 2) Pandangan tentang tanggung jawab memberikan ASI eksklusif merupakan hak bayi

Pandangan bahwa ASI merupakan hak bayi, sejalan dengan Undang-undang Dasar pasal 28B ayat (2) bahwa setiap anak berhak atas kelangsungan hidup, berkembang serta berhak atas perlindungan dari kekerasan. Maknanya hak tumbuh dan berkembang salah satunya dengan mendapatkan ASI (Safri Mulya dan Aulia Rahman, 2013) Semua informan mengungkapkan bahwa menyusui penting untuk bayi, hal ini sejalan dengan teori ASI memegang peranan meningkatkan kekebalan tubuh bayi (Hidajati, 2012)

- 3) Pandangan ibu terhadap susu formula pada tumbuh kembang anak

Informan Utama 1 (IU 1) mengungkapkan bahwa bayi tidak perlu diberi susu formula sampai dengan 6 bulan karena pencernaan belum siap, apabila ibu menyusui diberi kelebihan dengan produksi ASI yang cukup maka harus dimanfaatkan sebaik-baiknya untuk tumbuh kembang anak.

Informan lain menyampaikan bahwa ASI dapat menaikkan berat badan, baik untuk tumbuh kembang bayi. Jika produksi ASI masih cukup formula tidak mempunyai manfaat sampai 6 bulan (IU 2, IU 3).

Ungkapan informan di atas sejalan dengan teori Khamzah (2012) bahwa pemberian ASI merupakan hal penting dalam tumbuh kembang anak karena di dalam ASI terdapat kandungan minyak omega 3 asam linoleat alfa yang sangat dibutuhkan bagi perkembangan anak dan tidak terdapat pada susu formula⁸⁾

- 4) Masalah yang berkaitan dengan pemberian ASI eksklusif terutama selama ibu bekerja dalam bulan 1, apakah ada pengaruhnya atau tidak dalam penerapan ASI eksklusif.

Sebagian besar informan memiliki motivasi yang kuat, perasaan senang dan bangga karena dapat menyusui bayinya sendiri. Hal ini sesuai teori dari Abdullah 2004, bahwa menyusui anak merupakan bagian dari tugas biologi seorang ibu, dengan perasaan senang dan bangga bisa menjadi bagian dari konsep diri ibu yang positif sehingga ibu dapat berperan optimal dalam perawatan bayinya (M.Thaha, 2015).

Pengetahuan ibu tentang ASI perah

- 1) Usaha yang dilakukan ibu agar produksi ASI nya tetap banyak



“ makan sayur yang ada kuahnya, kayak sayur asem, terus nyusuin tiap 2 jam, tapi anak saya belum 2 jam aja udah minta susu, tapi kalo tidur dibangunin...” (IU 1)

“ makan banyak, ga usah mikir bikin stres, dibuat santai aja kalo ada masalah...soalnya ngaruh ke ASI... sering nyusuin tiap 2 jam... paling itu mb...” (IU 2)

“ya makan bergizi mb....sayur-sayuran yang hijau, minum yang banyak....” (IU 3)

- 2) Persiapan pemerahan ASI dan alat yang digunakan untuk pemerah ASI sebelum ibu kembali bekerja

“ botol, pompa ASI, tas, sama es nya” (IU 1)

“tas, pompa, botol kaca, es batunya” (IU 2)

“tas, pompa elektrik, plastik tempat ASI, es gel nya” (IU 3)

- 3) Mengajarkan ibu tentang cara pemerah ASI dan menyimpan yang benar.

Menggali informasi tentang penerapan ASI perah

- 1) Praktik pemberian ASI yang disimpan

“Jika ingin diminumkan diturunin terlebih dahulu ke kulkas bawah...nanti kalo udah ga beku lanjut dikeluarin terus dicelupin pada wadah yang ada air hangatnya setelah itu diminumkan pake dot biar gampang..dulu sih saya seringnya pake air panas secara langsung..tapi kata mamah saya ga boleh...”(IU 1)

“masukin air hangat..yang banyak airnya...kalo dikit cairnya lama..biasanya sambil nunggu cair anak saya digendong dulu biar nggak nangis,nanti kalau sudah anget diminumkan dengan dot, kalau pakai cangkir repot, anak saya mau walaupun setelah minum pake dot kalau saya pulang tetap mau nyusu saya...”(IU 2)

“Asi yang tanggal lama dulu yang diminumn..kalo besok mau diminumkan biasanya yang asi freezer sore saya taruh di kulkas yang bawah, paginya udah mencair, nanti tinggal dicelupkan ke air hangat kalo udah anget langsung diminumin”(IU 3)

Semua informan mengungkapkan cara mereka menerapkan pemberian ASI perah yaitu ASI yang beku semalaman di turunkan ke suhu rendah, kemudian saat akan disusukan ASI di celupkan ke wadah yang berisi air hangat sampai suhunya pas, lalu baru diberikan dengan menggunakan dot. Ungkapan informan kurang sejalan dengan teori Auditya 2011, bahwa pemberian ASI perah sebaiknya jangan menggunakan dot, melainkan disuapi menggunakan sendok atau cangkir, karena dikhawatirkan bayi akan bingung puting dan akan menolak minum ASI langsung dengan ibunya. Namun kondisi bingung puting tidak dialami oleh semua informan, seperti yang disampaikan oleh IU 6 bahwa pada awal kerja, ibu berusaha menyempatkan waktu pulang saat jam istirahat jadi bayi tetap mau minum ASI ibunya walaupun diselingi dengan minum ASI perah menggunakan dot (Juwita, S dan Prisusanti R.D, 2020).



Penerapan ASI Eksklusif saat ibu bekerja

“saya tetap bisa berikan ASI selama bekerja, ya paling lebih capek...kalo malam nyusui sambil merah asi juga, tapi kalo malam bancar kok mb...sebotol gitu cepet, kalo ditempat kerja saya merahnya di tempat sholat tapi kadang 3 ato 4 jam baru bisa merah....ya udah kebiasaan ya biasa saja....kadang juga ga sempet...susu saya udah mrenkel, tapi ga sering...”(IU 1)

“asi disedot tiap kerja mb...tapi kadang kalau sibuk saya bingung...kan biasanya susunya udah keras tidak nyaman....terus kadang saya bilang ke teman saya kalau mau nyedot ASI, nanti di ruang kosong saya meresnya disitu....tapi kurang nyaman kan keburu buat kerja lagi....tapi ya minimal sebotol sih bisa...” (IU 2)

“hehehe....saya kadang pulang mba....langsung nyusuin anak....nanti balik lagi kerja...tapi saya juga tetap nyediain penyedot ASI barangkali ga bisa pulang ya nyedot disana...ada sih ruang yang kosong hanya saja kan nyusuin cuma saya jadi kadang ga enak aja sama teman...padahal temen saya dukung semua....yang penting niat ga papa....” (IU 3)

Dukungan pimpinan tempat kerja selama penerapan ASI Eksklusif

“kalau dukungan kepala saya paling ya kalau pas saya ijin buat nyedot ASI diijinkan....tapi dukungan tempat atau yang lainnya belum” (IU 1)

“fasilitas menyusui yang ga ada mba....ya paling saya kalau nyedot digudang....kulkas juga ga ada....masih bersyukurya sih kalau udah tau saya mau nyedot teman-teman saya pengertian....pimpinan juga ga masalah....”(IU 2)

“dukungan ya cuma mendukung gitu aja mb...maksudnya mempersilahkan barangkali mau nyedot asi ...tapi ruangnya itu yang masih minim....ya saya mengandalkan cooler bag aja....ibaratnya itu kulkasnya....kan dingin ada es nya....” (IU 3)

Mekanisme pertahanan terhadap pengaruh susu formula dan MP ASI Dini

“Setiap beberapa jam saya selalu momba....yang ngasih ASI perahnya kan mbak rewang...nanti sebelum berangkat ASI contoh jumlahnya 3 botol yang saya berikan buat hari ini ya nanti harus kembali ke kulkas sejumlah itu...heh..buat penyemangat mb.....biar ga habis....jadi barangkali pas saya perginya agak lama masih ada persediaan banyak....formula ga usah...ASI saya juga masih cukup “ (IU 1)

“Masih mba... mimiknya banyak banget...mungkin dah laper kali ya mba....kan bentar lagi makan....makanya yang penting saya makan banyak....kalau nggak kayak kemarin,,,rasane lemes kayak mau pingsan.....saya minum pil pelancar ASI mba....biar banyak...mubadzir....”(IU 2)

“masih mba.. cuma kemarin pompa ASI malah gosong....direbus terus saya tinggal nyapu malah lupa...tapi ni mau beli lagi....kata ibu saya wes lah ga



usah beli kan udah mau makan.....tapi sayanya tetap pengen lanjut...besok kalo susu mrenkel pas kerja malah repot...jam 10 an aja baju saya kadang udah basah...saya ga pengen ngasih susu formula...anak saya ga tau juga nanti mau apa ga.....kan ga pernah dicoba “ (IU 3)

Keberhasilan penerapan ASI eksklusif

“iya mba...perasaan saya bangga,Alhmdulillah ya kurang 2 hari lagi brati anak saya berhasil dikasih asi eksklusif...suka dukanya pasti ada, kalo menurut saya yang bikin berhasil ya karena niatnya dulu, terus dukungan, walaupun kadang ada yang nyuruh dedenya dikasih makan yang penting kitanya jangan...mertua walaupun awalnya ga setuju tapi lama kelamaan juga ga masalah, pas kerja juga kadang kebentur jam kerja yang sibuk tapi bisa lah disempetin nyedot bentar pas udah agak senggang, walaupun ruangan yang memadai ga ada yang penting nyari ruang kosong atau musholla. Tapi kalo bisa jangan pas waktu sholat...kalo pas waktu sholat biasanya ada cowok yang masuk juga ga enak...”(IU 1)

“alhamdulillah diberi kelancaran mb....dibantu mbak-mbaknya juga...makasih....Sejak hamil ini prinsipku sudah harus ASI eksklusif ga pengen ditambahin apapun sebelum waktunya...jadinya walaupun ada hambatan alhamdulillah bisa dijalani mb.....memang berat....tapi barangkali jadi investasi nanti kalau anak udah besar ya mba...” (IU 3)

Beberapa dari informan triangulasi mengatakan bahwa cuti yang diberikan bagi ibu yang melahirkan antara 2,5 – 3 bulan. Hal ini sejalan dengan teori Astuti 2007 bahwa dukungan tempat bekerja terhadap ibu menyusui dapat berupa pemberian cuti dengan waktu yang memadai.

Dari pernyataan semua informan juga mengatakan bahwa di tempat kerja masih kurang memfasilitasi ibu yang akan memerah ASI. Kurangnya fasilitas dari tempat kerja yang menjadikan para ibu kesulitan untuk bisa memerah ASI secara leluasa karena tidak adanya ruang khusus dan lemari pendingin atau fasilitas. Fasilitas sangat dibutuhkan oleh para ibu karena membantu pemberian ASI secara eksklusif karena tempat yang nyaman akan membuat ibu menjadi rileks dengan kondisi ibu yang rileks maka produksi ASI akan meningkat. Fasilitas toilet atau gudang yang biasa untuk tempat ibu memerah ASI bukanlah ruangan bersih. ASI yang diperah beresiko terkena virus atau kuman toilet padahal saat memerah susu harus berada pada kondisi yang bersih, steril dari berbagai penyakit (Susilowati, Kuspriyanto, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah peneliti dapatkan dapat disimpulkan ada 4 tema yang tersusun dalam penelitian ini yaitu pengetahuan ibu tentang pentingnya ASI eksklusif, ASI perah, penerapan ASI perah dan kesulitan selama bekerja mekanisme pertahanan terhadap pengaruh susu formula dan MP ASI dini, dan keberhasilan penerapan ASI Eksklusif. Tema kunjungan pada informan triangulasi yaitu pengetahuan tentang ASI eksklusif), pendapat pemberian ASI selama bekerja, pendapat tentang susu formula dan dampak bagi tumbuh kembang bayi, usaha yang telah dilakukan untuk



mendukung ASI eksklusif, pendapat tentang keunggulan ASI, cuti dalam kerja, pojok ASI, ASI Perah, dan kebijakan yang dilakukan untuk mendukung pemberian ASI eksklusif bagi karyawan.

Makna yang peneliti dapatkan dari hasil penelitian ini adalah peneliti melihat adanya komitmen yang sangat baik dari informan untuk dapat menerapkan ASI eksklusif sehingga sampai kunjungan terakhir terhadap informan Utama bayi masih diberikan ASI secara eksklusif walaupun ada pengaruh dari luar untuk pemberian susu formula dan MP ASI

PEMBAHASAN

Pernyataan informan tersebut sejalan dengan Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 Bab I Pasal 1 Ayat 2, pengertian ASI eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan sampai usia enam bulan tanpa menambahkan dengan makanan lain, kecuali suplemen vitamin, obat, mineral (Pertiwi, Putri, 2012).

Pengetahuan merupakan faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif. Hal ini sejalan hasil penelitian M. Taha (2015) yang menyatakan ada hubungan pengetahuan ibu dengan pemberian ASI eksklusif. Dengan pengetahuan yang baik informan akan memberikan ASI eksklusif sehingga ASI lancar dan bayi cukup mendapat ASI, sehingga ibu tidak memberikan makanan tambahan sebelum berumur 6 bulan. (Firzanah, Fya. 2017)

Sebagian informan mengungkapkan bahwa mereka niat memberikan ASI eksklusif namun kadang ibu mendapatkan informasi bahwa bayi diberi makan agar tidak lapar (IU2). Semua informan memiliki tekad tetap memberikan ASI secara eksklusif (IU 1 - IU 4)

Ungkapan informan menunjukkan mereka belum mendapatkan dukungan sepenuhnya dari lingkungan namun sejauh ini informan tidak kesulitan dalam meneruskan niat untuk tetap memberikan ASI eksklusif.

Sebagian besar informan memiliki motivasi kuat, perasaan senang bangga dapat menyusui bayinya. Hal ini sesuai teori, bahwa menyusui merupakan bagian tugas biologi seorang ibu, dengan perasaan bangga bisa menjadi bagian konsep diri ibu yang positif sehingga ibu berperan optimal dalam perawatan bayinya.

Perilaku ibu memberikan ASI menurut model perubahan sikap meliputi tahap yaitu unfreezing yaitu ketika menyadari bahwa tindakannya selama ini tentang pemberian ASI kurang tepat, sehingga muncul masalah yang disebabkan perilaku tersebut, misalnya timbul diare pada anak. Tahap kedua yaitu changing (perubahan) setelah mengetahui perilaku pemberian ASI yang mereka lakukan keliru berdampak buruk bagi kesehatan anaknya maka terbentuklah kesadaran ibu dan terbentuk sikap baru tentang penatalaksanaan pemberian ASI yang benar. Tahap ketiga adalah re freezig, tahap ini ibu mengevaluasi sikapnya dalam melatih ASI eksklusif tersebut telah sesuai dengan harapannya atau tidak (Sitorus, Nur'aini, 2015).



Semua informan mengungkapkan keberhasilannya dengan suka duka yang dialami selama proses menyusui ASI eksklusif. Dari hasil wawancara yang dilakukan didapatkan bahwa motivasi ibu memberikan ASI eksklusif karena tahu manfaat ASI memberikan keuntungan untuk semua. Bayi lebih sehat dan cerdas. Satu informan yaitu IU 2 mengatakan manfaat ASI eksklusif mencegah kanker payudara. Hal ini sejalan dengan penelitian Pertiwi (2012) yang menyatakan bahwa menyusui dapat mengurangi resiko kanker payudara sebanyak 4,3 % untuk setiap tahun selama menyusui.

Informan IU 3 mengungkapkan bahwa manfaat setelah memberikan ASI eksklusif adalah penurunan berat badan. Hal ini sejalan dengan Firzanah (2017) di Australia bahwa sebanyak 10% mengatakan manfaat pemberian ASI eksklusif menurunkan berat badan pasca melahirkan.

Hasil penelitian juga didapatkan semua informan mengungkapkan ASI eksklusif meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi, dan anak menjadi sehat. Dewi (2011) menjelaskan manfaat pemberian ASI eksklusif kepada anak dapat menyebabkan pertumbuhan dan perkembangannya lebih baik, bayi jarang sakit karena adanya zat protektif melindungi bayi dari infeksi. Hal ini sejalan dengan penelitian Sitorus (2015) ASI baik untuk kesehatan bayi, melindungi bayi dari penyakit, meningkatkan sistem kekebalan tubuh serta menjalin kedekatan ibu dan anak.

Semua informan senang dan bangga dapat memberikan ASI eksklusif 6 bulan. Hal ini sejalan dengan penelitian Wen et al tahun 2018 yang menyatakan ketika ibu sukses memberikan ASI eksklusif mereka merasakan kebanggaan berdasarkan pengalaman salah satu informan mengatakan puas dan lega memberikan yang terbaik untuk bayinya. Menurut Susanti (2017) dukungan keluarga memotivasi ibu memberikan ASI saja kepada bayinya sampai usia 6 bulan termasuk memberikan dukungan psikologis kepada ibu dan mempersiapkan nutrisi yang seimbang kepada ibu (Susanti dan Asih Mei, 2013).

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan responden tentang manfaat pentingnya ASI eksklusif menjadikan faktor utama ibu berperilaku memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Kondisi ibu sebagai wanita karir membuat ibu kesulitan namun penguatan motivasi dirinya dengan bekal pengetahuan menjadikan masalah teratasi. Disarankan pada petugas kesehatan untuk terus meningkatkan pengetahuan ibu menyusui melalui penyuluhan dan disarankan kepada ibu menyusui supaya melakukan persiapan kelahiran anak dengan melakukan perawatan payudara agar tidak lecet. Diharapkan ibu lebih aktif dalam mengakses informasi mengenai pentingnya ASI Eksklusif bagi bayi, persiapan pemberian ASI serta resiko yang dihadapi sebelum atau sesudah melahirkan sehingga ibu siap mengatasi hambatan pemberian ASI.



UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh kepala Kelurahan Pesurungan yang sudah memberi izin serta dukungan kegiatan penelitian ini dan semua pihak yang terlibat dalam penelitian ini yang telah meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Apriani, Ika. 2012. Perbedaan Faktor-faktor Pemberian ASI eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Poncol dan Puskesmas Candi Lama Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Vol.1/2/2012* Hal. 346-356
- Anggraini, Y. (2010). *Asuhan kebidanan masa nifas*. Yogyakarta: Pustaka Rihana.
- Balitbang Kemenkes RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS*. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI
- Dinas Kesehatan Kab.Tegal.2019. *Profil Dinas Kesehatan Kab.Tegal Tahun 2019*. Jawa Tengah.
- Eria, Yeni. 2014. Perbedaan Pengetahuan Ibu Primipara dan Ibu Multipara Dalam Pemberian ASI Eksklusif Pada *Bayi* Usia 6-12 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Vol.1/2/2014*
- Firzanah, Fya. 2017. <http://JurnalKebidananHubunganTeknikMenyusuiDenganTerjadinyaLecetPutingSusuPadaIbuNifasdiPolindesMelatiDesaSookoKecamatanSookoKabupatenMojokerto.html>. Tanggal Akses 31 Juli 2017
- Hidajati, 2012. *Manajemen Laktasi Dalam: Febriani. N, Buku Panduan Bagi Bidan dan Petugas Kesehatan di Puskesmas*. Jakarta, Pustaka Bunda : 76-83.
- Ismail, Khaled M.K. *Perineal Trauma at Childbirth*. Springer. Switzerland. (2016). Hal 89
- Juwita, S & Priskusanti R.D. *Asuhan Neonatus*. Pasuruan, Qiara Media. Jawa Timur. (2020). Hal 2-3
- M.Thaha. 2015. *Determinan Pemberian ASI Eksklusif oleh Ibu Multipara di Kabupaten Jeneponto*. Jurnal MKMI
- Pertiwi, Putri, 2012, *Gambaran Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif di Kelurahan Kunciran Indah Tangerang*, diunduh pada tanggal 21 Agustus 2019
- Safri, Mulya, dan Aulia Rahman, 2013, *Hubungan Faktor Pengetahuan, Sikap, Pendidikan, Sosial Budaya, Ekonomi Keluarga Serta Peran Petugas Kesehatan Terhadap Rendahnya Pemberian ASI Eksklusif*, : diunduh pada tanggal 12 Juli 2019, file:///C:/Users/asus/Downloads/9149-21679-1-SM.pdf



- Susilowati, Kuspriyanto. 2016. Gizi Dalam *Daur* Kehidupan. Bandung. PT Refika Aditama Satori, Djam'an dan Aan Komariah, 2012. Metodologi Penelitian *Kualitatif*. Bandung :Alfabeta.
- Sitorus, Nur'aini, 2015, Pengaruh Faktor Predisposisi dan Pendorong Terhadap Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi Di Wilayah Kerja Puskesmas Teluk Karang Tebing Tinggi Tahun 2015, diunduh pada tanggal 15 Mei 2019 <http://repository.usu.ac.id/handle/123456789/57826>
- Susanti, Asih Mei, 2013, Gambaran Perilaku Ibu Menyusui dalam Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi Usia 0-6 Bulan Di Desa Nglewan Kecamatan Sambit Kabupaten Ponorogo, : diunduh pada tanggal 1 Mei 2019 <http://eprints.umpo.ac.id/2095/1/jkptumpo-gdl-devianahar-51-1-abstrak-1.pdf>

