

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGALAMAN IBU DALAM PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF
DI PUSKESMAS KEPIL, WONOSOBO TAHUN 2012**

NASKAH PUBLIKASI



Disusun Oleh :

Sri Widayanti

NIM : 201110104284

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk

Memperoleh Derajat D IV Bidan Pendidik

Di STIKES 'Aisyiah Yogyakarta

Oleh :

Pembimbing : Evi Nurhidayati, S.ST., M.Keb

Tanggal : 8 Agustus 2012

Tandatangan :



PENGALAMAN IBU DALAM PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DI PUSKESMAS KEPIL WONOSOBO TAHUN 2012¹

Sri Widayanti², Evi Nurhidayati³
STIKES 'AISYIYAH YOGYAKARTA
wiwik_5055wn@yahoo.com

Abstrack : 0-6 months babies are prioritized to be given breast milk. UNICEF did a survey of 1.677 babies in Indonesia, it showed that babies with no exclusive breast milk are three times at risk of *ISPA*. This research aimed at finding out the experience of mothers in giving exclusive breast milk. This research used descriptive methodology. The samples were taken using purposive sampling with 4 respondents with babies aged 7-12 months and were given exclusive breast milk in the area of Kepil Health Centre of Wonosobo in 2012. The research finding shows that giving the experience of mothers in giving exclusive breast milk in Kepil Health Center, Wonosobo in 2012.

Key words : exclusive breast milk, mothers' experience

Intisari : Bayi 0-6 bulan sangat diutamakan diberikan ASI secara eksklusif. UNICEF melakukan *survey* terhadap 1.677 bayi di Indonesia, mengungkap bahwa bayi yang tidak diberi ASI Eksklusif tercatat berisiko 3 kali lebih besar terkena serangan *ISPA*. Tujuan dari penelitian ini adalah diketahuinya pengalaman ibu dalam pemberian ASI Eksklusif. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Pemilihan sampel dilakukan secara purposive sampling yang berjumlah 4 orang yang memiliki bayi berusia 7-12 bulan dan berhasil menyusui secara eksklusif yang berada di wilayah kerja Puskesmas Kepil Wonosobo tahun 2012. Hasil penelitian didapatkan mengenai pengalaman ibu dalam pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Kepil Wonosobo Tahun 2012.

Kata Kunci : ASI Eksklusif, Pengalaman Ibu

PENDAHULUAN

Pemberian ASI yang dianjurkan adalah pemberian ASI segera (30 menit-1jam) setelah melahirkan, dilanjutkan pemberian ASI saja hingga 6 bulan serta tetap memberikan ASI sampai usia 2 tahun atau lebih (UNICEF, WHO, IDAI, 2005). Di Indonesia salah satu indikator keberhasilan pembangunan kesehatan adalah cakupan pemberian ASInya. UNICEF melakukan *survey* terhadap 1.677 bayi di Indonesia, mengungkap bahwa bayi yang tidak diberi ASI Eksklusif tercatat berisiko 3 kali lebih besar terkena serangan ISPA (Prasetyono, 2005).

Perilaku pemberian ASI secara Eksklusif cenderung mengalami penurunan, hasil yang dikeluarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) periode 2007 sebesar 28,6% dan pada 2008 menjadi 24,3%. Berdasarkan Profil Kesehatan Kabupaten Wonosobo tahun 2010, Wonosobo memiliki cakupan ASI eksklusif yang cukup baik dibanding Kebumen dan Temanggung. Data yang diperoleh yaitu kabupaten Wonosobo (6,3%), Kabupaten Kebumen (2,57%), Kabupaten Temanggung (2,09%) padahal target cakupan ASI eksklusif pada tahun 2010 adalah mencapai 80% (Dinkes Propinsi Jateng, 2010).

Mengingat cakupan pemberian ASI eksklusif yang masih sangat rendah dan masih jauh dari target, pemerintah telah menetapkan peraturan yang tertuang dalam Keputusan Menteri Kesehatan [UU Kesehatan no 36 tahun 2009 tentang pemberian ASI secara eksklusif](#) yang menekankan bagi setiap orang yang dengan sengaja menghalangi program pemberian ASI Eksklusif dipidana penjara paling lama satu tahun dan denda paling banyak Rp 100 juta.

Menurut Revees et al. (2006) dalam penelitiannya mengatakan bahwa memberikan ASI banyak dipengaruhi beberapa hal diantaranya yaitu keadaan payudara, sosial budaya, pekerjaan ibu, dorongan tenaga kesehatan, dan dukungan sosial yang aktif dari suami. Apabila ibu tidak merasakan dukungan dari orang-orang disekelilingnya, maka kemungkinan besar mereka tidak akan sukses untuk menyusui bayinya.

Berdasarkan studi pendahuluan yang penulis lakukan pada tanggal 20 Januari 2012 dengan meninjau beberapa puskesmas yang ada di kabupaten Wonosobo didapatkan data bayi telah diberikan ASI Eksklusif (63,3%), di Puskesmas Maduretno (50%), di Puskesmas Kalikajar (46,9%), dan di Puskesmas Sapuran (54,5%). Dari data diatas dapat dilihat bahwa Puskesmas Kepil memiliki cakupan ASI Eksklusif paling besar (Dinkes Kabupaten Wonosobo, 2010).

Setelah dilakukan wawancara dan melihat KMS terhadap 35 ibu yang mempunyai bayi berusia 8-18 bulan di Puskesmas Kepil didapatkan 24 responden (68,57%) memberikan ASI secara eksklusif, 11 responden (31,42%) tidak memberikan ASI secara eksklusif. Dari hasil wawancara dengan ibu yang berhasil menyusui secara eksklusif mengatakan bahwa alasan memberikan ASI Eksklusif karena ibu mengetahui bahwa ASI memiliki banyak manfaat.

Maka dari itu, ibu berharap agar ibu yang lain juga mau memberikan ASI Eksklusif untuk bayinya karena banyak manfaat yang diperoleh. Disamping itu ibu juga mengharapkan agar tenaga kesehatan terutama bidan untuk lebih bisa meningkatkan dukungan kepada ibu agar memberi ASI secara Eksklusif, karena bidan yang membantu persalinan ibu sehingga bidan menjadi orang yang dipercaya dan memberi pengarahan mana yang terbaik untuk dirinya dan bayinya. Dari gambaran di atas penulis merasa tertarik untuk lebih mengetahui secara mendalam mengenai pengalaman ibu dalam pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Kepil tahun 2012 Wonosobo.

METODE PENELITIAN

Penelitian yang dilakukan menggunakan metode deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu yang mempunyai bayi 7-12 bulan yang ada di wilayah kerja Puskesmas Kepil, Wonosobo dan berhasil menyusui secara Eksklusif yang berjumlah 20 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik Purposive Sampling. Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 4 ibu yang mempunyai bayi 7-12 bulan.

Alat yang digunakan dalam pengumpulan data yaitu dengan mengamati data dari buku register, pedoman wawancara, dan HP untuk merekam semua informasi. Metode yang digunakan dalam pengumpulan data adalah wawancara dengan menggunakan sistem wawancara semi terstruktur selama 30 menit di ruang tamu rumah partisipan masing-masing.

Teknik validasi data yang digunakan yaitu teknik triangulasi. Validitas instrument yang dilakukan yaitu peneliti telah mengkonsultasikan pedoman wawancara pada pembimbing. Uji coba wawancara dilakukan oleh peneliti sendiri, dengan membaca pedoman wawancara dan memahami pertanyaan dalam pedoman wawancara sehingga peneliti paham akan pedoman wawancara yang akan dilakukan partisipan, juga dilakukan pengecekan alat seperti tape recorder dan handphone apakah berfungsi dengan baik. Dalam penelitian ini menggunakan HP karena kurang maksimal suara yang ditimbulkan jika menggunakan tape recorder yaitu adanya bunyi lain putaran kaset.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan mulai tanggal 30 Mei 2012 sampai 15 Juni 2012. Karakteristik responden dapat dilihat dari table berikut :

Tabel 1 : Karakteristik Partisipan Berdasarkan Usia, Tingkat Pendidikan, Pekerjaan, dan Jumlah Anak

Partisipan	Usia	Tingkat Pendidikan	Pekerjaan	Anak ke-
P1	25 tahun	SMA	IRT	1
P2	23 tahun	Akademi	Wiraswasta	1
P3	30 tahun	S1	Wiraswasta	2
P4	32 tahun	SMP	IRT	3

Dalam penelitian ini didapatkan Partisipan sebanyak 4 orang dan mereka memiliki pengalaman dan berharap dapat dibagikan kepada masyarakat lain khususnya para ibu. Seluruh partisipan dalam penelitian ini dalam rentang subur yaitu antara 20 tahun sampai 35 tahun.

1. Pengetahuan Ibu Mengenai ASI Eksklusif

ASI Eksklusif adalah bayi hanya diberikan ASI selama 6 bulan tanpa tambahan makanan atau cairan lain kecuali vitamin, mineral, dan obat (Prasetyono, 2005). Secara umum semua partisipan telah mengetahui tentang ASI Eksklusif bahwa ASI Eksklusif hanya diberi ASI saja tanpa makanan dan minuman lain sampai usia 6 bulan, meskipun partisipan tidak dapat menyebutkan pengertian ASI Eksklusif secara terperinci tetapi semua partisipan dapat menyebutkan inti dari makna ASI Eksklusif itu sendiri, seperti yang diungkapkan :

Responden 1 : *“ ya intinya Cuma dikasih ASI sampai 6 bulan ”*

Responden 2 : *“ ASI Eksklusif itu ya kaya saya ini Mba, ngasih bayi ASI saja sampai 6 bulan ga sama apa-apa ”*

Hal yang sama juga diungkapkan oleh responden 3 dan 4. Responden 1 berpendidikan SMA, Responden 2 lulusan Akademi, Responden 3 seorang sarjana, dan responden 4 lulusan SMP namun pemahaman mengenai ASI Eksklusif tidak ada perbedaan yang menonjol antara responden yang berpendidikan tinggi dengan yang berpendidikan rendah.

2. Factor yang mempengaruhi ibu dalam pemberian ASI Eksklusif

a. Aspek ekonomi

ASI Eksklusif dapat menghemat pengeluaran biaya menjadi salah satu alasan yang diungkapkan oleh partisipan. Seperti yang dikatakan oleh

Partisipan 2 : *“ ini Mba, ga perlu ngluarin uang banyak buat beli susu formula, kan harga susu bayi mahal banget ya Mba, jadi uang yang buat beli susu formula diganti buat beli kebutuhan yang lain ”*

Hal ini juga diungkapkan oleh responden 3 dan 4. ASI tidak perlu dibeli, sehingga dana yang seharusnya untuk membeli susu formula, dan botol susu dapat digunakan untuk keperluan lain. Selain itu bayi yang mendapat ASI lebih jarang sakit sehingga mengurangi biaya berobat (Prasetyono, 2005).

b. Dukungan suami.

Seorang ibu yang mendapat dukungan dari suami dan keluarga akan meningkatkan pemberian ASI kepada bayinya. Sebaliknya dukungan sosial yang kurang maka pemberian ASI menurun. Menurut Rokhanawati (2009) dalam penelitiannya yang mengatakan bahwa dukungan sosial suami mempunyai hubungan yang signifikan dengan perilaku pemberian ASI Eksklusif di Kabupaten Bantul.

Partisipan 3 : *“ ya mereka si mendukung-mendukung aja Mba ”*

Partisipan 4 : *“ bapak menvarankan ASI saja gitu ”*

Partisipan 1 dan 2 juga mengungkapkan adanya dukungan dari suami. Semua Partisipan mengatakan bahwa mereka mendapat dukungan dari suami dan keluarga. Bentuk dukungan yang diberikan kepada ibu saat menyusui pun berbeda-beda, seperti pada partisipan 1 yaitu menemani saat periksa, karena hal ini mempengaruhi keberlanjutan peranan suami dalam upaya pemberian ASI secara Eksklusif. Pada partisipan 2 mengatakan menyuruh orang dirumah untuk memasak yang bergizi, karena makanan

yang bergizi mempengaruhi produksi ASI sehingga jika ibu makan yang bergizi akan membuat bayi selalu tercukupi nutrisi dari ASInya tersebut. Partisipan 4 mengatakan menemani saat menyusui pada malam hari dan menggantikan pekerjaan ibu. Sehingga semua bentuk dukungan suami tersebut membuat keberlanjutan ibu dalam memberikan ASI secara Eksklusif.

c. Dukungan tenaga kesehatan

Dukungan tenaga kesehatan kaitannya dengan nasehat kepada ibu untuk memberikan ASI pada bayinya menentukan keberlanjutan ibu dalam pemberian ASI. Hal ini sejalan dengan ungkapan :

Partisipan 1 : *“ya saya dikasih tau banyak tentang manfaat ASI Eksklusif, terus akibat kalau tidak ASI Eksklusif, terus juga dikasih tau cara menyimpan ASI Mba”*
Partisipan 3 : *“dulu itu pas lahiran kan sama bidannya langsung di IMD itu Mba. Makanva iadi laniut”*

Dukungan tenaga kesehatan yang diberikan kepada ibu membuat keberlanjutan ASI Eksklusif dapat berhasil. Pemberian informasi mengenai manfaat ASI Eksklusif mempengaruhi ibu untuk memberikan ASI secara Eksklusif. Disamping itu ibu yang telah melaksanakan IMD karena semenjak lahir telah mendapatkan ikatan batin yang kuat dan kontak dengan sang bayi sehingga menjadi salah satu hal yang mempengaruhi ibu dalam memberikan ASI secara Eksklusif.

d. Aspek kemudahan

ASI Eksklusif memberikan manfaat bagi ibu dan keluarga yaitu dari sisi kemudahan. Hal ini mendorong untuk ibu memberikan ASI Eksklusif, karena tidak perlu khawatir jika kehabisan susu formula saat bayi menginginkan. Seperti yang diungkapkan oleh:

Partisipan 1 : *“lebih mudah soalnya enggak ribet kalau kemana-mana bawa dot”*
Partisipan 3 : *“enggak ribet harus selalu nyiapin susu formula dan dot bersih”*

Menyusui sangat praktis karena dapat diberikan dimana saja dan kapan saja. Keluarga tidak perlu repot menyiapkan susu formula, air masak, botol dan dot yang harus dibersihkan. Tidak perlu minta tolong orang lain untuk memberikan ASI (Baskoro, 2008).

e. Media informasi

Dengan adanya paparan terhadap media masa ibu dapat memperoleh informasi hal-hal terkait pemberian ASI Eksklusif. Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan Partisipan yaitu:

Partisipan 1 : *“Ya kan banyak papan reklame di mana-mana yang menyuruh untuk ASI Eksklusif”*
Partisipan 2 : *“soalnya saya baca-baca buku itu to Mbak, katanya ASI itu baik untuk bayi”*

Partisipan 3 juga mengungkapkan mendapatkan informasi dari media. Disini terlihat bahwa keterpaparan informasi dan usaha mencari informasi membuat seseorang menjadi tahu menambah pengetahuan seseorang yang membuat mereka dapat membuat keputusan. Partisipan 1 memiliki pendidikan SMA, Partisipan 2 lulusan Akademi, dan Partisipan 3 adalah seorang sarjana mereka memiliki pendidikan yang tinggi daripada

Partisipan 4 yang merupakan lulusan SMP dimana dia tidak mengatakan media informasi menjadi salah satu hal yang mendorong seseorang menyusui Eksklusif. Sehingga disini terlihat perbedaan dalam usaha pencarian informasi

f. Pengetahuan

Dengan tingginya pengetahuan ibu mengenai pemberian ASI, maka diharapkan ibu mengetahui pentingnya pemberian ASI sehingga lama pemberian ASI dapat diperpanjang. Pengetahuan didapat dari tenaga kesehatan, dimana informasi diperoleh baik secara langsung maupun tidak langsung, dari tempat-tempat pelayanan kesehatan (posyandu), atau sumber informasi lainnya seperti media massa (Koran, majalah, televisi) (Sri Rejeki, 2008).

Partisipan 2 : *"Kandungan yang ada dalam ASI tu yang paling cocok dengan kebutuhan bayi"*

Partisipan 3 : *"ASI itu banyak manfaatnya, terus kalau ga ASI resiko terakhirnya bisa meninggal"*

Hal ini sejalan dengan penelitian ini yang mengatakan bahwa mereka mendapat pengetahuan dari buku dan media informasi lainnya. Partisipan yang menjadikan pengetahuan sebagai hal yang mendasari pemberian ASI Eksklusif berkaitan dengan pendidikan yang dimiliki, hal ini berbeda dengan Partisipan 1 dan 4 yang berpendidikan SMA dan SMP.

g. Pengalaman penyusuan

Ibu yang berhasil menyusui anak sebelumnya, dengan pengetahuan dan pengalaman cara pemberian ASI secara baik dan benar akan menunjang laktasi berikutnya. Hal ini sejalan dengan ungkapan :

Partisipan 3 : *"ya anak saya yang pertama itu ASI Eksklusif, jadi yang ini juga ASI Eksklusif"*

Dari penelitian ini terlihat bahwa pengalaman penyusuan ibu sebelumnya dengan manfaat yang diperoleh maka akan mendorong ibu untuk memberikan ASI Eksklusif, namun hal ini berbeda dengan ungkapan yang disampaikan oleh partisipan 4 :

Partisipan 4 : *"oh enggak Mba. Dulu itu malah berapa minggu gitu udah dikasih pisang yang dialusin, terus juga kadang-kadang dikasih Promina"*

Maka untuk jawaban Partisipan 4 ini sejalan dengan penelitian yang diadakan oleh Josefa (2011) yang menyatakan bahwa ibu yang memiliki dua orang anak relatif lebih banyak memberikan ASI lebih dari 6 bulan dibandingkan ibu yang mempunyai satu orang anak.

Untuk perbedaan yang dialami oleh Partisipan 3 dengan Partisipan 4 ini karena adanya perbedaan tingkat pendidikan dan lingkungan sosial budaya yang mempengaruhi. Partisipan 3 merupakan seorang sarjana yang memiliki wawasan yang luas dan sering terpapar informasi, sedangkan Partisipan 4 merupakan lulusan SMP. Disamping itu Partisipan 4 dengan anak sebelumnya tinggal dekat dengan orang tua, sehingga masih beranggapan bahwa ASI saja tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi.

3. Hambatan dalam memberikan ASI Eksklusif

a. Sosial budaya

Sosial budaya merupakan hambatan yang dialami oleh para ibu yang menyusui secara Eksklusif. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Partisipan yaitu :

Partisipan 1 : *"hambatannya yang paling saya rasakan itu dari keluarga Mba. Orangtua itu kadang-kadang nyuruh ngasih makan kalau nangis"*
Partisipan 4 : *"orang-orang disekitar sini itu pada pake susu tambahan terus anak-anaknya pada gendut-gendut banget. Kadang saya tertarik"*

Faktor budaya menjadi faktor yang penting dalam pengambilan keputusan untuk menyusui. Status perpindahan seperti meniru temen, tetangga atau orang terkemuka yang memberikan susu botol, serta rasa ketinggal zaman jika menyusui bayinya mempunyai hubungan yang kuat dengan pemberian MP-ASI dini dan PASI.

b. Pekerjaan

Ibu yang bekerja akan lebih sering di luar rumah bila dibandingkan dengan ibu yang tidak bekerja. Kesibukannya pun berbeda yang akan mempengaruhi proses penyusuan. Ibu yang bekerja cenderung memberikan makanan pendamping ASI pada bayinya. Biasanya ibu akhirnya memberikan susu formula sebagai pengganti ASI (Prasetyono,2009). Seperti yang diungkapkan oleh :

Partisipan 2 : *"hambatannya ini Mba, kan saya kerja ya. Jadi agak susah masalah menyusui soalnya rumah saya sama tempat saya kerja kan agak jauh"*
Partisipan 3 : *"va sebetulnya va menghambat, tapi kan sudah sava atasi Mba"*

Partisipan 4 juga mnegungkapkan hal yang sama. Hal ini sejalan oleh penelitian yang dilakukan oleh Sri Rejeki (2008) yang mengatakan bahwa pekerjaan membuat ibu tidak berhasil menyusui secara eksklusif karena adanya hambatan seperti jarak rumah yang jauh, tidak ada fasilitas menyusui ditempat bekerja sehingga membuat para ibu memutuskan untuk memberikan susu formula kepada bayinya. Pekerjaan dari Partisipan 2, 3, dan 4 berbeda-beda tapi tetap menjadi sebuah hambatan sekalipun Partisipan 4 adalah seorang ibu rumah tangga.

c. Psikologi

Gangguan emosional, kecemasan, stress fisik dan psikis akan mempengaruhi produksi hormone yang yang berperan dalam proses menyusui. Atau mungkin ibu kecewa pada setiap kesan bahwa jumlah dan kualitas susunya berkurang. Seperti yang diungkapkan oleh :

Partisipan 1 : *"Anak saya nangis terus, jadi saya takut kalau anak saya tidak cukup makannya dan itu benar-benar membuat saya stress Mba."*
Partisipan 3 : *"paling ya cuma ketakutan saya adeknya cukup ga nutrisinya"*

Hal ini sejalan dengan halnya hasil penelitian kualitatif yang dilakukan oleh Josefa (2011) menyatakan bahwa hampir semua partisipan merasa bahwa ASI saja tidak cukup bagi bayinya. Hal ini menyebabkan mereka memberikan MP-ASI dan PASI sebelum waktunya. Kekhawatiran akan akan kurang nutrisi bagi bayinya membuat hambatan bagi seorang ibu dalam menyusui secara Eksklusif.

d. Keadaan payudara

Keadaan fisik seorang ibu sangat mempengaruhi dalam praktek pemberian ASI. Sri Rejeki (2008) mengatakan bahwa masalah kondisi fisik ibu seperti puting susu yang masuk kedalam, air susu yang merembes kebadan sehingga membuat tidak nyaman dan kurangnya produksi ASI. Seperti yang diungkapkan oleh :

Partisipan 1 : *"pernah pas saya sakit itu Mba, puting saya kan lecet terus ngrangkaki. Itu saya seperti sudah tidak sanggup lagi untuk menyusui"*

Faktor pada payudara yang perlu mendapat perhatian adalah keadaan puting. Dengan puting yang baik, puting tidak mudah lecet, reflek menghisap menjadi lebih baik pula. Puting yang lecet membuat ibu merasa sakit saat menyusui, sehingga hal ini menjadi salah satu hambatan ibu dalam menyusui.

4. Usaha dalam pemberian ASI Eksklusif

a. Penjelasan kepada keluarga

Keluarga menjadi menjadi hambatan dalam pemberian ASI Eksklusif, sehingga memerlukan upaya untuk mengatasinya yaitu dengan memberikan penjelasan kepada keluarga terkait manfaat ASI Eksklusif, hal ini seperti yang diungkapkan oleh Partisipan :

Partisipan 1 : *"Kalau yang masalah orangtua ya saya menjelaskan kepada mereka bahwa ASI saja sudah cukup terus bahaya kalau diberi makanan sebelum 6 bulan"*

Partisipan 4 : *"Ya saya bilang ya ga lah bu, kalau nangis langsung disusui gitu wong didep tiap hari kok"*

Penjelasan kepada orangtua dan keluarga merupakan salah satu keputusan yang merupakan langkah penting. Hal tersebut cukup memakan waktu yang lama dari penjelasan Partisipan 4 untuk meyakinkan kepada orangtua mereka. Namun pada Partisipan 1 orangtua langsung bisa memahami keputusan yang diambil anaknya, karena ibu pasti akan melakukan yang terbaik buat bayinya. Setelah dilakukan wawancara secara mendalam ternyata perbedaan ini terjadi karena adanya perbedaan orientasi budaya yang melekat pada keluarga masing-masing sehingga setelah dilakukan penjelasan kepada orangtua maka hambatan tersebut bisa teratasi dan menyusui secara eksklusif bisa berhasil.

b. Diskusi kepada suami

Seorang ibu yang mendapat dukungan dari suami akan meningkatkan pemberiaan ASI kepada bayinya. Sehingga berdiskusi kepada suami menjadi salah satu langkah untuk mengatasi hambatan yang dialami ibu dalam pemberian ASI Eksklusif. Hal ini yang dilakukan oleh :

Partisipan 1 : *"saya cuma ngeluh sama suami saya, soalnya saya benar-benar takut Mba. Apalagi ini kan anak pertama kami. Tapi suami saya terus berupaya dan memberikan dukungan"*

Partisipan 3 : *"Ya saya komunikasikan sama suami saya, terus kami ke dokter Mba"*

Mendiskusikan kepada suami merupakan bentuk pemecahan dari masalah yang dialami oleh ibu, sehingga akan menimbulkan dukungan yang diberikan kepada ibu. Dukungan suami merupakan bentuk dukungan dan hubungan yang baik untuk memberikan kontribusi penting pada kesehatan sehingga ibu memiliki keyakinan dan motivasi serta kepercayaan untuk bisa menyusui secara eksklusif.

c. Menyimpan ASI dirumah

Kegiatan menyusui melibatkan banyak aspek dalam kehidupan ibu yaitu fisik, psikologi dan emosional sehingga hambatan yang dialami akan dicarikan upaya dalam mengatasinya. Menyimpan ASI dirumah menjadi salah satu pemecahan masalah yang dialami sang ibu, disini ibu juga memberi penjelasan terkait cara pemberiannya. Seperti yang

Partisipan 3 : “ *Ya saya nyimpan ASI dirumah*”

Partisipan 4 : “*saya meras ASI dulu, terus dikasih di kulkas biar ga dikerumunin semut terus awet. Jadi ntar kalau nangis dikasih itu*”

Partisipan 2 juga mengungkapkan hal yang sama. Partisipan 2, 3, dan 4 menyimpan ASI dikulkas dalam rangka mencari solusi agar tetap bisa menjalankan praktik menyusui secara Eksklusif. Hal ini dilakukan ketika ibu bekerja yaitu partisipan 2 dan 3 sedangkan partisipan 4 mengatakan menyimpan ASI dikulkas ketika ibu pergi. Mereka juga memberi tahu bagaimana cara memberikan ASI kepada bayi, yaitu dengan cara dihangatkan terlebih dahulu.

d. Mencari literature

Pengetahuan yang dimiliki akan membentuk suatu keyakinan untuk melakukan perilaku tertentu seperti halnya dalam pemberian ASI Eksklusif. Dalam hal ini mencari literatur terkait ASI Eksklusif dilakukan ibu untuk mengatasi hambatan yang dialami agar dapat menjadi sebuah keyakinan dalam praktik pemberian ASI Eksklusif. Literatur terkait ASI Eksklusif dalam penelitian ini didapat dari internet dan buku. Hal ini diungkapkan oleh:

Partisipan 2 : “*Ya yang saya baca di buku itu ya Mba, kalau mau ngasih susu itu kan dingin jadi dipanaskan dulu*”

Partisipan 3 : “*banyak baca buku, mencari di internet katanya ASI tu aja udah cukup, asal setiap bayi mau menyusui selalu diberi*”

Dalam penelitian ini terungkap bahwa pendidikan mempengaruhi usaha pemecahan masalah. Partisipan 2 adalah lulusan akademi dan Partisipan 3 seorang sarjana. Mereka memilih sebuah literatur sebagai panduan untuk meyakinkan diri agar menyusui Eksklusif dapat berhasil. Berbeda dengan Partisipan 1 dan 4 yang tidak mengatakan bahwa mencari sumber informasi menjadi salah satu alternatif pemecahan masalah.

e. Bertanya kepada tenaga kesehatan

Keberhasilan ibu dalam memberikan ASI Eksklusif tidak lepas dari peran petugas kesehatan profesional. Sehingga tenaga kesehatan kerap menjadi tempat untuk rujukan pencari informasi untuk pemecahan masalah yang dialami. Seperti yang diungkapkan oleh :

Partisipan 3 : “*pas imunisasi itu sekalian tanya-tanya sama bidannya*”

Upaya yang dilakukan Partisipan 3 ini terkait masalah yang dihadapi tentang kekhawatiran akan ketidakcukupan nutrisi untuk bayi jika hanya diberi ASI dan ibu merasakan bahwa adanya dukungan dan motivasi dari tenaga kesehatan sehingga mempercayai tenaga kesehatan untuk pemberi informasi yang benar terkait ASI Eksklusif.

f. Membawa bayi jika memungkinkan

Pekerjaan menjadi salah satu hambatan yang dialami ibu dalam pemberian ASI Eksklusif. Sehingga bagi seorang ibu yang ingin menyukseskan ASI Eksklusifnya akan mengupayakan berbagai hal agar tercapai praktik menyusui secara Eksklusif. Salah satu yang dilakukan adalah dengan membawa bayi saat bekerja jika memungkinkan, hal ini seperti yang diungkapkan :

Partisipan 3 : *"kalau memungkinkan kadang-kadang adeknya dibawa kerja"*

Hambatan dalam pekerjaan seperti jarak rumah yang jauh dan kurangnya fasilitas menyusui bukan menjadi alasan untuk memberikan susu formula, sehingga membawa bayi ke tempat bekerja jika memungkinkan dilakukan ibu karena sudah adanya ikatan psikologi yang kuat antara ibu dan bayi, selain itu kekhawatiran akan kecukupan nutrisi untuk sang bayi.

5. Manfaat ASI Eksklusif bagi bayi yang dirasakan ibu

a. Sehat

ASI merupakan komposisi makanan ideal untuk bayi karena memberikan semua energy dan gizi yang dibutuhkan bayi selama 6 bulan pertama (Depkes, 2005). Karena kandungan ASI yang cocok untuk bayi maka bayi yang mendapat ASI Eksklusif akan menjadi sehat dan jarang terkena penyakit. Hal ini seperti yang diungkapkan :

Partisipan 1 : *"Anak saya jadi jarang sakit Mba"*

Partisipan 4 : *"tapi yang pasti memang anak saya jarang sakit"*

Partisipan 2 dan 3 juga mengungkapkan hal yang sama. Semua Partisipan mengatakan bahwa bayi yang mendapat ASI Eksklusif lebih jarang terkena sakit. Bayi yang diberi ASI lebih kebal terhadap penyakit ketimbang bayi yang tidak memperoleh ASI.

b. Berat badan normal

ASI mempunyai manfaat bagi bayi yaitu dapat membantu memulai kehidupannya dengan baik. Bayi yang mendapatkan ASI mempunyai kenaikan berat badan yang baik setelah lahir, pertumbuhan setelah periode perinatal baik, dan mengurangi kemungkinan obesitas. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh :

Partisipan 1 : *"terus juga badannya itu enggak gemuk banget tapi juga enggak kurus banget. Pokoknya ukurannya pas lah Mba"*

Partisipan 2 : *"Ya normal Mba, kalau ditimbang ya normal gitu kata bidannya"*

Partisipan 3 : *"hadannya normal"*

Partisipan mengatakan bahwa bayi yang mendapatkan ASI mempunyai berat badan yang normal, hal ini karena kandungan ASI sangat cocok untuk bayi sehingga bayi tidak kekurangan nutrisi

ataupun kelebihan energi. Berat badan yang normal menjadi manfaat ASI Eksklusif bagi bayi yang bisa dirasakan oleh ibu.

c. Aktif

IQ pada bayi yang memperoleh ASI memiliki IQ lebih tinggi 4,3 kali pada usia 18 bulan, dan 4-6 kali lebih tinggi pada usia 3 tahun bila dibandingkan dengan anak yang tidak mendapatkan ASI (Depkes, 2005). Sehingga bayi yang mendapat ASI Eksklusif menjadi lebih aktif dari bayi yang tidak mendapat ASI. Seperti yang diungkapkan oleh:

Partisipan 2 : *“bayi saya itu lincah Mba. Aktif lah pokoknya”*

Partisipan 3 : *“sama kayak kakaknya aktif gitu Mba, lincah lah”*

Partisipan 1 juga mengatakan bahwa bayi yang mendapat ASI Eksklusif lebih aktif dan lincah. Manfaat ASI bagi bayi salah satunya yaitu dapat meningkatkan kecerdasan IQ hal ini terlihat dengan ungkapan Partisipan 1, 2, dan 3 yang mengatakan bayi mereka aktif dan lincah karena mendapat ASI Eksklusif.

d. Ikatan batin

Menyusui bukanlah sekedar memberi makan, tetapi juga mendidik anak. Sambil menyusui, ibu perlu mengelus bayi dan mendekapnya dengan hangat. Tindakan ini bisa memunculkan rasa aman pada bayi, sehingga kelak ia akan memiliki tingkat emosional dan spiritual yang tinggi. Ikatan batin yang dirasakan ini seperti diungkapkan oleh :

Partisipan 2 : *“Dia itu kalau dengar suara saya langsung nangis Mba kalau saya baru pulang kerja. Terus kalau sudah saya dekap itu dia langsung diam. Jadi saya pulang kerja, ketemu anak dan bersama anak seperti capeknya itu hilang Mba.”*

Partisipan 3 : *“Wong kalau misal dirumah gitu sama Bapaknya nanti saya pulang kerja malah ga mau sama saya. Saya jadi sedih to Mba, kok anak sekecil itu udah ngerti gitu lo Mba”*

Ikatan batin yang dirasakan bayi terhadap ibu tercipta karena kedekatan dalam dekapan ibu saat pemberian ASI. Disini terlihat bahwa ikatan yang ditimbulkan antara ibu dan bayi karena pemberian ASI Eksklusif sangat kuat seperti yang diungkapkan oleh Partisipan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan : Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ASI Eksklusif yaitu pemberian ASI saja tanpa makanan lain sampai 6 bulan. Faktor yang mempengaruhi ibu dalam pemberian ASI Eksklusif yaitu aspek ekonomi, dukungan suami, dukungan tenaga kesehatan, aspek kemudahan, keterpaparan media informasi, pengetahuan, dan pengalaman terhadap penyusuan ibu sebelumnya. Hambatan yang dialami ibu dalam pemberian ASI Eksklusif yaitu sosial budaya, pekerjaan ibu, keadaan psikologi, dan keadaan payudara ibu. Usaha ibu dalam memberikan ASI Eksklusif terkait hambatan yang dialami yaitu penjelasan kepada keluarga, diskusi kepada suami, menyimpan ASI dirumah, mencari literature, dan bertanya kepada tenaga kesehatan. Manfaat ASI Eksklusif bagi bayi yang dirasakan oleh ibu yaitu bayi lebih sehat, berat badan bayi normal, bayi terlihat aktif, dan tercipta ikatan batin bayi dan ibu.

Saran

1. Bagi partisipan

Bagi ibu diharapkan dapat berbagi informasi mengenai ASI Eksklusif dengan para ibu yang lain sehingga mampu meningkatkan minat para ibu untuk menyusui bayinya secara Eksklusif.

2. Bagi bidan

Memberikan informasi kepada ibu agar menyusui secara Eksklusif dan memotivasinya sejak kehamilan, sehingga diharapkan para ibu mau menyusui bayinya secara Eksklusif.

3. Bagi Puskesmas Kepil

Disarankan kepada Puskesmas Kepil untuk lebih meningkatkan program terkait pemberian ASI Eksklusif seperti memberikan konseling, IMD setelah persalinan, dan menyarankan para tenaga kesehatan untuk memotivasi ibu.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian mengenai ASI Eksklusif hendaknya selalu dikembangkan mengingat manfaat yang diperoleh sangat banyak. Diharapkan dapat melanjutkan penelitian ini dengan mencoba cara lain sehingga dapat diperoleh hasil yang berbeda dalam satu topik yang sama.

DAFTAR PUSTAKA

Buku :

Baskoro, A.2008. *ASI Panduan Praktis Ibi Menyusui*. Yogyakarta: Banyu Media.

Prasetyono,D, 2005. *Buku Pintar ASI Eksklusif Pengenalan, Praktek, dan Kemanfaatan-Kemanfaatannya*. Yogyakarta: Diva Press.

Dokumen Resmi :

Depkes, 2005. *Panduan Manajemen Laktasi: Keunggulan Asi dan Manfaat Menyusui*. Jakarta: Ditjen Gizi Masyarakat.

Depkes , 2009. *Bahan Bacaan Manajemen Laktasi*, Edisi Keempat, Perinasi, Jakarta.

Dinas Kesehatan Propinsi Jawa Tengah, 2010. *Profil Kesehatan Propinsi Jawa Tengah*. Jawa Tengah: Dinkes Propinsi Jateng.

Dinas Kesehatan Kabupaten Wonosobo, 2010. *Profil Kesehatan Kabupaten Wonosobo*. Wonosobo: Dinkes Kabupaten Wonosobo.

Menteri Kesehatan, 2004. *Keputusan Menteri Kesehatan nomor 450*. Jakarta.

Skripsi, Tesis, Disertasi, Laporan Penelitian :

Reeves, C.C., Close, T.F., Simmons, C.M. &Hollis, L.A., 2006, *Social support Indicators that influence breastfeeding decisions in mother of North Florida*. Florida Public Health Rev.

Rokhanawati, D. 2006. *Dukungan Sosial Suami dan Perilaku Pemberian ASI Eksklusif di Kabupaten Bantul Yogyakarta*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.

Rejeki, S. 2008. *Studi Fenomenologi Pengalaman MenyusuiIbu Bekerja di Wilayah Kendal, Jawa Tengah*. Semarang : Universitas Diponegoro Semarang