

**ANALISIS PERILAKU OPTIMALISASI PRODUKSI ASI PADA IBU
POSTPARTUM BEKERJA DAN TIDAK BEKERJA DI WILAYAH
PUSKESMAS SUMBERSARI JEMBER**

**ANALYSIS OF ASI PRODUCTION OPTIMALIZATION BEHAVIOR
IN POSTPARTUM'S MOTHER WORK AND DO NOT WORK IN
SUMBERSARI JEMBER PUSKESMAS AREA**

Diyan Indriyani¹ dan Asmuji²

¹² Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Email: diyanindriyani@unmuhjember.ac.id, asmuji@unmuhjember.ac.id

ABSTRAK

Air Susu Ibu (ASI) sangatlah penting bagi bayi baru lahir karena merupakan sumber nutrisi utama. Banyak faktor yang mempengaruhi ASI terhambat untuk diproduksi secara optimal, padahal ASI ini yang sangat dibutuhkan oleh bayi. Faktor tersebut antara lain karena pengetahuan dan perilaku stimulasi produksi ASI yang belum maksimal, tertundanya pertemuan ibu dan bayi, dukungan suami kurang optimal, nutrisi yang kurang seimbang, ibu terlalu muda (pengalaman kurang) dan lain-lainnya. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis perilaku optimalisasi produksi ASI pada ibu postpartum bekerja dan tidak bekerja. Penelitian ini menggunakan desain Deskriptif Korelasional, dengan sampel 62 responden yang terbagi yaitu 30 ibu postpartum bekerja dan 32 ibu postpartum tidak bekerja yang ada di Wilayah Puskesmas Sumbersari Jember. Instrument yang digunakan yaitu kuesioner dan skala likert, dengan analisa data menggunakan *Chi Square* ($\alpha=0,05$). Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan perilaku pada ibu postpartum bekerja dan tidak bekerja terhadap optimalisasi produksi ASI, dengan P Value sebesar 0,043. Mengingat pentingnya ASI bagi bayi, maka direkomendasikan yaitu meskipun ibu bekerja disarankan tetap memiliki motivasi untuk mengoptimalkan produksi ASI, sedangkan pada ibu postpartum yang tidak bekerja disarankan menggunakan waktu sebaik-baiknya dalam mensukseskan perilaku mengoptimalkan produksi ASI.

Kata Kunci : Perilaku, Produksi ASI, Postpartum, Bekerja dan Tidak Bekerja

ABSTRACT

Breastfeeding is very important for the newborn because it is a source of major nutrients. Many factors affect breastfeeding to be produced optimally inhibited, whereas breastfeeding is much needed by the baby. These factors, among others because of the knowledge and behavior of the stimulation of breastfeeding production is not maximized, the delay in meeting the mother and baby, husband support is less than optimal, the less balanced nutrition, mothers are too young (less experience) and others. The purpose of this study was to analyze the behavior of the optimization of breastfeeding production in postpartum mothers working and not working. This study uses Descriptive Correlational design, with a sample of 62 respondents were divided with 30 postpartum mothers work and 32 do not work in Sumbersari Jember Regional Health Center. Instrument used questionnaires and Likert scale, with data analysis using *Chi Square* ($\alpha = 0.05$). The results showed no difference in postpartum maternal behavior works and does not work on the optimization of breastfeeding production, with P Value of 0.043. Given the importance of breastfeeding for babies, it is recommended that although working mothers are advised to stay motivated to optimize breastfeeding, whereas in postpartum mothers who do not work are advised to use time wisely in the success of behavior to optimize breastfeeding.

Keyword: Behavior, breastfeeding production, Postpartum, works and does not work

PENDAHULUAN

Salah satu tugas utama ibu pada masa ibu adalah bertanggungjawab dalam memenuhi kebutuhan nutrisi bayi dengan cara menyusui. Menyusui sangat erat kaitannya dengan Air Susu Ibu (ASI). Air Susu Ibu merupakan makanan pilihan utama pada bayi, karena waktu lahir bayi memproduksi sedikit amilase saliva atau pankreas, dengan demikian bayi tidak siap mencerna karbohidrat kompleks yang diperoleh dari makanan padat. Selain itu menyusui memberi banyak keuntungan antara lain pemenuhan kebutuhan nutrisi, imunologi dan psikologis. Sedangkan manfaat bagi ibu adalah organ-organ reproduksi ibu akan lebih cepat kembali ke keadaan sebelum hamil dan akan meningkatkan kontak yang lebih dekat antara ibu dan bayi (Bobak, 2005).

Bayi baru lahir harus disusui 8 – 12 kali atau lebih setiap hari, dan ibu dianjurkan untuk menyusui bayinya secara teratur selama 24 jam. Hal ini dimaksudkan agar produksi ASI akan dapat diproduksi dengan baik dan terus dipertahankan (Linkages, 2004 dan Bobak, 2005). Berbagai hal telah dilakukan sebagai upaya untuk meningkatkan penggunaan ASI di Indonesia, antara lain pada tahun 1991 pencanangan lomba Rumah Sakit Sayang Bayi (RSSB), tahun 1997 pencanangan Gerakan Sayang Ibu dan penekanan untuk penggunaan ASI (Suradi, 2004; Depkes, 2004). Melalui penelitian Indriyani (2010) didapatkan hasil penelitian bahwa ada pengaruh menyusui ASI dini dan teratur pada ibu postpartum dengan sectio caesarea.

Pada proses menyusui, kegagalan seringkali ditimbulkan dari permasalahan pada ibu misalnya puting susu datar/terbenam, puting susu lecet, payudara bengkak/meradang, sindrom ASI kurang, ibu bekerja di luar rumah. Berbagai upaya pemerintah dan petugas kesehatan telah dilakukan untuk membantu ibu nifas dalam mengoptimalkan produksi ASI. Mengingat ASI merupakan nutrisi utama bagi bayi baru lahir, dan peran ibu adalah bertanggungjawab dalam memenuhi kebutuhan nutrisi bagi bayinya. Namun kondisi kegagalan menyusui dan hambatan memberikan ASI masih saja didapatkan karena permasalahan produksi ASI yang kurang optimal. Berkaitan dengan permasalahan tersebut di atas sangat perlu diidentifikasi tentang bagaimana perilaku ibu selama ini dalam mengoptimalkan produksi ASI. Hal ini mengingat bahwa ibu postpartum dengan berbagai aktifitasnya ada yang tergolong dalam ibu yang tidak bekerja dan ibu bekerja. Ibu yang tidak bekerja memang memiliki peluang dalam berinteraksi dengan bayi lebih optimal dibandingkan ibu bekerja. Namun fakta bahwa cakupan ASI Eksklusif pada masyarakat di Wilayah Puskesmas Sumpalsari Jember masih tergolong rendah untuk kedua kelompok tersebut dengan salah satu alasan yang menonjol yaitu produksi ASI kurang optimal, hal ini membuat peneliti tertarik untuk mengidentifikasi lebih lanjut dalam suatu penelitian yang berjudul “ Analisis perilaku optimalisasi produksi ASI pada ibu postpartum bekerja dan tidak bekerja di Wilayah Puskesmas Sumpalsari Jember”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan desain *deskriptif Korelasional*, menggunakan sampel 62 responden yang terbagi yaitu 30 ibu postpartum bekerja dan 32 ibu postpartum tidak bekerja yang ada di Wilayah Puskesmas Sumpalsari Jember Pada penelitian ini sebagai variabel *independent* adalah ibu postpartum bekerja dan tidak bekerja, sedangkan sebagai variabel *dependent* adalah perilaku optimalisasi produksi ASI. Adapun langkah (1) tahap persiapan: pada tahap ini peneliti mengurus ijin penelitian di Bakesbang Linmas Jember. Langkah (2) tahap pelaksanaan, dimana peneliti setelah melakukan informed consent, selanjutnya melakukan pengumpulan data. Setelah

data terkumpul peneliti melakukan analisa univariat dan bivariat. Terkait uji bivariat digunakan uji *Chi Square* dengan ketetapan nilai alpha 5% ($\alpha=0,05$). Langkah (3) menyusun hasil dan pembahasan serta menarik kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Melalui hasil penelitian di bawah ini dipaparkan data berupa data umum dan data khusus sebagai berikut

Tabel 1. Perilaku optimalisasi produksi ASI Pada Ibu Postpartum Bekerja di Wilayah Puskesmas Sumpalsari Jember 2016

Perilaku Optimalisasi Produksi ASI	Frequency	Percent
Kurang Optimal	20	66.7
Optimal	10	33.3
Total	30	100.0

Terlihat pada tabel 1 tersebut di atas bahwa Perilaku optimalisasi produksi ASI pada ibu postpartum yang bekerja, sebagian besar kurang optimal yaitu sebanyak 20 responden (66,7%).

Tabel 2. Perilaku optimalisasi produksi ASI Pada Ibu Postpartum Tidak Bekerja di Wilayah Puskesmas Sumpalsari Jember 2016

Perilaku Optimalisasi Produksi ASI	Frequency	Percent
Kurang Optimal	11	34.4
Optimal	21	65.6
Total	32	100.0

Berdasarkan tabel 2 diperoleh bahwa Perilaku optimalisasi produksi ASI pada ibu postpartum yang tidak bekerja, sebagian besar optimal yaitu sebanyak 21 responden (65,7%).

Tabel 3. Tabulasi Silang Perilaku Optimalisasi Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Bekerja dan Tidak Bekerja Di Wilayah Puskesmas Sumpalsari Jember 2016

		Perilaku Optimalisasi Produksi ASI			P Value
		Kurang Optimal	Optimal	Total	
Status Pekerjaan Responden	Ibu Postpartum Bekerja	19 63.3%	11 36.7%	30 100.0%	0,043
	Ibu Postpartum Tidak Bekerja	11 34.4%	21 65.6%	32 100.0%	
Total		30 48.4%	32 51.6%	62 100.0%	

Terlihat pada table 3 bahwa ada perbedaan yang significance antara ibu postpartum yang bekerja dengan yang tidak bekerja dalam perilaku optimalisasi produksi ASI, yaitu didapatkan p value sebesar 0,043.

Pembahasan

Peran ibu postpartum dalam perawatan bayi baru lahir salah satunya adalah peran pemenuhan nutrisi bagi bayi yang dilahirkannya. Nutrisi pada bayi usia 0-6 bulan hanya memerlukan ASI, dan setelah lebih dari 6 bulan-12 bulan ASI ditambah dengan makanan lain sesuai tahapan usia bayi. ASI bisa dikatakan merupakan makanan terbaik bagi bayi usia 0-6 bulan. Namun yang menjadi kendala ibu postpartum salah satunya adalah belum optimalnya produksi ASI saat sudah dibutuhkan.

Guna mengoptimalkan produksi ASI tersebut, perlu perilaku yang tepat agar keluarnya ASI dapat memenuhi kecukupan bayi baik dari aspek kuantitas maupun kualitas. Berbagai kendala mungkin dihadapi oleh ibu postpartum dalam upaya mengoptimalkan produksi ASI, salah satunya aktifitas ibu dalam menjalankan pekerjaan. Ibu dengan status bekerja dan tidak bekerja, tentunya memiliki kesempatan dan peluang waktu yang berbeda dalam interaksi dengan bayi maupun intensitas lain terkait perilaku menyusui. Seperti yang tergambar dari hasil penelitian dari 30 ibu yang bekerja didapatkan data bahwa perilaku optimalisasi produksi ASI sebagian besar kurang optimal yaitu sejumlah 20 responden (66,7%), sedangkan pada 32 ibu yang tidak bekerja diperoleh data sebagian besar yaitu sejumlah 21 responden (65,6%) memiliki perilaku optimal dalam meningkatkan produksi ASI. Berbagai kondisi bisa mendasari data tersebut, salah satunya mungkin karena ibu yang tidak bekerja memiliki kuantitas waktu yang lebih tinggi dibandingkan ibu yang bekerja dalam fokus manajemen laktasi. Selain itu ibu yang tidak bekerja juga memiliki kesempatan lebih leluasa dalam melakukan aktifitas seperti perawatan payudara, frekuensi menyusui bayi lebih tinggi dan juga memiliki peluang waktu untuk mengikuti konseling laktasi. Hal ini senada dengan hasil penelitian yang dikemukakan oleh Maga, Hakim dan Zulkifli (2013) yang menyatakan bahwa ada 4 variabel yang menentukan produksi ASI, faktor tersebut adalah status gizi, konseling laktasi, kemampuan bayi menyusu dan perawatan payudara.

Selain itu hasil penelitian oleh Rahayu dan Mahanani (2012) juga menguatkan pendapat tersebut di atas bahwa faktor makanan berpengaruh terhadap produksi ASI. Terkait dengan hal ini ibu yang tidak bekerja memiliki peluang lebih tinggi dalam menyiapkan bahan makanan, memilih dan mengolahnya sendiri. Bila kualitas makanan baik, hal ini juga akan menunjang produksi ASI menjadi lebih baik.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan tentang perilaku optimalisasi produksi ASI pada ibu bekerja dan ibu tidak bekerja, dengan nilai p (*P Value*) yaitu 0,043. Perilaku optimalisasi yang diukur pada penelitian ini adalah antara lain sering menyusui, mengoptimalkan kebutuhan nutrisi, breast care, pijat oksitosin, menghindari stress dan istirahat yang cukup. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Amalia (2016) yang menemukan adanya hubungan stress dengan kelancaran ASI pada ibu menyusui pasca persalinan. Ibu yang dapat mengendalikan emosional serta psikologisnya dengan baik, akan berdampak tubuh berespon lebih baik terhadap stimulus. Kondisi rileks ini dapat memperlancar pengeluaran hormon-hormon laktasi. Ibu yang tidak bekerja kemungkinan memiliki tingkat stress yang lebih rendah, karena tidak ada hal khusus yang berhubungan dengan beban kerja yang menjadi tanggungjawabnya, sehingga ibu tidak bekerja cenderung bersifat fokus dalam perawatan bayi termasuk dalam hal laktasi. Asumsi peneliti juga didukung oleh hasil penelitian Mulya dan Rahmawati (2013) yang menunjukkan hasil

penelitian bahwa pola ibu bekerja masih tergolong rendah yaitu hanya 30%, ibu bekerja hanya 30% yang tepat dalam pola pemberian ASI-nya.

Perilaku ibu bekerja dalam optimalisasi produksi ASI pada penelitian ini sebagian besar masih belum optimal yaitu 20 responden (66,7%). Bila dilihat dari riwayat responden tentang Antenatal care, penyuluhan tentang ASI yang sudah diikuti, tingkat pendidikan sudah baik. Namun faktanya perilaku optimalisasi produksi ASI masih belum optimal dilaksanakan. Hal ini kemungkinan ibu bekerja belum melakukan manajemen waktu antara menyusui bayi dengan waktu bekerja secara sinergi. Sehingga ada aktifitas terkait optimalisasi produksi ASI yang peluangnya mungkin akhirnya terlewatkan. Asumsi ini sejalan dengan uraian Indriyani, Asmuji dan Wahyuni (2016) bahwa pemahaman yang optimal saja belum mencukupi untuk perilaku yang sesuai dalam mengoptimalkan produksi ASI, masih diperlukan motivasi, dukungan, sikap dan perilaku yang mencakup keterkaitan antara keyakinan dalam kemampuan menyusui dengan mewujudkan perilaku menyusui yang tepat. Produksi ASI secara teori dipengaruhi banyak faktor, dan berbagai faktor harus mendapatkan perhatian untuk upaya yang sesuai. Optimalisasi produksi ASI membutuhkan keseriusan mengejar peluang sampai tercapainya produksi ASI yang mencukupi kebutuhan bayi.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Melalui penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa 1) Distribusi responden ibu postpartum di Wilayah Puskesmas sumpersari yaitu sejumlah 30 responden merupakan ibu postpartum bekerja dan 32 responden adalah ibu postpartum tidak bekerja, 2) Perilaku Optimalisasi produksi ASI responden di Wilayah Puskesmas Sumpersari Jember yaitu pada ibu bekerja didapatkan sebagian besar yaitu sejumlah 20 responden (66,7%) kurang optimal, sedangkan perilaku pada ibu yang tidak bekerja sebagian besar yaitu sejumlah 21 responden (65,6%) optimal, dan 3) Ada perbedaan perilaku optimalisasi produksi ASI pada ibu bekerja dan tidak bekerja di Wilayah Puskesmas Sumpersari Jember yaitu dengan nilai $p = 0,043$.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat disarankan pada: 1) Apapun aktifitas ibu postpartum disarankan tetap memiliki motivasi yang baik dalam mengoptimalkan produksi ASI, dengan tujuan kecukupan ASI bagi bayi dapat terpenuhi. Perilaku optimalisasi produksi ASI antara lain terpenuhinya gizi seimbang dan minum yang cukup, rutin menyusui, menyusui ASI secara dini dan teratur, memiliki keyakinan untuk menyusui, menghindari stress serta istirahat yang cukup, 2) Adapun tugas utama keluarga dalam keberhasilan menyusui bagi ibu postpartum adalah memberikan dukungan yang optimal, baik berupa dukungan emosional, material maupun informasional. Keluarga memiliki peran penting bagi ibu postpartum untuk menumbuhkan keyakinan akan keberhasilan menyusui, dan 3) Petugas Kesehatan disarankan selalu mengaktifkan program dalam meningkatkan keberhasilan cakupan ASI eksklusif, dengan cara optimalisasi manajemen laktasi yang dimulai dari fase antenatal care sampai masa postnatal. Selain itu disarankan selalu melibatkan keluarga dalam kegiatan keberhasilan menyusui bagi ibu postpartum.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, R. (2016). Hubungan Stres Dengan Kelancaran ASI Pada Ibu Menyusui Pasca Persalinan di RSI A.Yani Surabaya. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*. Vol. 9.No.1. Februari 2016 hal 12-16. Publikasi <http://journal.unusa.ac.id>
- Bobak, LM., Lowdermilk, D.L., & Jensen, M.D., (2005). (Alih Bahasa * Wijayarini, M.A). *Buku Ajar Keperawatn Maternitas*. Edisi 4. Jakarta : EGC
- Depkes RI, (2004).*Manajemen Laktasi, Buku Pedoman Bagi Bidan dan Petugas Kesehatan di Puskesmas*. Jakarta : Depkes
- Depkes RI, (2004). *Indikator Indonesia Sehat (2010) dan Pedoman Penetapan Indikator Propinsi Sehat dan Kabupaten/Kota Sehat*. Jakarta : Depkes
- Indriyani, D. (2010). Pengaruh menyusui ASI dini dan teratur terhadap produksi ASI pada ibu postpartum dengan section caesaria. *Journal, The Indonesian Journal of Health Science*. Volume 1/ Nomor 1/Tahun2010.
- Indriyani, D., Asmuji dan wahyuni, S. (2016). Edukasi Postnatal Dengan Pendekatan Family Centered Maternity Care (FCMC). Yogyakarta: Trans Medika.
- Linkages, (2002). *Melahirkan,Memulai Pemberian ASI dan Tujuh hari Pertama Setelah melahirkan, Minggu pertama yang Berisiko*.<http://www.linkagesproject.org>.
- Maga, I., Hakim, B.H.A dan Zulkifli, A. (2013). Faktor Determinan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Talang Jaya Kabupaten Gorontalo Propinsi Gorontalo. Politehnik kesehatan Gorontalo. Artikel Ilmiah: Publikasi <http://pasca.unhas.ac.id>.
- Mulya, R., Rachmawati, I.N. (2013). Gambaran Pola Pemberian ASI Pada Ibu Bekerja Pada Komunitas Pendukung ASI. Artikel Ilmiah. Publikasi <http://lib.ui.ac.id>
- Rahayu, D.P dan Mahanani, S.N. (2012). FaktorFaktor Yang Mempengaruhi Produksi ASI Pada Ibu Nifas. Stikes RS. Baptis Kediri. Artikel Ilmiah. Publikasi <http://stikesbaptis.ac.id>
- Suradi, R.(2004). *Bahan Bacaan Manajemen Laktasi*. Cetakan Kedua, Jakarta :Perkumpulan Perinatologi Indonesia.