

STUDI FENOMENOLOGIS MANAJEMEN LAKTASI PADA IBU PRIMIPARA YANG MEMBERIKAN ASI EKSKLUSIF

Anita Istiningtyas¹⁾, Alfiana Nadya Rachmawati²⁾

¹Prodi S-1 Keperawatan, STIKes Kusuma Husada Surakarta
anetha.nz@gmail.com

²Prodi D-3 Keperawatan, STIKes Kusuma Husada Surakarta
alfyanadya_r@yahoo.com

ABSTRAK

Pertumbuhan dan perkembangan bayi merupakan periode emas yang akan menentukan usia dewasa. ASI eksklusif adalah memberikan ASI hanya untuk 6 bulan dan dilanjutkan sampai 2 tahun. Kurang dari 20% dari ibu-ibu di Indonesia yang memberikan ASI eksklusif. Target dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2015 minimal ibu menyusui bayi secara eksklusif sebesar 80%. Ibu Primipara harus menjadi perhatian karena tidak ada pengalaman dalam menyusui. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjelaskan gambaran manajemen laktasi ibu primipara yang menyusui secara eksklusif. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Hasil dalam penelitian ini adalah faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif antara lain pengetahuan, keterampilan dan motivasi; kuantitas susu yang dihasilkan meliputi lama dan menyusui frekuensi dan kecukupan ASI; dan kualitas ASI yang dihasilkan meliputi kualitas, pertumbuhan pendukung dan ketahanan selama menyusui.

Kata kunci: ASI, primipara, menyusui secara eksklusif

ABSTRACT

Growth and development of infants is the golden period that will decide to adulthood. The important role is breastfeeding exclusively. Exclusive breastfeeding is giving only breast milk for 6 months and continued up to 2 years. Less than 20% of mothers in Indonesia who exclusively breastfed. Desired target of the Ministry of Health is 80% of mothers to breast feed exclusively on the 2015. First-time mothers (primiparous) should be a concern because there is no experience in breastfeed. The purpose of this study is to explain the management overview lactation primiparous mothers who breastfeed exclusively. This study used qualitative method with a phenomenological approach. The results in this study are the factors that influence exclusive breastfeeding among others the knowledge, skills and motivation; quantity of milk produced covering the old and breastfeeding frequency and adequacy of breast milk; and quality of breast milk produced include quality, supporting growth and resistance during lactation.

Keywords: breastfeeding, primiparous, breast feed exclusively

1. PENDAHULUAN

ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi karena mengandung berbagai macam komposisi zat gizi yang seimbang. Kandungan zat tersebut antara lain Kolostrum, whey banyak dari casein, lemak, laktosa, laktobasilus, laktoferin, vit A, zat besi, taurin, lisozim, DHA, AA, sel darah putih, dan antibodi. Pemberian ASI yang baik adalah menyusui bayi sampai dengan usia 6 bulan (disebut dengan ASI Eksklusif) dan diteruskan sampai anak berusia 2 tahun (Aslis Wirda Hayati 2009). ASI bermanfaat bagi daya tahan tubuh bayi, pertumbuhan dan perkembangan, memberi semua energi dan zat gizi (nutrisi) yang dibutuhkan bayi, mengurangi tingkat kematian bayi, dan mempercepat pemulihan saat sakit dan membantu menunda kehamilan (Depkes RI, 2001).

Pemberian ASI di Indonesia diatur dalam PP No 33 th 2012 tentang pemberian ASI eksklusif, Keputusan Menteri Kesehatan RI No. 450/Men.Kes/SK/IV/2004 tanggal 7 April 2004 dan Undang – Undang Kesehatan Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan. Hal tersebut juga mengacu pada resolusi World Health Assembly (2001) yang menyatakan bahwa untuk mencapai pertumbuhan, perkembangan dan kesehatan optimal, bayi harus diberi ASI eksklusif selama 6 bulan pertama, selanjutnya untuk kecukupan nutrisi bayi mulai diberi makanan pendamping ASI yang cukup dan aman, dengan pemberian ASI dilanjutkan sampai usia 2 tahun. Dasar yang telah diatur tersebut sudah jelas menyatakan bahwa pemberian ASI eksklusif memang sangat penting dan harus menjadi perhatian utama bagi tenaga kesehatan.

Kondisi di Indonesia sendiri masih sangat disayangkan dalam hal pemberian ASI. Fakta menemukan bahwa hanya 4% bayi baru lahir yang disusui pada jam pertama kelahiran (26% pada hari yang sama), hanya 39,5% yang menyusui secara eksklusif 0-6 bulan (Siregar 2004). Data di Dinas Kesehatan Kabupaten Grobogan tahun 2008 sebanyak 6,5%, tahun 2009 sebanyak 10,5 %, tahun 2010 sebanyak 19,2% serta pada bulan Januari hingga Agustus 2011 hanya 8,3% bayi yang mendapat ASI Eksklusif dimana rata-rata gangguannya bervariasi dari 12,8% sampai 16%. Angka tersebut diatas

masih rendah mengingat berdasarkan target dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2015 minimal ibu menyusui bayi secara eksklusif sebesar 80% (Ning 2013).

Studi pendahuluan yang telah dilakukan kepada 2 ibu primipara yang baru saja melahirkan menyatakan bahwa menyusui eksklusif merupakan hal yang sangat sulit dan membutuhkan perjuangan keras dari seorang ibu.

Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui gambaran bagaimana manajemen laktasi ibu primipara yang menyusui eksklusif sehingga akan digunakan sebagai masukan bagi tenaga kesehatan di wilayah setempat untuk bisa memberikan konseling dan persiapan yang tepat bagi ibu menyusui.

2. PELAKSANAAN

- a. Lokasi dan Waktu Penelitian
Penelitian dilaksanakan di RT 4 RW XIV Pucangan Kartasura Sukoharjo. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan teknik wawancara mendalam.
- b. Populasi dan Sampel
Sampel penelitian yaitu ibu primipara yang memberikan ASI eksklusif dengan tehnik pengambilan sampel *total sampling*. Kriteria inklusi yaitu ibu primipara yang masih memberikan ASI eksklusif, masih bertempat tinggal di wilayah penelitian dan bersedia diambil datanya. Jumlah sampel (informan) yang digunakan dalam penelitian ini adalah 11 orang.
- c. Alat dan Bahan Penelitian
Alat dan bahan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pedoman wawancara, *voice recorder*, *camera*, buku tulis dan alat penunjang lain.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan teknik wawancara mendalam.

Definisi istilah dalam penelitian ini adalah 1) manajemen laktasi adalah segala daya upaya yang dilakukan untuk membantu ibu mencapai keberhasilan dalam menyusui bayinya, 2) ASI Eksklusif adalah air susu ibu yang diberikan pada enam bulan pertama bayi baru lahir tanpa adanya makanan pendamping lain dan bisa diteruskan selama

2 tahun, 3) Primipara adalah seorang wanita yang pernah melahirkan untuk pertama kalinya baik janin itu hidup atau mati.

3. METODE PENELITIAN

Teknik analisis yang digunakan adalah content analysis dengan triangulasi data yaitu data sampel, data sumber pustaka dan data narasumber/ pakar.

Rancangan penelitian ini adalah penelitian kualitatif. **Peneliti berharap dengan metode kualitatif ini bisa mendapatkan informasi yang lebih mendalam, detail dan mendapatkan pemahaman yang lebih baik mengenai kompleksitas manajemen laktasi yang ada di masyarakat. Pada penelitian ini diharapkan peneliti memperoleh informasi mengenai faktor yang mempengaruhi manajemen laktasi sehingga mendapatkan data yang akurat yang nantinya berguna untuk pemecahan masalah.**

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Pengetahuan tentang ASI eksklusif

a. Definisi ASI eksklusif

Delapan responden menyatakan ASI eksklusif adalah pemberian ASI selama 6 bulan tanpa tambahan makanan lain dilanjutkan sampai 2 tahun. Dua responden menyatakan ASI itu adalah nutrisi bayi. Satu responden menyatakan ASI itu terkait dengan kesehatan bayi. Definisi ASI eksklusif yang disampaikan oleh responden sudah cukup baik yaitu sesuai dengan teori dimana definisi ASI eksklusif adalah perilaku dimana hanya memberikan ASI saja sampai umur 6 bulan tanpa makanan minuman lain selain obat (jika sakit).

b. Tujuan ASI Eksklusif

Tiga responden menyatakan tujuan pemberian ASI eksklusif untuk memenuhi nutrisi anak. Tujuh responden menyatakan tujuan pemberian ASI eksklusif untuk kekebalan tubuh dan kesehatan anak. Satu responden menyatakan tujuan pemberian ASI eksklusif untuk tumbuh kembang anak. Tujuan pemberian ASI yang disampaikan oleh responden mengarah pada bidang kesehatan yaitu untuk kecukupan nutrisi, kekebalan tubuh

serta tumbuh kembang. Hal ini dikarenakan ASI mengandung DHA, AA, Omega 6, laktosa, taurin, protein, laktobasius, vitamin A, kolostrum, lemak, zat besi, laktoferin and lizozim yang semuanya dalam takaran dan komposisi yang pas untuk bayi, oleh karenanya ASI jauh lebih unggul dibandingkan dengan susu apapun

c. Manfaat ASI Eksklusif

Tiga responden menyatakan manfaat pemberian ASI eksklusif untuk kesehatan anak. Dua responden menyatakan manfaat pemberian ASI eksklusif untuk kekebalan tubuh anak. Lima responden menyatakan manfaat pemberian ASI eksklusif lebih ekonomis dan praktis. Satu responden menyatakan manfaat pemberian ASI eksklusif untuk kedekatan hubungan (bonding). Tujuan pemberian ASI Untuk Bayi antara lain mendapatkan faedah manfaat ASI antara lain sang bayi dapat membantu memulai kehidupannya dengan baik, mengandung antibodi, ASI mengandung komposisi yang tepat, mengurangi kejadian karies dentis, memberikan rasa aman dan nyaman pada bayi dan adanya ikatan antara ibu dan bayi, terhindar dari alergi, ASI meningkatkan kecerdasan bayi, membantu perkembangan rahang dan merangsang pertumbuhan gigi karena gerakan mengisap mulut bayi pada payudara sang ibu. Tujuan pemberian ASI eksklusif untuk ibu menyusui antara lain sebagai kontrasepsi, meningkatkan aspek kesehatan ibu, membantu dalam hal penurunan berat badan, aspek psikologi yang akan memberikan dampak positif kepada para ibu yang menyusui air susu ibu itu sendiri.

4.2 Pemahaman tentang payudara

Sebelas responden menyatakan payudara ada hubungan dengan proses menyusui. Payudara (mammary, susu) adalah kelenjar yang terletak di bawah kulit, di atas otot dada. Fungsi dari payudara adalah memproduksi susu untuk nutrisi bayi. Keterampilan menyusui

a. Cara Pemberian ASI Eksklusif

Dua responden menyatakan memberikan ASI secara langsung. Dua responden me-

nyatakan memberikan ASI secara tidak langsung. Dua responden menyatakan memberikan ASI dua jam sekali. Dua responden menyatakan memberikan ASI posisi tiduran. Tiga responden menyatakan memberikan ASI posisi duduk dan digendong. Cara pemberian ASI bisa secara langsung maupun tidak langsung sehingga memberikan kemudahan kepada ibu dalam memberikan ASI eksklusif

- b. **Persiapan Sebelum Memberikan ASI Eksklusif** Enam responden mengatakan persiapan sebelum memberikan ASI eksklusif yaitu membersihkan puting dan payudara. Dua responden mengatakan persiapan sebelum memberikan ASI eksklusif yaitu posisi nyaman dan memeras. Tiga responden mengatakan persiapan sebelum memberikan ASI eksklusif yaitu nutrisi yang sehat dan *massage*.
- c. **Tindakan Setelah Memberikan ASI Eksklusif**
Delapan responden membersihkan payudara setelah memberikan ASI. Dua responden memberikan air putih setelah memberikan ASI. Satu responden menyendawakan setelah memberikan ASI.
- d. **Perawatan Payudara**
Delapan responden merawat payudara dengan membersihkan dan *massage*. Satu responden merawat payudara dengan minum jamu. Satu responden merawat payudara dengan makanan bergizi. **Satu responden tidak merawat payudara.**

4.3 Motivasi

- a. **Dasar Pemberian ASI**
Enam responden mengatakan aspek kesehatan dan kandungan ASI yang mendasari pemberian ASI eksklusif. Dua responden mengatakan pekerjaan yang mendasari pemberian ASI eksklusif. Satu responden mengatakan agama dan informasi dari petugas kesehatan yang mendasari pemberian ASI eksklusif.
- b. **Dukungan Keluarga**
Sebelas responden menyatakan keluarga mendukung pemberian ASI eksklusif.

- c. **Dukungan Lingkungan**
Sembilan responden mengatakan ada dukungan masyarakat Dua responden mengatakan tidak ada dukungan masyarakat.

4.4 Kuantitas ASI

- a. **Lama Menyusui**
Sembilan responden mengatakan lama menyusui kurang dari 1 jam. Dua responden menyatakan lama menyusui tidak tentu.
- b. **Frekuensi Menyusui**
Sepuluh responden mengatakan frekuensi menyusui lebih dari 10 kali dalam sehari. Satu responden mengatakan frekuensi menyusui kurang dari 10 kali.
- c. **Kecukupan ASI**
Sebelas responden menyatakan ASI mencukupi kebutuhan anak. Kecukupan ASI dapat dilihat dari penambahan berat badan bayi, dan juga tumbuh kembang bayi.

4.5 Kualitas ASI

- a. **Kualitas yang Dihasilkan**
Sebelas responden menyatakan ASI yang dihasilkan kualitasnya bagus. Kualitas ASI dapat dilihat dari warna, rasa dan bau ASI
- b. **Penunjang Pertumbuhan**
Sebelas responden menyatakan ASI menunjang berat dan tinggi badan. ASI mengandung zat yang dapat membantu tumbuh kembang anak
- c. **Hambatan Menyusui**
Kesibukan dan pekerjaan menjadi hambatan dalam menyusui. Tiga responden mengatakan kurangnya waktu istirahat menjadi hambatan dalam menyusui. Satu responden mengatakan kondisi anak rewel menjadi hambatan dalam menyusui. Satu responden mengatakan penyimpanan ASI menjadi hambatan dalam menyusui. Satu responden mengatakan iritasi menjadi hambatan dalam menyusui. Tiga responden mengatakan tidak ada hambatan dalam menyusui.

5. KESIMPULAN

- a. **Pemberian ASI secara eksklusif** yaitu dari pengetahuan yang meliputi definisi, tujuan, manfaat, pemahaman tentang payudara; ke-

trampilan yang meliputi cara pemberian ASI eksklusif, persiapan sebelum menyusui, tindakan setelah menyusui dan perawatan payudara; dan motivasi yang meliputi hal yang mendasari pemberian ASI, dukungan keluarga dan dukungan masyarakat.

- b. Kuantitas ASI yang dihasilkan meliputi lama menyusui, frekuensi menyusui dan kecukupan ASI
- c. Kualitas ASI yang dihasilkan meliputi mutu, menunjang berat dan tinggi badan

6. REFERENSI

Depkes RI. 2001. *Manajemen Laktasi Buku Panduan Bagi Bidan Dan Petugas Kesehatan Di Puskesmas*. Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat Direktorat Gizi Masyarakat. Jakarta

Hamilton, Persis. 1995. *Dasar Dasar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC

Hayati, Aslis Wirda. 2009. *Buku Saku Gizi Bayi*. Jakarta: EGC.

Leveno, Keneth J, dkk . 2009. *Obstetri Williams*. Jakarta: EGC

Moleong, LJ. 2002. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

Ning. Badan Pemberdayaan Perempuan Perlindungan Anak Dan KB Kabupaten Grobogan. *Peranan ASI Eksklusif Bagi Ibu dan Anak*. Tersedia di pppakb. grobogan.go.id. Diakses pada 14 Desember 2013.

Siregar. 2004. *Penelitian Pemberian ASI Eksklusif dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya*

-oo0oo-