

CETAK LEPAS

JURNAL NUTRISIA

Volume 16 Nomor 2, September 2014

Asupan Zat Gizi Makro dan Status Gizi Antara Ibu Hamil yang Mengalami Hiperemesis Gravidarum dan yang Tidak Mengalami Hiperemesis Gravidarum di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta, Tahun 2012

Oky Kusuma Wardani, Isti Suryani, Weni Kurdanti

Asupan Kalsium, Vitamin D, Fosfor, dan Aktivitas Fisik Sebagai Faktor Risiko Osteopenia pada Vegetarian

Iklima Nurrahmah, I Made Alit Gunawan, Nurul Huda Syamsiatun

Asupan Mufa, Pufa dan Aktifitas Fisik Mampu Menurunkan Kadar Kolesterol Darah Karyawan Rutan

Verly Prisilia, Nur Hidayat, Elza Ismail

Asupan Serat dan Pola Konsumsi *Fast Food* Sebagai Faktor Risiko Terjadinya Obesitas pada Remaja di Kota Yogyakarta

Listiana Purnaning Siwi, Weni Kurdanti, Nurul Huda Syamsiatun

Asupan Energi, Protein, Vitamin C dan Zat Besi dengan Status Anemia pada Remaja Putri MAN Yogyakarta III

Muji Rahayu Waluyoati, Slamet Iskandar, Noorti Fauzah

Dukungan Suami Kepada Ibu dalam Praktik Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Gondokusuman I Yogyakarta

Warti Anggraini, Waryana, Tri Siswati

Pelatihan tentang Pertumbuhan Anak Balita Dampaknya Terhadap Pengetahuan dan Ketrampilan Kader Posyandu di Kecamatan Moyudan Sleman Yogyakarta

Marinda Panca Pratiwi, Irianton Aritonang, Slamet Iskandar

Analisis Beban Kerja dan Kebutuhan Nutrisionis dalam Pencapaian Standar Pelayanan Minimal di Rumah Sakit Krakatau Medika

Dhaifah Mulyanti, Yeni Prawiningdyah, Setyowati

Mutu Makanan Berdasarkan Kesesuaian Spesifikasi pada Penyelenggaraan Makanan Sistem *Out Sourcing* di Rumah Sakit Umum Daerah Sleman

Eny Nurkhayati, Yeni Prawiningdyah, Tjaronno Sari

Daya Terima dan Kualitas Kudapan PMT-AS pada Anak Prasekolah di TK Masyitoh Dukuh, Imogiri, Bantul

Yulita Megawati, Tjaronosari, Sumirah

Tinjauan Keamanan Pangan pada Mie Lethek Berdasarkan Skor Keamanan Pangan (SKP) dan Angka Kuman

Desty Tiasari, Supartuti, Elza Ismail

Variasi Campuran Tepung Terigu dan Bekatul pada Pembuatan Kue Nastar Ditinjau dari Sifat Fisik, Organoleptik dan Kadar Serat

Marlinda Fitrihastuti, Waluyo, Noorti Fauzah

NUTRISIA	Volume 16	Nomor 2	Halaman 98-103	Yogyakarta September 2014	ISSN 1693-945X
----------	--------------	------------	-------------------	------------------------------	-------------------

Diterbitkan oleh :

POLTEKKES KEMENKES YOGYAKARTA
JURUSAN GIZI

Jl. Tata Bumi 3, Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta 55293 Telp./Fax. (0274) 617679

Nutrisia, Volume 16 Nomor 2, September 2014

JURNAL NUTRISIA

- Asupan Zat Gizi Makro dan Status Gizi Antara Ibu Hamil yang Mengalami Hiperemesis Gravidarum dan yang Tidak Mengalami Hiperemesis Gravidarum di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta, Tahun 2012**
Okky Kusuma Wardani, Isti Suryani, Weni Kurdanti 63 - 70
- Asupan Kalsium, Vitamin D, Fosfor, dan Aktivitas Fisik Sebagai Faktor Risiko Osteopenia pada Vegetarian**
Iklima Nurrahmah, I Made Alit Gunawan, Nurul Huda Syamsiatun 71 - 78
- Asupan Mufa, Pufa dan Aktifitas Fisik Mampu Menurunkan Kadar Koolesterol Darah Karyawan Rutan**
Verly Prisilia, Nur Hidayat, Elza Ismail 79 - 83
- Asupan Serat dan Pola Konsumsi *Fast Food* Sebagai Faktor Risiko Terjadinya Obesitas pada Remaja di Kota Yogyakarta**
Listiana Purnaning Siwi, Weni Kurdanti, Nurul Huda Syamsiatun 84 - 91
- Asupan Energi, Protein, Vitamin C dan Zat Besi dengan Status Anemia pada Remaja Putri MAN Yogyakarta III**
Muji Rahayu Waluyoati, Slamet Iskandar, Noorti Fauzah 92 - 97
- Dukungan Suami Kepada Ibu dalam Praktik Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Gondokusuman I Yogyakarta**
Warti Anngraini, Waryana, Tri Siswati 98 - 103
- Pelatihan tentang Pertumbuhan Anak Balita Dampaknya Terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Kader Posyandu di Kecamatan Moyudan Sleman Yogyakarta**
Marinda Panca Pratiwi, Irianton Aritonang, Slamet Iskandar 104 - 109
- Analisis Beban Kerja dan Kebutuhan Nutrisionis dalam Pencapaian Standar Pelayanan Minimal di Rumah Sakit Krakatau Medika**
Dhaifah Mulyanti, Yeni Prawiningdyah, Setyowati 110 - 114
- Mutu Makanan Berdasarkan Kesesuaian Spesifikasi pada Penyelenggaraan Makanan Sistem *Cut Sourcing* di Rumah Sakit Umum Daerah Sleman**
Eny Nurkhayati, Yeni Prawiningdyah, Tjaronno Sari 115 - 120
- Daya Terima dan Kualitas Kudapan PMT-AS pada Anak Prasekolah di TK Masyitoh Dukuh, Imogiri, Bantul**
Yulita Megawati, Tjaronosari, Sumirah 121 - 128
- Tinjauan Keamanan Pangan pada Mie Lethek Berdasarkan Skor Keamanan Pangan (SKP) dan Angka Kuman**
Desty Tiasari, Supartuti, Elza Ismail 129 - 134
- Variasi Campuran Tepung Terigu dan Bekatul pada Pembuatan Kue Nastar Ditinjau dari Sifat Fisik, Organoleptik dan Kadar Serat**
Marlinda Fitrihastuti, Waluyo, Noorti Fauzah 135 - 138

NUTRISIA	Volume 16	Nomor 2	Hlm. 98 - 103	Yogyakarta September 2014	ISSN 1693 - 945X
----------	-----------	---------	---------------	------------------------------	---------------------

Dukungan Suami Kepada Ibu dalam Praktik Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Gondokusuman I Yogyakarta

Warti Anggraini¹, Waryana², Tri Siswati³

^{1,2,3} Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden Gamping Sleman Yogyakarta 55293
(Email: wartianggraini@yahoo.com)

ABSTRACT

Background: The percentage of exclusive breastfeeding in Gondokusuman I Public Health Center increased formerly from 35.2 % in 2012 to 80.23 % in 2013. It was caused by high desire mothers to suckle exclusive support by their husbands.

Objective: This research aimed to find out husband's support and mother's behavior who able to reach exclusive breastfeeding.

Method: This is observational research with the phenomenology approach, in Gondokusuman I Public Health Center on May-July 2014. Informants were divided into two groups, main informants consisting of husbands and wives and support informant consisting of someone who lives with husband and wife. Informer determined by purposive sampling. The dimension of research includes husband's support and mother's behavior in the attainment of exclusive breastfeeding. Collecting data was used by in depth interviews with aids guidelines interview, stationery and tape recorder. The validity of the data was done by triangulation of sources. Analysis of data started from the transcript to reduction, categorization and synthesis.

Result: The research on conduct mother during exclusive breastfeeding is the nursing that runs on demand infants and fixed lactation although mother travel and work by leaving breastfeeding dairy or just drop it off into a family at home. When mothers were sick, breastfeeding were still given and were more careful in taking medicine.

Conclusion: The results of the research on the forms of husband's support during their wife exclusively breastfeeding consists of two, such as emotional support which was reminiscent of the wife for immediate breastfeeding, paying attention to the nutritional intake, buy healthy food and drinks or milk and vitamins for mothers and instrumental support such as helping wife relieve housework includes taking care of the baby and her older child.

Keywords: Exclusive Breastfeeding, Maternal Behavior, Husband's Support

ABSTRAK

Latar Belakang: Prosentase ASI eksklusif di Puskesmas Gondokusuman I mengalami peningkatan dari semula 35.2% di tahun 2012 menjadi 80.23% di tahun 2013. Hal ini disebabkan tingginya keinginan ibu untuk menyusui eksklusif yang didukung oleh suami.

Tujuan Penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dukungan suami dan perilaku ibu yang berhasil mencapai ASI eksklusif.

Metode Penelitian: Jenis penelitian ini adalah observasional dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Gondokusuman I pada bulan Mei-Juli 2014. Informan dalam penelitian ini dibagi menjadi dua yaitu informan utama yang terdiri dari suami dan istri serta informan pendukung yang terdiri dari orang lain yang tinggal serumah dengan suami istri. Informan ditentukan dengan menentukan kriteria tertentu. Dimensi penelitian meliputi dukungan suami dan perilaku ibu dalam pencapaian ASI eksklusif. Pengambilan data dengan metode wawancara mendalam dengan alat bantu pedoman wawancara, alat tulis dan perekam. Validitas data dilakukan dengan triangulasi sumber. Analisis data dimulai dari tahap transkrip yang dilanjutkan reduksi, kategorisasi dan sintesis.

Hasil: Hasil penelitian pada perilaku ibu selama menyusui eksklusif adalah pelaksanaan menyusui yang berjalan sesuai permintaan bayi dan tetap menyusui walau ibu berpergian dan bekerja dengan meninggalkan ASI perah atau menitipkannya pada keluarga dirumah. Saat ibu sakit, ASI tetap diberikan dan ibu lebih berhati-hati dalam mengkonsumsi obat.

Kesimpulan: Bentuk dukungan suami selama istri menyusui eksklusif terdiri dari dua yaitu dukungan emosional seperti mengingatkan istri untuk segera menyusui, memperhatikan asupan gizi, membelikan makanan dan minuman sehat atau susu dan vitamin bagi ibu menyusui dan dukungan instrumental seperti membantu istri meringankan pekerjaan rumah tangga termasuk mengurus dan merawat bayi dan kakaknya.

Kata kunci : ASI Eksklusif, Perilaku Ibu, Dukungan Suami

PENDAHULUAN

Pembangunan Nasional suatu bangsa dikatakan berhasil apabila sumber daya manusianya berkualitas, yakni sumber daya manusia yang berjiwa tangguh, mental yang kuat dan sehat serta memiliki penguasaan dan kemampuan bersaing dalam bidang ilmu pengetahuan

dan teknologi. Pembentukan karakter sebagai sumber daya manusia yang berkualitas bermula dari kehidupan sejak dini. Anak yang merupakan harapan dan penerus keluarga, masyarakat dan bangsa perlu dijamin pertumbuhan dan perkembangannya agar mereka dapat tumbuh secara optimal. Upaya ini seharusnya sudah

dimulai sejak anak masih dalam kandungan ibunya hingga menit-menit pertama awal kehidupannya didunia dengan memberi Air Susu Ibu (ASI) saja sampai anak berusia 6 bulan. Setelah anak mencapai usia 6 bulan, ASI tetap dapat diberikan dengan didampingi Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) sampai usia 2 tahun¹. ASI adalah makanan alamiah pertama, utama dan sampai saat ini adalah yang terbaik untuk bayi². ASI mempunyai semua asupan gizi seperti energy, protein, lemak dan laktosa yang mampu menjamin kebutuhan bayi diawal kehidupannya³. ASI juga mengandung zat kekebalan seperti immunoglobulin A dan zat anti infeksi seperti laktoferin dan lysozim yang menyebabkan daya tahan tubuh bayi tetap baik dalam melawan berbagai penyakit dan infeksi. Selain manfaat dari segi kandungan gizinya, ASI juga dikenal sebagai makanan dan minuman yang ekonomis karena diperoleh secara mudah dan murah atau gratis. Begitu banyaknya manfaat ASI ternyata tidak membuat praktik pemberian ASI eksklusif diberbagai daerah di Indonesia menunjukkan hasil yang memuaskan.

Pemberian ASI eksklusif yang termasuk dari 10 indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) berada pada angka 38% dengan target nasional sebesar 80%⁴. Cakupan ASI eksklusif di DIY pada tahun 2011 mencapai 49.5% dengan rincian angka cakupan pada Kabupaten Bantul 42.34%, Kabupaten Kulon Progo 57.49%, Kabupaten Gunung Kidul 31.01%, Kabupaten Sleman 64.63% dan Kota Yogyakarta 40.24%⁵. Sedangkan cakupan ASI eksklusif pada tahun 2012 mengalami penurunan menjadi 48% dengan rincian angka cakupan di Kabupaten sleman mencapai lebih dari 60%, Kabupaten Gunung Kidul masih berkisar 20-39% dan Kabupaten Bantul, Kulon Progo serta Kota Yogyakarta masih berkisar 39-40%⁶. Data tersebut menunjukkan bahwa Kota Yogyakarta menduduki posisi ke dua terendah dari lima kabupaten yang ada di DIY. Hal ini membuktikan bahwa praktik pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih menjadi permasalahan yang sulit diatasi.

Berdasarkan data yang diperoleh Puskesmas Gondokusuman I pada tahun 2012 menyebutkan dari 125 bayi usia 0-6 bulan, hanya 51 bayi saja yang mendapat ASI eksklusif. Hal ini menunjukkan bahwa cakupan ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Gondokusuman I masih rendah yaitu sebesar 35.2% jika dibandingkan dengan target nasional yang mencapai 80%. Namun pada tahun 2013, terjadi peningkatan cakupan ASI eksklusif menjadi 80.23%. Berdasarkan hasil pengamatan pendahuluan, keberhasilan ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Gondokusuman I disebabkan karena kemauan ibu yang tinggi untuk menyusui bayi secara eksklusif. Hal ini juga didukung oleh suami yang memberi banyak informasi mengenai ASI dan manajemen laktasi kepada ibu. Suami memberi informasi dengan membelikannya buku ASI beserta cara menyusui dengan baik dan benar. Selain itu, ada pula suami yang membelikan istrinya susu khusus ibu menyusui agar produksi ASI lancar sehingga ibu dapat terus memberi

ASI saja kepada bayi sampai usianya 6 bulan.

Berdasarkan uraian fenomena diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih dalam mengenai dukungan suami kepada ibu yang berhasil dalam pencapaian ASI eksklusif dan juga perilaku ibu dalam menyusui sehingga keberhasilan ASI eksklusif dapat tercapai.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana dukungan suami kepada ibu dan perilaku ibu menyusui dalam pencapaian ASI eksklusif.

METODE

Jenis penelitian ini adalah observasional dengan metode pendekatan fenomenologi. Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei-Juli 2014, di wilayah kerja Puskesmas Gondokusuman I Yogyakarta. Subyek pada penelitian ini disebut informan yang terbagi menjadi dua kelompok yaitu informan utama dan informan pendukung. Informan utama dalam penelitian ini adalah istri atau ibu menyusui dan suami dari ibu menyusui, sedangkan informan pendukungnya adalah orang lain yang tinggal serumah dengan suami istri. Cara penentuan informan menggunakan metode *purposive sampling* dengan kriteria semua informan harus tinggal serumah (*extended family*), istri atau ibu menyusui eksklusif yang memiliki bayi sehat, tidak memiliki cacat fisik dan mental yang berusia 6-15 bulan selama penelitian serta ibu dengan HbsAg (-) dan tidak terinfeksi virus HIV dan hepatitis.

Dimensi pada penelitian ini adalah dukungan suami dan perilaku ibu menyusui dalam pencapaian ASI eksklusif. Dukungan suami adalah segala upaya yang dilakukan suami untuk mendukung istri dalam pencapaian ASI eksklusif sejak pelaksanaan IMD hingga pelaksanaan menyusui setiap hari. Dukungan suami meliputi motivasi, benda atau instrumental, tenaga dan keleluasaan. Perilaku ibu menyusui adalah hasil dari segala macam pengalaman serta interaksi ibu dengan lingkungannya yang diwujudkan dalam bentuk tindakan ibu saat menyusui untuk mencapai ASI eksklusif. Aspek perilaku ibu dalam pencapaian ASI eksklusif meliputi pelaksanaan Inisiasi Menyusu Dini (IMD), pelaksanaan menyusui setiap hari dan pengelolaan hambatan saat menyusui serta aspek yang mempengaruhi seperti pendidikan, pengetahuan, motivasi, paritas, ketersediaan waktu dan pekerjaan.

Pengambilan data dilakukan dengan teknik wawancara mendalam dan dokumentasi dengan alat bantu peralatan tulis menulis, pedoman wawancara mendalam, alat perekam dan kamera. Teknik wawancara mendalam dilakukan untuk menggali informasi mengenai dukungan suami dan perilaku ibu menyusui dalam pencapaian ASI eksklusif, sedangkan dokumentasi dilakukan sebagai data sekunder untuk mencari ibu-ibu yang berhasil memberi ASI eksklusif kepada bayi di wilayah kerja Puskesmas Gondokusuman I. Validitas data dilakukan dengan teknik triangulasi sumber dan *member check*. Analisis data dimulai dengan mengumpulkan informasi dengan wawancara mendalam dan merekamnya

kemudian melakukan transkrip yang dilanjutkan reduksi data. Setelah reduksi atau memilah informasi yang menjadi fokus penelitian, analisis dilanjutkan dengan mengklasifikasi data yang diakhiri dengan sintesis atau penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Informan utama pada penelitian ini adalah 9 informan ibu menyusui dan 9 informan suami. Karakteristik informan ibu menyusui terdapat pada Tabel 1.

Karakteristik informan ibu menyusui eksklusif yang memiliki bayi berusia 6-15 bulan berjumlah 9 orang dengan usia termuda 20 tahun dan usia tertua 42 tahun dengan rata-rata usia ibu adalah 30 tahun keatas. Pendidikan terendah informan ibu adalah tamat SMA sederajat dan tertinggi adalah tamat S2 dengan rincian, 5 orang tamat SMA, 1 orang tamat D3, 2 orang tamat S1 dan 1 orang tamat S2. Sedangkan karakteristik informan suami terdapat pada Tabel 2.

Karakteristik informan suami dari ibu menyusui eksklusif berjumlah 9 orang dengan usia termuda 23 tahun dan usia tertua 49 tahun. Pendidikan terendah informan suami adalah tamat SMP sederajat dan tertinggi adalah tamat S1 dengan rincian 2 orang tamat SMP, 4 orang tamat SMA, 2 orang tamat D3 dan 1 orang tamat S1. Dari 9 informan suami, 5 orang diantaranya bekerja sebagai

karyawan swasta, 3 orang bekerja sebagai wiraswasta dan 1 orang lainnya bekerja sebagai seniman.

Perilaku ibu menyusui dalam pencapaian ASI eksklusif

Hasil wawancara mendalam dengan sembilan informan ibu menyusui ditemukan beberapa informasi yaitu sebagai berikut:

- Semua ibu menyusui benar-benar memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya. Hal ini didukung dengan motivasi dan pengetahuan ibu tentang pentingnya pemberian ASI saja selama 6 bulan.
- Pelaksanaan Inisiasi Menyusui Dini (IMD). Mayoritas informan ibu melakukan IMD dengan durasi waktu peletakkan bayi didada ibu berbeda-beda yaitu antara 15 menit hingga 2 jam. Adapun informan ibu yang tidak melakukan IMD dikarenakan adanya kelainan medis saat kelahiran dan operasi caesar.
- Pelaksanaan menyusui setiap hari. Mayoritas informan ibu tidak memiliki jadwal khusus selama menyusui seperti jam mulai menyusui, berapa lama durasi sekali menyusui dan seiang waktu tertentu menyusui setiap hari.
- Hambatan selama menyusui. Mayoritas informan ibu mengaku bahwa mereka tidak mengalami hambatan selama menyusui. Ada satu informan yang

Tabel 1. Karakteristik Informan Ibu Menyusui Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Gondokusuman I

No	Informan Ibu	Lokasi	Usia (th)	Pekerjaan	Pendidikan Terakhir	Jumlah Anak	Usia Anak (bln)
1.	Ibu A	Baciro	42	Guru	S1	3	13
2.	Ibu B	Baciro	32	IRT	SMA	2	7
3.	Ibu C	Demangan	32	IRT	SMA	2	15
4.	Ibu D	Demangan	35	IRT	SMA	2	9
5.	Ibu E	Demangan	27	Guru	S1	1	8
6.	Ibu F	Klitren	35	PNS	S2	2	15
7.	Ibu G	Klitren	20	IRT	SMA	1	8
8.	Ibu H	Klitren	31	IRT	D3	2	8
9.	Ibu I	Klitren	40	IRT	SMA	3	7

Tabel 2. Karakteristik Informan Suami Ibu Menyusui Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Gondokusuman I

No	Informan Suami	Lokasi	Usia (th)	Pekerjaan	Pendidikan Terakhir
1.	Suami J	Baciro	49	Swasta	D3
2.	Suami K	Baciro	30	Swasta	SMA
3.	Suami L	Demangan	34	Swasta	SMP
4.	Suami M	Demangan	36	Swasta	SMP
5.	Suami N	Demangan	28	Seniman	S1
6.	Suami O	Klitren	34	Wiraswasta	SMA
7.	Suami P	Klitren	23	Swasta	SMA
8.	Suami Q	Klitren	29	Wiraswasta	D3
9.	Suami R	Klitren	48	Wiraswasta	SMA

mengalami hambatan menyusui yaitu putting datar atau tenggelam.

- e. Usaha untuk memperlancar ASI. Informan ibu memiliki usaha yang beragam guna meningkatkan produksi ASI diantaranya mengkonsumsi banyak makanan dan cairan, minum jamu dan mengkonsumsi obat perangsang ASI.
- f. Menyusui saat ibu bekerja. Ibu bekerja tetap memberikan ASI dengan cara pemerah ASI yang dilakukan dirumah ataupun kantor.
- g. Menyusui saat ibu berpergian. Ada dua hal yang dilakukan apabila ibu berpergian yaitu pergi membawa serta bayinya atau meninggalkan bayinya dan menitipkannya pada orang dirumah.
- h. Menyusui saat ibu sakit. Ibu sakit tetap memberikan ASI dan mengkonsumsi obat sesuai rekomendasi dokter atau petugas kesehatan.

Berbagai informasi yang muncul dari analisis keterkaitan antarklasifikasi menunjukkan bahwa perilaku ibu menyusui eksklusif dipengaruhi oleh motivasi yang didukung oleh pengetahuan ibu mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif kepada bayi yang didapat dari petugas kesehatan atau sumber informasi lain seperti majalah atau buku dan internet. ASI eksklusif merupakan pemberian ASI saja tanpa tambahan makanan atau minuman lain kepada bayi selama enam bulan⁷. ASI juga mengandung zat kekebalan yang dibutuhkan bayi untuk melawan infeksi dan penyakit⁸. Mayoritas ibu dalam penelitian ini menyatakan bahwa motivasi atau alasan pemberian ASI eksklusif karena ASI lebih sehat, lebih hemat dan membuat jalinan kasih sayang antara ibu dan anak lebih dekat.

Perilaku ibu menyusui dalam pencapaian ASI eksklusif dimulai sejak pelaksanaan IMD hingga pelaksanaan menyusui setiap hari termasuk hambatan menyusui, usaha memperlancar ASI dan menyusui saat ibu bekerja, berpergian dan sakit. Inisiasi Menyusui Dini (IMD) adalah perilaku bayi mencari putting payudara ibu sesaat setelah lahir². Mayoritas ibu melakukan IMD dengan durasi peletakkan yang berbeda antara 15 menit hingga 2 jam. Sedangkan alasan ibu yang tidak melakukan IMD adalah karena adanya kelainan medis dan operasi *caesar*. Pelaksanaan IMD tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan keberhasilan ASI eksklusif karena pada penelitian ini baik ibu yang melakukan IMD ataupun tidak sama-sama tetap dapat menyusui bayi secara eksklusif.

Pelaksanaan menyusui dilakukan menurut keinginan dan kebutuhan bayi sehingga ibu tidak dapat menetapkan jadwal (*on demand*) menyusui setiap harinya⁹. Mayoritas ibu menyatakan bahwa bayi disusui setiap 2-3 jam sekali. Hal ini dilakukan dengan memperkirakan rata-rata pengosongan lambung bayi yang berlangsung antara 1-4 jam¹⁰. Pada rentang waktu tersebut bayi akan lapar dan menangis sehingga ibu dapat langsung memberikan ASI. Begitu pula apabila bayi tertidur lebih dari 2-4 jam maka ibu segera membangunkan bayi untuk disusui.

Mayoritas ibu menyatakan bahwa mereka tidak mengalami hambatan yang berarti selama menyusui. Namun mereka tetap melakukan usaha untuk meningkatkan produksi ASI. ASI yang baik berasal dari makanan yang baik. Dalam mewujudkan hal tersebut ibu mengupayakan untuk banyak mengkonsumsi makanan bergizi seperti protein dari telur, ayam dan tempe dan sayur hijau seperti daun katuk, bayam, buncis dan sebagainya. Ibu menyusui cenderung merasa cepat haus selama menyusui karena dehidrasi akibat ASI yang keluar untuk bayi. Peningkatan kebutuhan cairan pada ibu menyusui harus diimbangi dengan asupan cairan yang cukup¹¹.

Ibu bekerja menjadi salah satu kendala dalam menyukseskan program ASI eksklusif. Pemberian masa cuti melahirkan yang terlalu singkat yaitu hanya 12 bulan menyebabkan gagalnya pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja¹². Walau demikian ibu bekerja tetap mampu menyusui eksklusif dengan cara pemerah ASI. Proses pemerah ASI dapat dilakukan dimana saja seperti rumah atau kantor. Selama proses pemerahan ASI, ibu membutuhkan peralatan yang mendukung penyimpanan ASI perahnya yaitu botol ASI dan *freezer*. ASI perah dibekukan didalam lemari pendingin dan apabila hendak diminumkan ke bayi botol ASI beku tersebut direndam dalam air hangat sampai cair.

Mayoritas ibu menyatakan bahwa mereka jarang berpergian jauh selama menyusui selama enam bulan. Apabila ibu berpergian, maka ada dua hal yang akan dilakukan yaitu meninggalkan bayi dalam keadaan kenyang dan tertidur atau membawa serta bayinya.. Apabila terbangun bayi harus ada orang yang menjaga dan menenangkannya entah dengan menggendong atau mengalihkan perhatiannya untuk tidak menangis. Selain itu apabila ibu harus membawa bayi saat berpergian, ibu mengenakan baju yang longgar, jilbab atau selendang gendong untuk menyiasati jika harus menyusui bayi ditempat umum.

Ibu yang sakit bukan alasan untuk berhenti menyusui. Pemberian ASI justru akan melindungi bayi dari penyakit. Bila ibu sakit dan ragu-ragu untuk mengkonsumsi obat sebaiknya segera ke dokter dan konsultasikan obat apa yang cocok diberikan saat menyusui. Jangan sampai ibu mengkonsumsi obat-obatan tanpa konsultasi dan resep dari dokter karena ada beberapa obat yang tidak aman untuk dikonsumsi oleh ibu menyusui¹¹.

Dukungan suami kepada ibu dalam pencapaian ASI eksklusif

Salah satu keberhasilan pencapaian ASI eksklusif adalah adanya dukungan dari suami kepada ibu menyusui¹³. Ibu yang mendapat dukungan dari suami akan lebih lama memberi ASI dibandingkan ibu yang tidak mendapat dukungan dari suaminya¹⁴. Maka dari itu, suami selaku ayah perlu berkontribusi dalam pemberian ASI eksklusif dengan memberi dukungan kepada istri untuk menyusui anak paling tidak selama 6 bulan.

Dari 9 informan suami yang telah diwawancarai secara mendalam, semuanya menyatakan bahwa mereka mendukung istri untuk menyusui bayi secara eksklusif. Dari 9 informan suami, 6 informan menyatakan bahwa alasan mereka mendukung istri untuk menyusui karena lebih hemat (jawa: ngirit). Alasan lain suami mendukung istri untuk menyusui adalah agar anak lebih sehat dan cerdas. Hal ini didukung dengan pernyataan bahwa sebagian dari mereka telah menerima pengarahan mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif dari petugas kesehatan saat memeriksakan kehamilan bersama istrinya. Keberhasilan pencapaian ASI eksklusif, hendaknya suami memiliki sikap atau pandangan yang positif terhadap ASI dan manfaatnya walau suami tidak memiliki pengetahuan yang cukup mengenai ASI¹⁵.

Dari 9 informan suami, hanya 5 suami saja yang benar-benar mendampingi istri saat melahirkan dan IMD. Saat istri melahirkan dan melakukan IMD, ia memerlukan dukungan dari keluarga, namun dukungan yang paling diperlukan adalah dukungan dari suami¹⁶. Dukungan yang dimaksud adalah suatu bentuk kegiatan yang bersifat emosional maupun psikologis kepada ibu menyusui dalam memberi ASI¹⁷. Suami yang memberi dukungan akan menumbuhkan kepercayaan diri ibu dalam membimbing anaknya menemukan puting susu ibu dan mulai menyusu dengan sendirinya.

Dukungan suami kepada istri selama menyusui eksklusif terdiri dari berbagai bentuk, misalnya: menganjurkan istri untuk makan makanan sehat dan bergizi dan membantu pekerjaan rumah tangga. Suami juga dapat memberi dukungan lain seperti menggendong, mengganti popok, ikut menyendawakan bayi, menenangkan bayi yang menangis dan membawa bayi untuk berjemur¹⁸. Akan tetapi sebagian informan suami menyatakan bahwa mereka tidak memiliki bentuk dukungan khusus kepada istrinya. Bagi mereka, mengingatkan istri untuk segera menyusui bayi dan makan makanan yang bergizi adalah bentuk dukungan yang paling mudah dilakukan. Apabila istri terlihat kerepotan, suami membantu dengan meringankan sebagian pekerjaannya seperti menanak nasi, merebus air, menyiapkan sarapan dan mengurus anak yang lebih besar. Suami dituntut untuk lebih peka dan perhatian pada kondisi fisik istri. Istri yang kelelahan dan stress akan memicu menurunnya produksi ASI.

Saat istri menghadapi hambatan, suami adalah orang pertama yang diharapkan akan membantu mencari solusi untuk mengatasi hambatan tersebut. Banyak istri yang mengalami hambatan serupa dan pada akhirnya gagal mencapai ASI eksklusif dikarenakan tidak mendapat dukungan dari orang-orang terdekatnya. Bantuan sekecil apapun yang dilakukan oleh suami dalam upaya mendukung istrinya untuk menyusui secara eksklusif akan sangat berguna terlebih saat istri menghadapi hambatan⁹. Dalam membantu menghadapi hambatan yang dialami istrinya, informan hanya mampu memberi motivasi dengan menyuruh istri untuk menarik-narik puting agar dapat disusukan ke bayinya. Walaupun pada

akhirnya produksi ASI pada payudara yang bermasalah itu masih kurang mencukupi kebutuhan bayi, nyatanya suami tetap menyuruh ibu untuk selalu mencoba dan memberikannya pada bayi. Dukungan secara emosional seperti ini terbukti meningkatkan kepercayaan ibu untuk memberi ASI sekalipun terhambat puting yang kurang sempurna.

Dukungan dari keluarga termasuk suami terhadap keputusan menyusui eksklusif pada ibu bekerja sangat penting¹¹. Hasil wawancara dengan ketiga informan suami yang istrinya bekerja menyatakan bahwa mereka tetap mendukung istrinya untuk menyusui walau bekerja. Manajemen ASI yang baik antara ibu dan keluarga merupakan jalan terbaik bagi ibu bekerja agar tetap memberi ASI saja pada bayinya selama 6 bulan.

Suami yang bekerja tetap memiliki peran untuk mendukung istrinya menyusui yaitu dengan memberi perhatian untuk menanyakan keadaan anak dan ibunya. Apabila suami dirumah, ia dapat membantu mengasuh anak seperti mengajak bermain, menggendong, hingga memberikan ASI perah kepada bayi apabila bayi membutuhkannya. Selain suami, orang tua atau mertua juga harus mendukung pemberian ASI saja kepada bayi. Dalam hal ini, ibu dan keluarga harus sama-sama tau mengenai manfaat dan pentingnya ASI bagi bayi sehingga saat ibu pergi bekerja tidak ada rasa khawatir jika bayi diberi selain ASI.

Saat istri bepergian, maka ada dua hal yang ia dilakukan yaitu pergi membawa serta bayinya atau meninggalkan bayinya dan menitipkannya pada orang dirumah. Jika bayi harus dibawa saat bepergian maka suami akan membantu ibu untuk mencari tempat untuk menyusui. Akan tetapi jika saat ditinggalkan bayinya kemudian menangis, maka orang dirumah seperti orang tua atau mertua atau suami hanya dapat membantu menggendong dan menenangkan bayi agar tangisnya tidak makin keras.

Suami mendukung keputusan ibu untuk tetap yakin menyusui bayi walau saat sakit. Suami secara aktif berkonsultasi dengan dokter mengenai penggunaan obat bagi ibu menyusui. Bentuk dukungan nyata bagi ibu menyusui yang sakit adalah dengan membelikan istri *wedang jahe* atau minuman hangat untuk menyembuhkan penyakit istri. Suami tidak hanya mencari informasi dan berbagi informasi dengan istri saja tetapi secara sadar juga menunjukkan sikap peduli dan mendukung keputusan ibu untuk tetap menyusui walau saat sakit sekalipun.

KESIMPULAN

ASI eksklusif merupakan pemberian ASI saja tanpa tambahan makanan atau minuman apapun kepada bayi selama enam bulan. ASI merupakan makanan yang terbaik karena mengandung zat gizi yang cukup dan antibodi yang diperlukan bayi. Manfaat lain dari pemberian ASI eksklusif adalah lebih hemat dan lebih dekatnya ikatan kasih sayang antara ibu dan anak.

Perilaku ibu menyusui dalam keberhasilan pencapaian ASI eksklusif dipengaruhi oleh motivasi yang kuat dari ibu untuk tetap menyusui sejak dini yaitu saat bayi lahir hingga pelaksanaan menyusui setiap harinya. Akan tetapi, pelaksanaan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap keberhasilan ASI eksklusif. Pelaksanaan menyusui setiap hari dilakukan tanpa jadwal dan membiarkan bayi menentukan sendiri kapan ia harus menyusui. Saat ibu bekerja atau berpergian, ASI tetap diberikan dengan meninggalkan ASI perah atau menitipkannya pada keluarga. Saat ibu sakitpun, ASI juga tetap diberikan dan ibu mengkonsumsi obat sesuai rekomendasi dokter atau petugas kesehatan.

Dukungan suami selama istri menyusui eksklusif terdiri dari dua yaitu dukungan emosional seperti mengingatkan istri untuk segera menyusui, memperhatikan asupan gizi, membelikan makanan dan minuman sehat atau susu dan vitamin bagi ibu menyusui dan dukungan instrumental seperti membantu istri meringankan pekerjaan rumah tangga termasuk mengurus dan merawat bayi dan kakaknya.

SARAN

- a. Bagi Puskesmas Gondokusuman I
Sasaran penyuluhan atau sosialisasi mengenai pentingnya ASI eksklusif perlu ditambah dengan melibatkan suami agar keberhasilan ASI eksklusif terus meningkat.
- b. Bagi Puskesmas di daerah lain
Petugas puskesmas di daerah lain hendaknya melakukan studi banding ke Puskesmas Gondokusuman I agar dapat mencontoh program ASI eksklusif dan menerapkan perilaku ibu menyusui untuk meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif di wilayahnya.
- c. Bagi Pemerintah Kota Yogyakarta
Pemerintah Kota Yogyakarta perlu menyusun kebijakan yang mengatur tentang perpanjangan cuti bagi ibu melahirkan hingga 6 bulan demi keberhasilan ASI eksklusif pada ibu bekerja.

DAFTAR PUSTAKA

1. KNPP RI, 2008. *Pemberdayaan Perempuan dalam Peningkatan Pemberian ASI*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
2. Prasetyono, DS. 2009. *Buku Pintar ASI Eksklusif*. Yogyakarta: Diva Press
3. Bobak, I.M. & Jensen, M.D. 2005. *Maternity and gynecologic care: The nurse and the family*. St. Louis: Mosby.

4. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI. 2013. *Penyajian Pokok-Pokok Hasil Riset Kesehatan Dasar 2013*. Diunduh dari <http://www.litbang.depkes.go.id> tanggal 13 Januari 2014.
5. Direktorat Bina Gizi. 2012. *Kinerja Kegiatan Pembinaan Gizi Tahun 2011*. Diunduh dari <http://gizi.depkes.go.id/wp-content/uploads/2012/08/Buku-Laptah-2011.pdf> tanggal 13 Januari 2014.
6. Dinas Kesehatan DIY. 2012. *Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta Tahun 2012*. Diunduh dari <http://dinkes.jogjaprovo.go.id/files/64370-Profil-Kes-DIY-2012.pdf> tanggal 15 Januari 2014.
7. Depkes RI. 2009. *Pedoman Wilayah Setempat Kesehatan Ibu dan Anak (PWS-KIA)*. Jakarta.
8. Roesli, U. 2000. *Mengenal ASI Eksklusif*. Jakarta: Trubus Agriwidya.
9. Soetjningsih. 2007. *ASI-Seri Gizi Klinik*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
10. Roesli, U. 2006. *Panduan Untuk Belajar Menyusui Dengan Percaya Diri*. Jakarta: PT. Elex Media Computindo
11. Widuri, H. 2013. *ASI Eksklusif Bagi Ibu Bekerja*. Yogyakarta: Gosyen Publishing
12. Suradi R. Tobing HKR (Ed.). 2004. *Manajemen Laktasi*. Cetakan Ke-2. Program Manajemen Laktasi Perkumpulan Perinatologi Indonesia. Jakarta.
13. Binns C., Gilchrist D., Gracey, M., Zhang, M., Scott, J. & Lee, A. 2004. Factors associated with initiation of breast-feeding by aboriginal mothers in Perth. *Public Health Nutr*, 7(7): 857-861.
14. Sinclair, S., Houston, V., Shields, J. & Snelling, S. 2003. Breastfeeding practices in Northern Ontario: a report from the northern Ontario perinatal and child health survey consortium. Public Health Research education and Development (PHRED) Program: 1-117.
15. Freed GL., Fraley KJ, and Schanler J 1992. Attitudes of expectant fathers regarding breastfeeding. *Electronic article. Pediatric* 1992;90:224-227. Available at <http://www.pediatric.org> at Indonesia: AAP sponsored on August 18, 2008.
16. Roesli, U. 2008. *Inisiasi Menyusui Dini*. Jakarta: Pustaka Bunda.
17. Utami, Neni A. 2007. *Menyusui Sambil Ber-KB "Hemat dan Mudah"*. Diunduh dari <http://gemapria.bkkbn.go.id> tanggal 1 Januari 2014
18. Briawan, D. 2004. *Persiapan menghadapi laktasi*. Jakarta: Gramedia