

**PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG POSISI, LANGKAH MEYUSUI
YANG BENAR DAN FREKUENSI SERTA LAMA MENYUSUI TERHADAP
PERILAKU MENYUSUI PADA IBU PASCA SALIN
DI KOTA BOGOR**

Suhartika¹, Fauzia Djamilus²

^{1,2} Dosen Prodi Kebidanan Bogor Poltekkes Kemenkes Bandung, Jl. Dr. Semeru No. 116 Bogor,
Indonesia

ABSTRAK

Di Indonesia, ibu yang menyusui bayinya masih sangat rendah. Hal ini berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO), angka ibu menyusui di Indonesia baru berada pada angka 15,3% saja dari angka kelahiran yang mencapai 4,5 juta bayi pertahun. Menyusui merupakan proses yang alami tetapi seringkali proses menyusui dilakukan secara tidak tepat sehingga ASI sedikit keluar atau bahkan tidak keluar, akibatnya bayi pun tidak mau lagi menyusu. Padahal proses menyusui memerlukan pengetahuan dan latihan yang tepat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang posisi, langkah menyusui yang benar dan frekuensi serta lama menyusui terhadap perilaku menyusui pada ibu pasca salin. Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan Rancangan *crosssectional design*. Besar sampel minimal dihitung dengan menggunakan rumus *binomunal proportions*, dengan kriteria inklusi ibu yang melahirkan pertama kali (primipara) secara normal di PKM Kota Bogor. Teknik pengambilan sampel dengan cara *purposive sampling*. Jumlah sampel minimal didapat 39 orang. Analisis data dengan uji *chi-square*, dengan hasil penelitian terdapat hubungan yang bermakna ($p < 0.05$) antara pengetahuan ibu tentang tehnik menyusui yang benar dengan perilaku menyusui. Simpulan dari penelitian ini adalah peningkatan pengetahuan ibu tentang posisi, langkah menyusui yang benar dan frekuensi serta lama menyusui berdampak positif terhadap perilaku menyusui pada ibu pasca salin.

Kata kunci : Pengetahuan, perilaku menyusui, ibu menyusui

ABSTRACT

In Indonesia, breast-feeding is still very low. It is based on data from the World Health Organization (WHO), the number of new nursing mothers in Indonesia stood at 15.3% of the birth rate which reached 4.5 million babies per year. Breastfeeding is a natural process but often the process of breastfeeding is done incorrectly so that the milk a little out or even not come out, the result was no longer wants the baby to suckle. Though breastfeeding requires knowledge and proper exercise.

This study is an observational study with cross sectional design. The study population was all over women who gave birth in the health center Bogor City. Minimum sample size was calculated using binomunal proportions with inclusion criteria mother who gave birth to the first time (primiparous) normally at PKM Bogor. Sampling techniques by purposive sampling. Minimum number of samples obtained 39 people. Data analysis with chi-square test, with the results of the study are a significant relationship ($p < 0.05$) between maternal knowledge about breastfeeding technique right with breastfeeding behavior. The conclusions of this research is to increase knowledge about the position of the mother, breastfeeding right step and the frequency and duration of breastfeeding a positive impact on the delivered women.

Keywords: knowledge, behavior, breastfeeding mother

PENDAHULUAN

Di Indonesia, ibu yang menyusui bayinya masih sangat rendah. Hal ini berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO, 2010), angka ibu menyusui di Indonesia baru berada pada angka 15,3% saja dari angka kelahiran yang mencapai 4,5 juta bayi pertahun. Sedangkan menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh *Oxford University* dan *Institute for Sosial and Economic Research*, bayi yang disusui ASI akan menjadi anak yang lebih pintar, dengan IQ lebih tinggi 3-5 point daripada yang tidak disusui.

Menyusui merupakan proses yang alami tetapi seringkali proses menyusui dilakukan secara tidak tepat sehingga ASI sedikit keluar atau bahkan tidak keluar, akibatnya bayi pun tidak mau lagi menyusu. Padahal proses menyusui memerlukan pengetahuan dan latihan yang tepat. (Roesli, 2005). ASI merupakan makanan yang terbaik bagi bayi sebab komposisinya sangat sesuai dengan kebutuhan bayi, yaitu untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi.

Menyusui sebenarnya tidak hanya bertujuan untuk memberikan makanan kepada bayi tetapi juga menjalin hubungan bathin antara ibu dan anak. Hal ini sangat penting untuk perkembangan psikologis dan emosional anak. Bagi ibu menyusui juga menguntungkan karena dapat mempercepat pengecilan rahim, menjarangkan kehamilan, juga dapat mengurangi resiko penyakit kanker payudara dan kanker rahim (Khasanah, 2010). SKDI tahun 1994 menunjukkan bahwa ibu-ibu yang memberikan ASI EKSLUSIF kepada bayinya mencapai 47% .

Ibu yang menginginkan manfaat ASI yang optimal untuk bayinya , harus paham tentang teknik menyusui yang benar dan pemberian ASI dilakukan secara eksklusif sampai 6 bulan. (Yohana, 2011). Sering ibu mengalami masalah dalam hal menyusui dikarenakan pengetahuannya yang kurang mengenai tehnik menyusui, seperti cara meletakkan payudara ketika menyusui, isapan bayi yang kurang tepat yang mengakibatkan nyeri puting. Disamping itu ada beberapa hal yang perlu mendapat perhatian ibu selain cara menyusui yang baik dan benar, yaitu pengetahuan gizi ibu, istirahat yang cukup dan pikiran yang tenang (Suradi,dkk, 2003).

Menurut Ramaiah, S. (2005), “Masalah yang sering terjadi dalam proses menyusui adalah puting susu lecet/nyeri, sekitar 57% dari ibu yang menyusui dilaporkan pernah mengalami kelecetan pada puting susu. Hal ini disebabkan kesalahan dalam teknik menyusui yaitu bayi tidak menyusui sampai ke *areola*. Bila bayi menyusui hanya pada puting susu saja, maka bayi akan mendapat ASI sedikit karena gusi bayi tidak menekan pada daerah *sinus laktiferus*, sedangkan pada ibu akan mengalami nyeri/lecet pada puting susunya”.

Menurut hasil penelitian Ainani, (2004), “pengetahuan ibu tentang cara menyusui yang benar (posisi menyusui, langkah-langkah menyusui yang benar, serta lama dan frekuensi menyusui) masih kurang yaitu sebanyak 53,3%”. Kurangnya pengetahuan ibu tentang cara menyusui yang benar akan berdampak pada bayi sehingga bayinya tidak mendapatkan ASI dan akhirnya ibu mengganti dengan susu formula. Riset menunjukkan bahwa bayi yang diberi susu formula lebih rentan terhadap penyakit di bandingkan dengan bayi yang mendapat ASI. (WHO, 2010). Sehingga bayi akan mudah terkena infeksi pernafasan, diare, *Multisklerosis*, mengalami gizi buruk dan anemia bahkan dapat mengalami berkurangnya IQ 8,9 point. Karena di dalam kandungan susu formula zat seperti vitamin, mineral dan zat besi hanya sebagian saja di serap oleh usus. (Roesli, 2005).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang posisi, langkah menyusui yang benar dan frekuensi serta lama menyusui terhadap perilaku menyusui pada ibu pasca salin di Kota Bogor.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini termasuk penelitian observasional dengan menggunakan pendekatan desain *crosssectional*.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu pasca salin yang ada di Kota Bogor. Besar sampel dihitung dengan menggunakan rumus *crosssectional* sehingga didapat jumlah sample minimal sebanyak 39 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara purposive sampling, dengan kriteria

inklusi adalah ibu yang bersalin pertama (primipara) secara normal di PKM Kota Bogor

Analisis data dalam penelitian ini berupa analisis univariat dalam bentuk tabel distribusi frekuensi diinterpretasikan secara deskriptif. Untuk analisis bivariat dengan menggunakan uji statistik chi-square

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Karakteristik Ibu

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berusia antara 20 – 35 tahun sebanyak 30 orang (76,9%) dan yang berusia <20 tahun dan >35 tahun sebanyak 9 orang (23,1%). Gambaran karakteristik ibu berdasarkan tingkat pendidikan sebanyak 17 orang berpendidikan SMA (43,6%), SMP sebanyak 17 orang (43,6%), SD sebanyak 4 orang (10,3%) dan hanya 1 orang yang berpendidikan S1 (2,6%).

1. Pengetahuan Ibu Tentang Posisi Menyusui

Tingkat pengetahuan ibu tentang posisi menyusui yang benar sebanyak 33 orang (84,6%) dan kurang tepat sebanyak 6 orang (15,4%). Hal ini menunjukkan sebagian besar ibu pasca salin sudah memahami tentang posisi pada saat menyusui.

Ada berbagai macam posisi menyusui yang bisa dilakukan adalah dengan duduk, berdiri, atau berbaring. Ada posisi khusus yang berkaitan dengan situasi tertentu seperti ibu pasca operasi caesar. Bayi diletakkan di samping kepala ibu dengan posisi kaki di atas. Menyusui bayi kembar dengan cara seperti memegang bola (*football position*), di mana kedua bayi disusui bersamaan kiri dan kanan, atau bayi juga bisa di susui secara bergantian. Pada ASI yang memancar (penuh), bayi ditengkurapkan di atas dada ibu, tangan ibu sedikit menahan kepala bayi, dengan posisi ini maka bayi tidak tersedak. (Khasanah, 2011).

2. Pengetahuan Ibu Tentang Langkah Menyusui Yang Benar

Tingkat pengetahuan ibu tentang langkah-langkah menyusui yang benar sebanyak 17 orang (43,6%) dan yang kurang tepat sebanyak 22 orang (56,4%). Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa masih banyak ibu pasca salin yang belum mengetahui tentang langkah menyusui yang benar.

Teknik menyusui yang tidak benar dapat mengakibatkan puting susu menjadi lecet, ASI tidak keluar optimal sehingga mempengaruhi produksi ASI selanjutnya atau bayi enggan menyusui. (Priyono, 2012)

Untuk mengetahui bayi telah menyusui dengan teknik yang benar, dapat dilihat sebagai berikut : (a) Bayi tampak tenang. (b) Badan bayi menempel pada perut ibu. (c) Mulut bayi terbuka lebar. (d) Daggu menempel pada payudara ibu. (e) Sebagian besar kalang susu masuk kedalam mulut bayi. (f) Bayi tampak menghisap kuat dengan irama perlahan. (g) Puting susu ibu tidak terasa nyeri. (h) Telinga dan lengan terletak pada garis lurus. (i) Kepala tidak menengadahkan. (Khasanah, 2011).

3. Pengetahuan Ibu Tentang Frekuensi dan Lama Menyusui

Tingkat pengetahuan ibu berdasarkan lama dan frekuensi menyusui yang benar sebanyak 16 orang (41%) dan yang kurang tepat sebanyak 23 orang (59%). Hal ini menunjukkan masih banyak ibu pasca salin yang belum mengetahui tentang frekuensi dan lama menyusui.

Sebaiknya menyusui bayi tanpa dijadwal, karena bayi akan menentukan sendiri kebutuhannya. Ibu harus menyusui bayinya menunjukkan tanda bayi lapar yaitu bayi membuka mulut jika bibir disentuh, memasukkan tangan ke mulut, bayi menangis bukan karena sebab lain dan ibu merasa perlu untuk menyusui. (Suradi,dkk, 2003).

Durasi menyusui berbeda-beda karena setiap bayi memiliki pola hisap yang berbeda-beda. Bayi hendaknya disusui setiap saat, hal ini berpengaruh terhadap kenaikan berat badan sebaiknya bayi disusui setiap dua jam sekali. Beberapa bayi puas setelah menyusui selama lima menit sedangkan yang lainnya butuh waktu lebih lama, biarkan bayi memutuskan durasi menyusunya sampai setiap kali segera setelah merasa puas, ia meninggalkan payudaranya. (Ramaiah, 2005).

4. Pengetahuan Ibu Tentang Tehnik Menyusui

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang tehnik menyusui berada dalam kategori baik, yaitu 22 orang

(56,4%) dan kurang baik sebanyak 17 orang (43,6%).

Pengetahuan yang diukur disini adalah pemahaman ibu tentang posisi, langkah, lama dan frekuensi menyusui yang benar, diukur dengan tehnik wawancara.

Menyusui adalah proses pemberian susu kepada bayi atau anak kecil dengan air susu ibu (ASI) dari payudara ibu. Bayi menggunakan refleks menghisap untuk mendapatkan dan menelan susu. (Yohana, 2011).

Pengertian tehnik menyusui yang benar adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar. (Khasanah, 2011).

5. Perilaku Menyusui Ibu

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku ibu menyusui yang benar sebanyak 21 orang (53,8%) dan yang kurang tepat sebanyak 18 orang (46,2%).

Menyusui adalah sesuatu yang alami, dan segala sesuatu yang alamiah adalah yang terbaik bagi semua orang. Namun, alami tidak selalu mudah. Menyusui yang sukses membutuhkan dukungan baik dari orang yang telah mengalaminya atau dari seseorang yang profesional. Terlepas dari kesulitan awal, baik ibu maupun bayi biasanya akan berhasil menetapkan cara menyusui yang nyaman dan memuaskan dalam beberapa hari setelah kelahiran. (Ramaiah, 2005).

Hubungan Pengetahuan Tentang Tehnik Menyusui Dengan Perilaku Menyusui

Tabel 1. Hubungan Pengetahuan dengan perilaku menyusui

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	4,174 (b)	1	,041		
Continuity Correction(a)	2,955	1	,086		
Likelihood Ratio	4,238	1	,040		
Fisher's Exact Test				,057	,042
Linear-by-Linear Association	4,067	1	,044		
N of Valid Cases	39				

a Computed only for a 2x2 table

b 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 7,85

Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu tentang tehnik menyusui dengan perilaku menyusui. Hal ini dapat dilihat dari nilai $p < 0,05$, artinya ibu yang memiliki tingkat pengetahuan tentang tehnik menyusui yang baik akan mempunyai perilaku menyusui yang benar.

Hasil penelitian ini didukung dengan adanya beberapa penelitian lainnya yang sejenis diantaranya adalah; penelitian yang dilakukan oleh Sumarni, S. (2009), dengan jumlah responden 150 orang, dimana hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pendidikan dengan pengetahuan ibu menyusui, dan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara usia dan paritas terhadap pengetahuan ibu menyusui.

Penelitian Rhipiduri, R. (2012), menunjukkan hasil umur, pendidikan, pekerjaan, jenis persalinan, dan pengetahuan ibu mempunyai hubungan yang bermakna dengan tehnik menyusui.

KESIMPULAN

1. Karakteristik responden sebagian besar berusia antara 20 – 35 tahun dan berpendidikan SMP.
2. Tingkat pengetahuan ibu tentang posisi menyusui yang benar sebanyak 84,6%.
3. Tingkat pengetahuan ibu tentang langkah-langkah menyusui yang benar sebanyak 43,6%.
4. Tingkat pengetahuan ibu berdasarkan lama dan frekuensi menyusui yang benar sebanyak 41%.
5. Pengetahuan ibu tentang tehnik menyusui berada dalam kategori baik, yaitu 56,4%.
6. Perilaku ibu menyusui yang benar sebanyak 53,8%.
7. Ibu yang memiliki tingkat pengetahuan tentang posisi, langkah menyusui yang benar, dan frekuensi serta lama menyusui mempunyai perilaku menyusui yang benar.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, (2006). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Azwar, S. (2004). Pengantar Pendidikan Kesehatan. Jakarta: Sastra Hudaya.

Ainani, Nur (2004). Pengetahuan Ibu tentang Cara Menyusui yang Benar di IRNA Ibu RSMH Palembang.

Khasanah, Nur (2010). ASI atau Susu Formula. Jakarta : Flashbooks.

Notoatmodjo, Soekidjo. (2005). Metodologi Penelitian Kesehatan. Edisi Pertama. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Oxford University dan Institute for Sosial and Economic Research (2011). ASI Eksklusif Susu Yang Sempurna. Di akses pada <http://www.neosavata.com/asi-ekslusif>. 12 April 2012

Priyono, P.K (2012). Perbedaan pengaruh penyuluhan metode simulasi dengan metode simulasi dan poster tentang tehnik menyusui terhadap pengetahuan dan perilaku menyusui. Jurnal ilmu kesehatan, vol IV, No. 2.

Ramaiah, S (2005). ASI dan Menyusui. India : PT Bhuana Ilmu Populer.

Rhipiduri, R (2012). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tehnik menyusui pada ibu primipara. Jurnal Stikes Aisyah Palembang.

Roesli (2005). Panduan Praktis Menyusui. Jakarta : Puspa Swara

Sumarni, S. (2009). Faktor-faktor yang berhubungan dengan pengetahuan ibu tentang ASI. KTI. Jakarta: Politehnik Kesehatan Jurusan Kebidanan.

Suradi, dkk. (2003). Manajemen Laktasi. Jakarta : Perkumpulan Perinatologi Indonesia

WHO.(2010). Menyusui Menabung Untuk Masa Depan. Di Akses pada <http://aimi-asi.org> 13 april 2012.

Yohana (2011). Kehamilan dan Persalinan. Jakarta: Garda Medika.