

# GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU NIFAS TENTANG METODE MEMPERLANCAR PENGELUARAN AIR SUSU IBU (ASI)

**Eva Restu Wijayanti, Elvika Fit Ari Shanti**

Srikes Jen .A.Yani Yogyakarta, Jl Ringroad Barat Ambarketawang Gamping Sleman Yogyakarta

*email: el\_vicha@yahoo.co.id*

**Abstrak: Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas tentang Metode Memperlancar Pengeluaran Air Susu Ibu (ASI).** ASI penting bagi bayi. Riskesdas (2010) melaporkan jumlah bayi yang menyusui sampai enam bulan (ASI Eksklusif) hanya 15,3%, sedangkan target Indonesia sehat tahun 2010 adalah sebanyak 80%. Dengan adanya metode memperlancar pengeluaran ASI diharapkan dapat meningkatkan pemberian ASI Eksklusif. Hasil studi pendahuluan di Puskesmas Banguntapan 1 Bantul Yogyakarta terhadap sepuluh (27,5%) ibu nifas, delapan (22%) ibu nifas belum mengetahui tentang metode memperlancar pengeluaran ASI, dan dua (5,50%) sudah mengetahui metode memperlancar pengeluaran ASI seperti perawatan payudara dan pijat oksitosin. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu nifas tentang metode memperlancar pengeluaran ASI di Puskesmas Banguntapan 1 Bantul Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 30 orang ibu nifas. Teknik pengambilan sampel yaitu dengan total sampling, dengan jumlah sampel adalah 30 orang. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner dan analisa data menggunakan analisis *univariate*, variabel penelitian menggunakan satu variabel. Dari hasil penelitian diperoleh hasil bahwa gambaran tingkat pengetahuan tentang metode memperlancar pengeluaran ASI di Puskesmas Banguntapan 1 Bantul, Yogyakarta dalam kategori cukup yaitu 18 responden (60,0%). Kesimpulan dari penelitian ini yaitu tingkat pengetahuan ibu nifas tentang metode memperlancar pengeluaran ASI di Puskesmas Banguntapan 1 Bantul Yogyakarta dalam kategori cukup sebanyak 18 (60,0%), kurang sebanyak delapan (26,7%), dan baik sebanyak empat (13,3%).

**Kata Kunci:** pengetahuan, ibu nifas, metode memperlancar pengeluaran ASI

**Abstract: The Description of Knowledge Level of Parturition Mother about Method of Expediting Breast Milk (ASI).** Breast milk is important for infants. Riskesdas (2010) reported the number of breastfed babies for up to six months (Exclusive Breast Milk) was only 15.3%, while the healthy Indonesia target in 2010 was 80%. By the method of expediting breast milk is expected to increase exclusive breast feeding. The result of preliminary study at Public Health Center (Puskesmas) of Banguntapan 1 Bantul Yogyakarta is that there are ten (27.5%) parturition mothers, eight (22%) parturition mothers who have not known the method of expediting breastfeeding, and two (5.50%) have known the method of expediting breastmilk such as breast care and oxytocin massage. The purpose of this study is to determine the knowledge level of parturition mothers about the method of expediting the breast milk in Public Health Center (Puskesmas) Banguntapan 1 Bantul Yogyakarta. This research uses quantitative descriptive method with cross sectional approach. The population in this study amounted to 30 parturition mothers. The sampling technique is by total sampling, with the number of samples is 30 people. Instrument of data collection uses questioner and data analysis using univariate analysis, research variable uses one variable. From the result of the research, it is found that the description of the knowledge level of the method of expediting breast milk at Public Health Center Banguntapan 1 Bantul, Yogyakarta in sufficient category is 18 respondents (60,0%). The conclusion of this research is that the knowledge level of parturition mothers about the method of expediting the breast milk in Public Health Center Banguntapan 1 Bantul Yogyakarta in sufficient category is as much as 18 (60,0%), in less category as much as eight (26,7%), and in good category as many as four (13,3% %).

**Keywords:** knowledge, parturition mothers, methods of expediting the breast milk

UNICEF dan WHO (2013) membuat rekomendasi pada ibu untuk menyusui eksklusif selama enam bulan kepada bayinya. Sesudah usia enam bulan bayi baru dapat diberikan makanan pendamping ASI (MPASI) dengan tetap memberikan ASI sampai minimal umur dua tahun. Menyusui sejak dini mempunyai dampak yang positif baik bagi ibu maupun bayinya. Bagi bayi menyusui mempunyai peran penting yang fundamental pada kelangsungan hidup bayi, kolostrum yang kaya dengan zat antibodi, pertumbuhan yang baik, kesehatan, dan gizi bayi. Untuk mengurangi morbiditas dan mortalitas bayi dan balita, inisiasi menyusui dini mempunyai peran penting bagi ibu dalam merangsang kontraksi uterus sehingga mengurangi perdarahan pasca melahirkan (*postpartum*).

Produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh dua hormon, yaitu prolaktin dan oksitosin. Prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI, sedangkan oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI. Namun demikian, untuk mengeluarkan ASI diperlukan hormon oksitosin yang kerjanya dipengaruhi oleh proses hisapan bayi. Semakin puting susu dihisap oleh bayi maka semakin banyak pula pengeluaran ASI. Untuk memperlancar pengeluaran ASI dapat dengan adanya metode masase payudara, pijat oksitosin, memerah ASI, dan perawatan payudara. Kesadaran menyusui dikalangan ibu harus didukung oleh informasi dan bimbingan yang jelas, lengkap dan benar melalui pendidikan kesehatan oleh tenaga kesehatan.

Ibu dapat mengupayakan ASI Eksklusif seperti, menyusui secara eksklusif hanya ASI tidak ditambah makanan apapun bahkan air putih sekalipun, menyusui tanpa terjadwal (*on-demand*) sesering bayi mau, tidak menggunakan botol susu maupun empeng, mengeluarkan ASI saat tidak bersama dengan anak, dan mengendalikan emosi dan pikiran agar tenang. Cakupan ASI Eksklusif di wilayah DIY berdasarkan data profil Dinas Kesehatan (Dinkes) DIY tahun 2013 bayi yang diberi ASI Eksklusif di Provinsi Yogyakarta yaitu 16.055

(66,7%). Jumlah bayi yang paling banyak mendapatkan ASI Eksklusif adalah di Kabupaten Sleman yaitu 6.195 (80,6%) dan jumlah bayi yang paling sedikit adalah di Kota Yogyakarta yaitu 1.581 (51,6%) (Dinkes DIY,2013), meningkat menjadi 81,20% pada tahun 2014.

Menurut data Dinkes Bantul (2015) cakupan bayi yang diberi ASI Eksklusif di Kabupaten Bantul Tahun 2014 sebesar (71,55%) naik bila dibandingkan tahun 2013 sebanyak (62,05%). Tertinggi pertama adalah di Banguntapan I yaitu (89,40%), tertinggi kedua yaitu Pleret (88,97%) tertinggi ketiga adalah di Srandakan (88,14%), dan terendah adalah di Bantul I (42,09%). Upaya tenaga kesehatan Puskesmas Banguntapan I Bantul Yogyakarta untuk meningkatkan pemberian ASI Eksklusif dengan cara diadakannya pojok ASI, konsultasi gratis melalui sms, dan penyuluhan di Posyandu mengenai pentingnya ASI Eksklusif.

Dari hasil studi pendahuluan pada tanggal 25 April 2016 di Puskesmas Banguntapan 1 Bantul Yogyakarta dari jumlah ibu nifas sebanyak 40 (36,3%). Hasil wawancara pada ibu nifas tentang metode memperlancar pengeluaran ASI terhadap sepuluh (27,5%) ibu nifas, dari sepuluh ibu nifas tersebut delapan (22%) ibu nifas belum mengetahui metode memperlancar pengeluaran ASI, ibu hanya mengetahui cara meningkatkan ASI dengan memakan makanan yang bergizi saja, dan dua (5,50%) ibu nifas sudah mengetahui tentang metode memperlancar pengeluaran ASI seperti perawatan payudara dan pijat oksitosin.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan tujuan untuk melihat gambaran fenomena (kesehatan) yang terjadi di dalam suatu populasi tertentu secara obyektif terjadi pada populasi tertentu dengan menggunakan angka-angka atau data kuantitatif yang diinginkan. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dengan *total*

sampling. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 30 ibu nifas yang berada di Puskesmas Banguntapan I Bantul Yogyakarta.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### HASIL

Karakteristik responden didistribusikan menggunakan analisis *univariate* dilakukan terhadap variabel dari hasil penelitian pada umumnya, dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan presentasi dari setiap karakteristik.

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik**

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
<b>Usia</b>		
<21 tahun	2	6,7
21-30 tahun	23	76,7
>30 tahun	5	16,7
Jumlah	30	100,00
<b>Pendidikan</b>		
SD	1	3,3
SMP	8	26,7
SMA	14	46,7
D3	1	3,3
SI	6	20,0
Jumlah	30	100,0
<b>Pekerjaan</b>		
Ibu Rumah Tangga	7	23,3
Wiraswasta	18	60,0
Mahasiswa	2	6,7
Aparatur Sipil Negara	1	3,3
Lain-lain	2	6,7
Jumlah	30	100,0
<b>Paritas</b>		
1 anak	17	56,7
2 anak	10	33,3
3 anak	3	10,0
Jumlah	30	100,0

(Sumber: Data Primer, 2016)

Berdasarkan tabel 1. diketahui bahwa mayoritas responden berumur 21-30 tahun yaitu sebanyak 23 ibu nifas (76,7%), berpendidikan SMA 14 ibu nifas (46,7%), mayoritas pekerjaan adalah wiraswasta yaitu sebanyak 18 ibu nifas (60,0%) dan mayoritas ibu nifas pertama kali dalam melahirkan/paritas adalah 17 responden (56,7%).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas tentang Metode Memperlancar Pengeluaran ASI**

Analisis Hasil Penelitian	Frekuensi	Persentase (%)
<b>Pengetahuan Tentang Metode Memperlancar Pengeluaran ASI</b>		
Baik	4	13,3
Cukup	18	60,0
Kurang	8	26,7
Jumlah	30	100,0
<b>Pengetahuan Tentang Masase Payudara</b>		
Baik	13	43,3
Cukup	6	20,0
Kurang	11	36,7
Jumlah	30	100,0
<b>Pengetahuan Tentang Pijat Oksitosin</b>		
Baik	2	6,7
Cukup	11	36,7
Kurang	17	56,7
Jumlah	30	100,0
<b>Pengetahuan Tentang Memerah ASI</b>		
Baik	10	33,3
Cukup	13	43,3
Kurang	7	23,3
Jumlah	30	100,0
<b>Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara</b>		
Baik	7	23,3
Cukup	14	46,7
Kurang	9	30,0
Jumlah	30	100,0

(Sumber: Data Primer, 2016)

Berdasarkan tabel 2. dapat diketahui bahwa, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan tentang metode memperlancar pengeluaran ASI adalah cukup sebesar 18 responden (60,0%) dari 30 responden (100%). Hal ini disebabkan karena mayoritas ibu nifas berpendidikan SMA sebesar 14 responden (46,7%). Tingkatan pengetahuan "tahu" adalah tingkat pengetahuan yang paling rendah yang artinya adalah responden hanya sebatas mengetahui saja tanpa memahami. Selain itu di Puskesmas Banguntapan 1 Bantul Yogyakarta dari media informasi terutama tentang metode memperlancar pengeluaran ASI sangatlah kurang, tenaga kesehatan disana lebih terfokus untuk memberikan informasi tentang ASI Eksklusif.

Produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh dua hormon yaitu prolaktin dan oksitosin. Namun demikian, untuk mengeluarkan ASI diperlukan hormon oksitosin yang kerjanya dipengaruhi oleh proses hisapan bayi. Cara mengatasi masalah dengan adanya metode pengeluaran ASI.

Sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan tentang metode masase payudara adalah baik sebesar 13 responden (43,3%), dari 30 responden (100%). Hasil penelitian ini didukung oleh beberapa responden sudah mengetahui tentang metode masase payudara dari tenaga kesehatan seperti Bidan Desa. Tingkat pendidikan responden mayoritas SMA, tingkat pendidikan SMA adalah tingkat pendidikan yang cukup untuk menerima informasi, semakin tinggi pendidikan semakin mudah seseorang untuk menerima informasi. Selain tingkat pendidikan yang tinggi, media informasi sangat mempengaruhi tingkat pengetahuan. Pengetahuan yang tinggi diperoleh melalui media cetak maupun media elektronik seperti buku, majalah, televisi internet dan sebagainya. Semakin banyak sumber informasi yang dimiliki maka tingkat pengetahuan yang dimiliki semakin tinggi. Pengetahuan tentang metode masase payudara dalam kategori "tahu". Tahu berarti dapat mengingat suatu materi yang dipelajari sebelumnya (*recall*). Ukuran bahwa seseorang itu tahu dari hasil penelitian pengetahuan ibu nifas tentang metode masase payudara adalah baik. Menurut Marmi (2010) mengatakan manfaat dari masase payudara itu sendiri adalah melancarkan reflek pengeluaran ASI dan secara efektif untuk meningkatkan volume ASI.

Sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan tentang metode pijat oksitosin kurang sebesar 17 responden (56,7%) dari 30 responden (100%). Tingkat pengetahuan kurang dikarenakan mayoritas responden berparitas satu kali. Paritas satu kali merupakan pengalaman yang pertama bagi ibu nifas sehingga tingkat pengetahuan tentang pijat oksitosin sangatlah kurang di bandingkan dengan ibu yang sudah berparitas

lebih dari satu kali, selain itu tenaga kesehatan di sana belum begitu menerapkan tentang metode pijat oksitosin, mereka hanya terfokus dengan pemberian ASI Eksklusif saja. Dikuatkan penelitiannya diperoleh hasil ada pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu pasca salin normal. Manfaat dari dilakukan pijat oksitosin adalah menjaga atau memperlancar ASI dan mencegah terjadinya infeksi.

Sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan tentang metode memerah ASI adalah cukup 13 responden (43,3%) dari 30 responden (100%). Hal ini disebabkan mayoritas responden berusia 21-30 tahun, tentunya pola pikir dan daya tangkap seharusnya sudah bisa menerima dengan baik, kurangnya informasi tentang memerah ASI dari tenaga kesehatan di sana dikarenakan tenaga kesehatan disana lebih memfokuskan tentang pemberian ASI Eksklusif saja. Selain itu faktor lain menurut peneliti ialah pendidikan, pendidikan yang mayoritas SMA akan berpengaruh pada aspek kehidupan manusia baik pikiran, perasaan, maupun sikapnya, semakin tinggi tingkat pendidikan semakin tinggi pula kemampuan dasar yang dimiliki seseorang, khususnya metode memperlancar pengeluaran ASI (Depdiknas, 2009). Memerah ASI cukup praktis dan tidak repot. Menyediakan peralatan cukup menyediakan tangan yang bersih dan wadah yang bersih. Manfaat dari memerah ASI adalah semakin sering ASI diperah semakin banyak ASI diproduksi.

Sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan tentang metode perawatan payudara adalah cukup sebesar 14 responden (46,7%) dari 30 responden (100%). Penyebab hasil penelitian dalam kategori cukup dikarenakan mayoritas responden saat menjawab kuesioner tentang pengertian perawatan payudara hanya bisa menjawab empat pernyataan dari tujuh pernyataan. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Marmi (2012) memperlihatkan bahwa kebiasaan melaku-

kan perawatan payudara bagi ibu menyusui dapat mengakibatkan lancarnya produksi ASI sebesar 36 kali lebih besar dibandingkan dengan ibu menyusui yang tidak memiliki kebiasaan melakukan perawatan payudara. Selain itu pekerjaan juga mempengaruhi tingkat pengetahuan. Sebagian besar karakteristik responden adalah bekerja sebagai wiraswasta, pekerjaan merupakan variabel yang sulit digolongkan, namun bukan saja berguna sebagai demografi juga akan menentukan tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kejadian tertentu sehingga status sosial ekonomi ini akan mempengaruhi pengetahuan seseorang, dikarenakan seseorang bekerja akan berbeda pengetahuannya

dibandingkan dengan orang yang tidak bekerja. (Budiman dan Riyanto, 2014). Kategori pengetahuan tentang pengetahuan metode perawatan payudara dapat digolongkan pada tingkatan pengetahuan "tahu". Menurut Notoatmodjo (2010) tingkat pengetahuan tahu adalah tingkat pengetahuan yang paling rendah yang artinya adalah responden hanya sebatas mengetahui saja tanpa memahami pengertian metode perawatan payudara sehingga pengetahuan tentang pengertian metode perawatan payudara dalam kategori cukup. Manfaat dari perawatan payudara adalah menjaga kebersihan payudara selain itu dapat merangsang kelenjar-kelenjar ASI sehingga produksi ASI lancar.

**Tabel 3. Tabulasi Silang Karakteristik dengan Pengetahuan Ibu Nifas tentang Metode Memperlancar Pengeluaran ASI di Puskesmas Banguntapan I Bantul Yogyakarta**

Karakteristik		Pengetahuan Ibu Nifas						Total	
		Baik		Cukup		Kurang		Jumlah	%
		Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%		
Usia	< 21 tahun	0	0	1	3,3	1	3,3	2	6,7
	21-30 tahun	3	10	15	50	5	16,7	23	76,7
	> 30 tahun	1	3,3	2	6,7	2	6,7	5	16,7
Pendidikan	SD	0	0	0	0	1	3,3	1	3,3
	SMP	0	0	4	13,3	4	13,3	8	26,7
	SMA	4	13,3	8	26,7	2	6,7	14	46,7
	D3	0	0	1	3,3	0	0	1	3,3
	S1	0	0	5	16,7	1	3,3	6	20,0
Pekerjaan	IRT	2	6,7	3	10,0	2	6,7	7	23,3
	Wiraswasta	2	6,7	10	33,3	6	20,0	18	60,0
	Mahasiswa	0	0	2	6,7	0	0	2	6,7
	PNS	0	0	1	3,3	0	0	1	3,3
	Lain-lain	0	0	2	6,7	0	0	2	6,7
Paritas	1 anak	2	6,7	12	40,0	3	10,0	17	58,7
	2 anak	2	6,7	4	13,3	4	13,3	10	33,3
	3 anak	0	0	2	6,7	1	3,3	3	10,0

Berdasarkan tabel 3. hasil penelitian tentang karakteristik umur, tingkat pengetahuan ibu nifas tentang metode memperlancar Pengeluaran ASI kategori cukup terbanyak pada kelompok usia 21-30 tahun sebanyak 15 responden (50%), Pendidikan SMA sebanyak delapan responden (26,7%), Pekerjaan wiraswasta sebanyak sepuluh responden (33,3%), Paritas satu anak sebanyak 12 responden (40,0%).

## KESIMPULAN

Tingkat pengetahuan ibu nifas tentang metode memperlancar pengeluaran ASI pada kategori cukup sebanyak 18 responden (60,0%), sedangkan pengetahuan dalam kategori kurang delapan responden (26,7%) dan kategori baik sebanyak empat responden (13,3%). Pengetahuan ibu nifas tentang metode masase payudara dengan kategori baik sebanyak 13 responden (43,3%). Pengetahuan ibu nifas tentang metode pijat oksitosin dengan kategori kurang sebanyak 11 responden (56,7%). Pengetahuan ibu nifas tentang memerah ASI dengan

kategori cukup sebanyak 13 responden (43,3%). Pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kategori cukup sebanyak 14 responden (46,7%).

Diharapkana bagi tenaga kesehatan dalam rangka mencapai keberhasilan ASI Eksklusif, maka perlu dilakukan peningkatan pengetahuan dan ketrampilan metode memperlancar pengeluaran ASI seperti, masase payudara, pijat oksitosin, memerah ASI, dan perawatan payudara dan lebih dikenalkan lagi pada ibu-ibu nifas tentang metode pengeluaran ASI. Hal ini dapat dilakukan dengan cara melakukan penyuluhan, konseling, media cetak, leaflet. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan untuk menggunakan kuesioner yang telah baku untuk meneliti faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, S. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi Revisi VI. Jakarta: Rineka Cipta.
- Cedli, Lussi Giovani. 2012. *Fungsi Seksual Suami Selama Masa Kehamilan Pasangan*. Skripsi Universitas Indonesia Fakultas Ilmu Keperawatan.
- Dewi, V. N. L, Sunarsih, T. 2011. *Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas*. Yogyakarta: Salemba Medika.
- Dinas Kesehatan Bantul. 2015. *Profil Kesehatan Bantul*. Bantul: Dinas Kesehatan.
- Marmi. 2012. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas "Peuperium Care"*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Maryunani, A. 2015. *Inisiasi Menyusu Dini ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi*. Yogyakarta: Trans Info Media.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rinekea Cipta.
- Riyanto, A dan Budiman. 2013. *Kapita Selekt Kuesioner Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba

Medika.

- Roesli. Utami. 2009. *Mengenal ASI Eksklusif*. Jakarta: Elex Medika.
- Varney, H (2007). Alih bahasa Lailay Mahmuda dan Gita Trisetya. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. ED,4,vol 2. Jakarta: EGC.
- Widayanti, Wiwin (2014). *Efektivitas metode 'SPEOS' (Stimulasi Pijat Endorphin, Oksitosin, dan Sugestif) terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kabupaten Cirebon*. Tesis. Depok. FIK.UI
- Yeti, A. 2010. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.