



**PENGALAMAN IBU PEKERJA PABRIK DALAM
PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
PRINGAPUS KABUPATEN
SEMARANG**

ARTIKEL

**OLEH :
NAMA : FARADILA
NIM : 152191122**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
TAHUN 2021**

HALAMAN PENGESAHAN

Artikel berjudul

**PENGALAMAN IBU PEKERJA PABRIK DALAM PEMBERIAN ASI
EKSKLUSIF DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PRINGAPUS
KABUPATEN SEMARANG**

Disusun

FARADILA

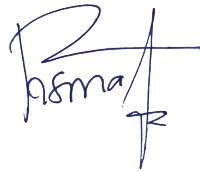
NIM. 152191122

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA FAKULTAS
KESEHATAN UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah Disetujui dan Disahkan Oleh Pembimbing Skripsi, Program Studi
Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo pada :

Ungaran, 02 Maret 2021

Pembimbing



Risma Aliviani Putri, S.SiT., MPH.

NIDN : 0604068803

PENGALAMAN IBU PEKERJA PABRIK DALAM PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PRINGAPUS

Faradila¹, Risma Aliviani Putri²

¹ Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo

² Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo

Email : Faradila.amdkeb@gmail.com, putriendera@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : ASI Eksklusif merupakan ASI yang diberikan pada bayi usia 1-6 bulan. Ibu yang bekerja di sektor pabrik memiliki perbedaan dalam melakukan manajemen laktasi dibandingkan dengan ibu yang bekerja di sektor informal. Ibu pekerja khususnya pekerja pabrik memiliki hambatan keterbatasan waktu disebabkan jadwal bekerja, sistem shift pada pekerjaan, waktu istirahat, serta secara fisik ibu bekerja akan lelah setelah bekerja. Tujuan penelitian yaitu untuk mendeskripsikan Pengalaman Ibu Pekerja Dalam Pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Pringapus Kabupaten Semarang.

Metode penelitian : Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Teknik sampling menggunakan *purposive sampling*. Ibu yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah ibu yang bekerja aktif di pabrik yang berada di lokasi wilayah kerja puskesmas pringapus kabupaten Semarang sebanyak 5 orang. Sumber data menggunakan 12 informan terdiri dari 5 informan utama dan 7 informan triangulasi. Teknik pengumpulan data dilakukan wawancara mendalam. Analisis data menggunakan analisis deskriptif kualitatif.

Hasil penelitian : Hasil wawancara dari semua informan sudah memberikan pernyataan. Dimana semuanya mempunyai pengetahuan yang sudah baik terkait dengan pemberian ASI eksklusif pada anak, namun sebagian besar informan menyatakan tetap memberikan susu formula. Pengalaman ibu dalam memompa ASI eksklusif sudah baik, namun persediaan ASI perah tidak dapat dilakukan maksimal akibat hambatan yang dihadapi yaitu ibu bekerja, ibu bekerja memiliki keterbatasan waktu yang menghambat pemberian ASI eksklusif dengan tidak dapat menyediakan ASI perah yang sedikit. Harapan ibu tetap besar untuk memberikan ASI eksklusif meski demikian ibu tetap menyediakan susu formula untuk memenuhi kekurangan ASI Perah.

Kesimpulan : semua informan sudah mempunyai pengetahuan yang baik terkait dengan ASI eksklusif, upaya meningkatkan produksi ASI, dukungan, hambatan kemudian harapan. Walaupun dari jawaban mereka masih ada yang kurang namun semua jawaban mereka tidak ada yang salah.

Saran : diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan informasi kepada masyarakat mengenai ASI eksklusif (tidak memberi bayi makanan atau minuman lain, termasuk air putih, selain menyusui, kecuali obat-obatan dan vitamin atau mineral tetes, dan ASI perah juga di perbolehkan).

Kata kunci : Pengalaman Ibu, ASI eksklusif, Pekerja Pabrik

Kepustakaan : 23 (2010-2020)

ABSTRACT

Background: Exclusive breastfeeding is breast milk given to babies aged 0-6 months. This breast milk contains immune substances that can protect babies from various infections, bacteria, viruses, parasites and fungi. However, not many breastfeeding mothers provide exclusive breastfeeding. One of the factors of the mother not giving exclusive breastfeeding is because the mother works. Working mothers, especially factory workers, have limited time constraints due to work schedules, shift systems at work, rest time, and physically working mothers will be tired after work, so there is no motivation to provide lots of breast milk stock. To describe the experience of working mothers in exclusive breastfeeding at the Pringapus Public Health Center, Semarang Regency.

Research method: This study uses qualitative research methods with a phenomenological approach. The sampling technique uses purposive sampling. Mothers who are the samples in this study are mothers who work active in the factory located in the work area of the Pringapus Community Health Center Semarang district as many as 5 people. The data source used 12 informants consists of 5 main informants and 7 triangulation informants. Collection technique the data were conducted in-depth interviews. Data analysis using analysis qualitative descriptive.

Research results: from all informants they have given statements. Where all have good knowledge related to exclusive breastfeeding for children.

Conclusion: all informants have good knowledge regarding exclusive breastfeeding. Where they have been able to explain or answer questions given by researchers about knowledge of exclusive breastfeeding, experiences of mothers and experiences of expressing breast milk, efforts to increase milk production, support, obstacles and then hopes. Even though some of their answers were missing, none of their answers were wrong.

Suggestion : It is hoped that it can provide knowledge and information to the public regarding exclusive breastfeeding (not giving babies other food or drinks, including plain water, apart from breastfeeding, except for drugs and vitamin or mineral drops, and expressing milk is also allowed)

Keywords: exclusive breastfeeding, exclusive breastfeeding knowledge, wokers mother

Keywords: exclusive breastfeeding, exclusive breastfeeding knowledge,

Bibliography: 23 (2010-2020)

PENDAHULUAN

Menyusui merupakan proses ilmiah memberikan air susu Ibu (ASI) kepada bayi dari secara optimal minimal enam bulan hingga dua tahun. Dalam Proses menyusui, ibu memberikan ASI yang merupakan makanan bayi yang baik sebagai sumber makronutrien, mikronutrien, dan juga komponen bioaktif diberikan sampai usia dua tahun. ASI adalah cairan putih yang dihasilkan dari kelenjar payudara ibu melalui proses menyusui. ASI diproduksi oleh kelenjar-kelenjar tersebut masuk kedalam penampungan ASI yang nantinya akan dikonsumsi bayi. (Kusumaningrum, ArinaMalia, S, and Hudiyawati 2016)

ASI mempunyai komposisi yang bermanfaat bagi bayi diantaranya memiliki kandungan nutrisi yang lengkap seperti Laktoferin berfungsi untuk membantu penyerap zat besi, mencegah infeksi bakteri, membentuk sel-sel darah dalam tulang sumsum dan secara umum meningkatkan pertahanan tubuh. Zat lain seperti *Lactobasillus bifidus* mengubah laktosa menjadi asam laktat dan asam asetat yang beerfugi untuk membantu memecah limbah tubuh, dan membantu penyerapan berbagai vitamin dan mineral. ASI. (Septiani, Budi, and Karbito 2017)

ASI Eksklusif merupakan ASI yang diberikan pada bayi usia 1-6 bulan, ASI ini mengandung zat kekebalan yang dapat melindungi bayi dari berbagai infeksi, bakteri, virus, parasite dan jamur. ASI eksklusif merupakan faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang anak. Proses menyusui ASI merupakan gerakan menghisap dan menelan dari mulut sang bayi langsung ke puting susu ibu, rata-rata 10-12 kali menyusu dalam sehari, Bayi yang sehat dapat mengosongkan payudara sekitar 5-7 menit (Astuti 2014).

Manfaat Menyusu ASI bagi bayi yaitu dapat mencegah berbagai penyakit seperti infeksi, asma, alergi, kanker dan risiko jantung serta penyakit metabolic lainnya. ASI juga dapat mengurangi risiko kematian pada bayi. ASI juga mengandung enzim tertentu yang berfungsi sebagai zat penyerap yang tidak akan mengganggu enzim lain di usus (Widiyastuti et al. 2019). ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein bermanfaat untuk daya tahan tubuh dan bermanfaat untuk mematikan kuman dalam jumlah tinggi sehingga pemberian (KEMENKES RI 2020)

Selain itu ASI juga dapat bermanfaat untuk ibu diantaranya sebagai kontrasepsi alami saat ibu menyusui dan sebelum menstruasi, selain itu juga dapat menjaga kesehatan ibu dengan mengurangi risiko terkena kanker payudara dan membantu ibu untuk menjalin ikatan batin

4 | Pengalaman Ibu Pekerja Pabrik Dalam Pemberian ASI Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Pringapus

kepada anaknya, manfaat secara ekonomi salah satunya mengurangi biaya pengeluaran keluarga. (Yusrina and Devy 2017)

Manfaat yang didapat ibu dan bayi ternyata tidak cukup untuk meningkatkan kenaikan angka keberhasilan menyusui secara eksklusif banyak faktor yang mempengaruhi kegagalan pemberian ASI Eksklusif antara lain salah satunya ibu bekerja. Padahal pemerintah telah membuat aturan berdasarkan UU No. 37 Tahun 2009 menyatakan bahwa setiap bayi berhak mendapatkan ASI Eksklusif sejak lahir hingga usia 6 bulan Memberikan ASI Eksklusif sama halnya memberikan makanan dan minuman bagi bayi berumur 0-6 bulan. Mulai dari 6 bulan bayi dapat diberikan MPASI untuk tetap diberi ASI hingga 2 Tahun. (Kemenkes 2013).

Laporan Data national tentang cakupan pemberian ASI Eksklusif pada Tahun 2019 sebesar 67,74%, angka tersebut melampaui data target Renstra Tahun 2019 sebesar 50% (Profil kesehatan Indonesia, 2019) Data presentase pemberian ASI Eksklusif di Provinsi Jawa Tengah Tahun 2019 pada bayi 0-6 bulan di Jawa Tengah pada tahun 2019% 66,0 persen, meningkat bila dibandingkan persentase pemberian ASI eksklusif tahun 2018 yaitu 65,6 % (Profil Kesehatan Jawa Tengah, 2019) Sedangkan di kabupaten semarang cakupan pemberian ASI eksklusif yaitu 55,4% (Profil Kesehatan Kabupaten Semarang, 2019). Data hasil Puskesmas Pringapus di Kabupaten semarang menyatakan jumlah bayi di wilayah tersebut berjumlah 369, namun yang diberikan ASI Eksklusif hanya 182 bayi atau sebanyak 46%.

Berdasarkan hasil data nasional terlihat bahwa para Ibu menyusui tidak banyak yang memberikan ASI Eksklusif. Faktor ibu tidak memberikan ASI Eksklusif salah satunya disebabkan ibu Bekerja. Ibu pekerja khususnya pekerja pabrik memiliki hambatan keterbatasan waktu disebabkan jadwal bekerja, sistem shift pada pekerjaan, waktu istirahat, serta secara fisik ibu bekerja akan lelah setelah bekerja sehingga tidak ada motivasi untuk menyediakan banyak stock ASI. Selain itu juga harus dapat membagi waktunya dan keluarga. (Susanti 2013).

Fenomena pengalaman saat ibu menyusui yang bekerja banyak yang meninggalkan bayinya dalam waktu tertentu sehingga target ASI Eksklusif menjadi gagal. Pengalaman dapat diperoleh ataupun dirasakan saat peristiwa baru saja terjadi maupun sudah lama berlangsung. Pengalaman yang terjadi dapat diberikan kepada siapa saja untuk digunakan dan menjadi pedoman serta pembelajaran manusia. (Notoatmojo, 2010) Pengalaman ibu menyusui antara lain saat memompa ASI ketika dirumah atau bekerja, pemerahan ASI dan juga cara menyimpan ASI ini akan menjadi pembelajaran bagi dunia kesehatan dan masyarakat.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan Rahmawanti (2014) dalam penelitiannya alasan ibu tidak memberikan ASI eksklusif adalah faktor pekerjaan ibu. Ibu bekerja memiliki waktu sedikit untuk bertemu banyinya, selain itu pekerja di industri tidak dapat ditinggalkan begitu saja, dengan jam istirahat yang terbatas serta jadwal yang pada sangat mempengaruhi ibu tidak memberikan ASI Eksklusif (Rahmawati 2014)

Berbeda dengan penelitian di atas, penelitian lain menyatakan bahwa ibu bekerja telah berhasil memberikan ASI Eksklusif. Hal ini dapat dilihat hasil penelitian tentang pengalaman ibu dalam memberikan ASI Eksklusif, sikap positif terhadap ASI Eksklusif, norma yang dipersepsikan dari lingkungan sosial, efikasi diri yang baik, menyusui, teknik ketrampilan manajemen laktasi, serta hambatan yang dialami ibu. Intensi untuk menyusui eksklusif sebetulnya sejak ibu hamil. Terdapat perbedaan antara ibu bekerja disektor pabrik dengan ibu yang bekerja di informal, namun ibu bekerja tetap menghadapi hambatan dan keterbatasan untuk terus memberikan ASI Eksklusif (Anggraeni, Nurdiati, and Padmawati 2016)

Namun tidak semua ibu bekerja dapat berusaha memberikan ASI Eksklusif, Padahal Pemerintah Indonesia telah membuat peraturan tentang kelonggaran bagi ibu bekerja yang sedang menyusui untuk memberikan ASI secara Eksklusif. Selain itu pemerintah mewajibkan industri memberikan fasilitas untuk ibu menyusui. Hak bayi mendapatkan ASI Eksklusif didukung oleh pemerintah dengan ditetapkannya UU NO 13. Yang Peraturan Menteri kesehatan RI (2013) Nomor 15 tentang tata carapenyediaan fasilitas khusus menyusui dan/ atau pemerah ASI. Pada Pasal 3 tertuang bahwa pengelola tempat kerja harus mendukung program ASI eksklusif melalui penyediaan khusus untuk menyusui dan pemerah ASI serta memberikan kesempatan pada ibu bekerja untuk memberikan ASI eksklusif atau pemerah ASI selama bekerja (Kemenkes 2013)

Studi pendahuluan yang dilakukan pada dua orang Ibu pekerja pabrik didapatkan kesimpulan bahwa kedua ibu menyusui tersebut tidak memberikan ASI Eksklusif di Wilayah Kecamatan Pringapus. Hasil wawancara menyatakan bahwa ibu partisipan pertama tidak memberikan ASI Eksklusif disebabkan ibu pekerja memiliki keterbatasan waktu, jam kerja yang lama, ibu pekerja juga tidak memiliki banyak waktu istirahat sehingga hal ini menghambat Ibu pekerja untuk melakukan *pumping* guna meneruskan pemberian ASI Eksklusif.

Sedangkan partisipan kedua, menyatakan telah memberikan ASI Eksklusif namun pada hari dimana dia bekerja, tidak cukupnya jam istirahat untuk melakukan *Pumping* sehingga ibu

bekerja memberikan makanan tambahan lainnya seperti susu formula, hal ini dapat disimpulkan meski telah diberikan ASI eksklusif namun ibu memberikan makanan selain ASI sehingga tidak dapat dikatakan ibu memberikan ASI eksklusif.

Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Pengalaman Ibu Pekerja Dalam Pemberian ASI Eksklusif. Secara kualitatif peneliti akan mengulas tentang pengalaman ibu pekerja dalam memberikan ASI Eksklusifnya”

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Pringapus dimulai pada bulan Desember 2020 sampai dengan selesai. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Teknik sampling menggunakan *purposive sampling*. Ibu yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah ibu yang bekerja aktif di pabrik yang berada di lokasi wilayah kerja puskesmas pringapus kabupaten semarang sebanyak 5 orang. Sumber data menggunakan 12 informan terdiri dari 5 informan utama dan 7 informan triangulasi. Teknik pengumpulan data dilakukan wawancara mendalam. Keabsahan penelitian, peneliti menggunakan teknik triangulasi data. Analisis data menggunakan analisis deskriptif kualitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran Pengetahuan

Hasil wawancara mendalam dengan semua informan utama dapat disimpulkan bahwa semua informan utama mengetahui tentang ASI eksklusif yang merupakan pemberian ASI saja pada bayi dengan usia 0-6 bulan, tanpa tambahan makanan apapun dan mempunyai banyak manfaat bagi bayi. Hasil ini sesuai dengan triangulasi kepada bidan bahwa ASI eksklusif merupakan pemberian makanan untuk bayi yang diberikan sampai 6 bulan tanpa makanan tambahan apapun dan mempunyai banyak kandungan vitamin dan mineral yang bermanfaat bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi.

Hasil penelitian ini menggambarkan pengetahuan ibu pekerja pabrik yang baik tentang ASI eksklusif namun sebagian besar responden tidak melakukan

pemberian ASI Eksklusif secara maksimal, dibuktikan dengan beberapa responden tetap memberikan formula saat ibu bekerja.

Hal ini terjadi karena beberapa faktor yaitu salah satunya pengalaman ibu. Pengalaman ibu memberikan dampak pada pemberian ASI eksklusif secara maksimal, pengalaman ini memberikan pengetahuan pada ibu tentang dampak ASI eksklusif terhadap bayi, selain itu responden juga mendapatkan dukungan keluarga dengan dibuktikan bahwa orang tua atau mertua selalu mengingatkan untuk terus memberikan ASI Eksklusif. Hal ini sesuai dengan penelitian Solama (2018) yang menyatakan bahwa umur, pengetahuan, dan dukungan keluarga mempengaruhi cara berpikir ibu dalam mengambil sikap memberikan ASI eksklusif.

Pengetahuan yang didapat ibu berdasarkan dari informasi keluarga, bidan dan pengalaman ibu memberikan ASI eksklusif telah cukup Baik, namun tidak memberikan ASI secara maksimal disebabkan bekerja, dengan waktu yang terbatas, meskipun fasilitas dan dukungan keluarga selalu ada namun ibu masih memiliki perilaku kurang terhadap pemberian ASI eksklusif, hal ini disebabkan karena pengalaman ibu sebelumnya yaitu tidak memberikan ASI eksklusif secara maksimal. Hal ini sejalan dengan penelitian Haryono dan Setianingsih (2014) bahwa pengalaman menyusui anak sebelumnya merupakan salah satu faktor seseorang memperoleh pengetahuan yang merupakan hasil stimulasi informasi yang berasal dari pengalaman hidup.

Pengetahuan yang baik akan mempengaruhi segala sikap seseorang. Pengetahuan ibu yang baik terkait dengan ASI eksklusif khususnya pengertiannya sendiri ataupun manfaat dan kandungan dari ASI itu sendiri ibu sudah memahaminya. Dengan begitu ibu akan berusaha memberikan yang terbaik bagi anaknya, melihat karna kandungan dan manfaat ASI sangat besar bagi anak. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rachmaniah (2014) bahwa semakin baik pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif maka semakin baik pula sikap dan perilaku ibu dalam memberikan ASI Eksklusif (Rachmaniah 2007)

2. Gambaran Pengalaman ibu memberikan ASI dan Ibu memerah ASI

Hasil wawancara mendalam dengan semua informan utama, bahwa memberikan ASI eksklusif pada bayi nya secara langsung ketika dirumah maupun ASI perah yang dilakukan saat bekerja. Hal ini sesuai dengan hasil triangulasi pada keluarga dan bidan yang menyatakan bahwa ibu bisa tetap memberikan ASI eksklusif secara langsung ataupun dengan alat setelah ASI diperah namun juga tetap memberikan formula apabila persediaan ASI habis.

Dari hasil wawancara mendalam dengan semua informan utama, keluarga dan bidan dapat disimpulkan bahwa cara memompa ASI dengan benar menurut semua informan dapat disimpulkan yaitu dengan cuci tangan terlebih dahulu, membersihkan payudara dengan air hangat kemudian pompa menggunakan pompa elektrik. Setelah terpompa ASI langsung ditaruh di botol kaca kemudian dimasukkan difreezer atau termos. Memerah ASI dilakukan di pojok ASI pabrik. Pojok ASI disana ada 2 ruangan.

Sejalan dengan penelitian Susanti (2016) dalam penelitiannya hasil wawancara menyatakan ibu yang mempunyai beban kerja ganda dan memberikan ASI Eksklusif didapatkan memiliki pemahaman mengenai ASI eksklusif, didapatkan dukungan dalam pemberian ASI eksklusif dan juga mengalami hambatan saat memberikan ASI eksklusif (Susanti 2013).

Hasil penelitian dari informan menyatakan sebagian besar memiliki semangat tinggi dalam memberikan ASI, responden merasa senang dan bangga karena mampu menyusui anaknya sendiri. Hal ini sejalan dengan penelitian Abdullah (2004) bahwa menyusui anak merupakan tugas biologis seorang ibu dengan perasaan senang dan bangga dapat menjadikan ibu sangat memiliki peran penting dalam merawat anaknya.

3. Upaya untuk meningkatkan produksi ASI

Usaha yang dilakukan ibu dalam memperbanyak produksi ASI adalah makan sayur, sering disusukan anaknya tidak hanya saat menangis (tenang pikirannya, makan tidak perlu ada pantangan, minum yang banyak, makan tidak milih-milih, tidak stress dan minum susu ibu menyusui (Septiana, 2018).

Hasil wawancara dalam penelitian ini sudah sesuai dengan penelitian bahwa Ibu selalu mengupayakan agar ASI meningkat dengan cara memperbanyak makan sayur, menenangkan diri, tidak perlu ada pantangan dalam mengkonsumsi makanan, mengelola stress dan selalu minum susu ibu menyusui (Ulfatul Latifah, 2018).

Dalam penelitian milik Nova (2020) menunjukkan bahwa upaya peningkatan pemberian ASI paling banyak dengan cara melakukan teknik menyusui yang benar dan mengkonsumsi makanan pelancar ASI secara terus menerus.(Nova, Juwita, and Ade 2020).

Tehnik menyusui yang benar Departemen Kesehatan RI (2009) menyatakan langkah-langkah teknik menyusui yang benar yaitu ibu mencuci tangan sebelum menyusui bayinya, Ibu duduk dengan santai dan nyaman, posisi punggung bersandar tegak sejajar punggung kursi, kaki diberi alas sehingga tidak menggantung. Mengeluarkan sedikit ASI dan mengoles pada puting susu dan aerola sekitarnya (desinfektan dan menjaga kelembapan puting susu). Ibu memegang bayi dengan satu lengan, kemudian kepala diletakkan pada lengkung siku ibu dan bokong bayi terletak di lengan. Ibu menempelkan perut bayi pada perut ibu dengan meletakkan satu tangan bayi dibelakang ibu dan satunya didepan, kepala menghadap kepayudara ibu. Ibu memposisikan bayi dengan telinga dan lengan pada garis lurus. Ibu memegang payudara dengan ibu jari diatas dan jari lain menipang dibawah sambil menekan puting. Setelah bayi mulai menghisap, payudara tidak perlu dipegang atau disangga lagi. Ibu dapat menyusui sambil menatap bayi.(Subekti 2019)

Hasil penelitian milik Yusrina dan Devi (2017) mengungkapkan ASI akan memberikan banyak manfaat untuk bayi seperti memiliki pertumbuhan yang optimal, melindungi bayi dari berbagai penyakit, meningkatkan kecerdasan dll, pemberian ASI ini juga bermanfaat bagi ibu antara lain sebagai kontrasepsi alami, menjaga kesehatan ibu secara fisik dan psikologis, mengurangi resiko kanker payudara dan juga membantu ibu untuk menjalin kasih sayang (Yusrina and Devy 2017).

Dari teori diatas dapat disinkronisasikan dari hasil penelitian ini, bahwa secara kesimpulan ibu sudah tahu bagaimana cara meningkatkan produksi ASI, dimana dari ke lima informan utama menegaskan bahwa untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan makan-makanan yang bergizi, tidak banyak pikiran dan minum yang banyak dan juga menggunakan teknik menyusui yang benar.

4. Hambatan

Ada beberapa faktor yang menghambat ibu dalam memberikan ASI eksklusif salah satunya adalah ibu bekerja. Dari hasil wawancara mendalam dengan semua informan utama, hambatan yang sering terjadi pada ibu untuk menyediakan ASI perah adalah waktu yang sedikit untuk memompa ASI lebih banyak. Apabila Ibu pulang bekerja, ibu langsung memberikan ASI kepada anak begitu juga saat anak tidur juga diberikan ASI. Hal ini menjadi hambatan untuk ibu melakukan pemerahan ASI eksklusif lebih banyak. Ibu juga merasakan rasa lelah ketika pulang bekerja sehingga motivasi ibu untuk melakukan pemerahan juga tidak maksimal.

Hambatan saat bekerja yaitu waktu istirahat yang sama dengan pekerja lainnya yaitu 1 jam. Hal ini menjadi hambatan untuk menghasilkan ASI Perah yang lebih banyak, kemudian dari keluarga mendukung ibu untuk menyediakan susu formula saat bekerja, sehingga ASI Eksklusif yang full tidak sampai 6 bulan. Dalam penelitian Kurniawan (2013) terdapat hubungan yang signifikan antara pekerjaan ibu dengan pemberian ASI Eksklusif yaitu ibu bekerja presentasi pemberian ASI lebih kecil dibandingkan tidak bekerja

5. Dukungan

Dari hasil wawancara mendalam dengan semua informan utama dan keluarga untuk saat ini keluarga sangat memebrikan dukungan kepada ibu menyusui. Walaupun semua anak ditipkan ke nenek atau pengasuh, anak masih bisa mengkonsumsi ASI dari ibu dan malah ada beberapa informan ibu menyusui selalu diberikan perhatian lebih dari suaminya dari yang memberikan makanan yang enak dan membantu kegiatan rumah tangga. Didapatkan pula bahwa keluarga mendukung pemberian formula kepada bayi sebab ibu bayi bekerja, dan ketika ASI Perah habis solusi yang diberikan yaitu dengan susu formula.

Hal ini sesuai dengan penelitian penelitian Dewi dan Santy (2018) yang menyatakan bahwa pemberian ASI eksklusif oleh ibu pekerja di dukung oleh motivasi ibu dukungan keluarga dan dukungan ditempat kerja Bentuk dukungan yang didapat dari suami atau keluarga kepada ibu selama pemberian ASI eksklusif. Seperti bekerja sama dalam pekerjaan rumah serta mengasuh anak. Hal ini akan membantu ibu pekerja secara fisik dan psikologis dalam kelancaran memberikan ASI eksklusif.

Sesuai dengan penelitian dari Meyliya (2018) bahwa Ibu menyusui mendapatkan dukungan secara langsung dari suami. Informasi dari informan didapatkan bahwa suami membantu pekerjaan rumah agar ibu dapat beristiraha sehingga ibu tidak terlalu capek , hal ini menggambarkan dukungan dari suami .

Kesimpulannya adalah bahwa dukungan itu sangat penting bagi ibu menyusui, dukungan suami, orangtua dan semua keluarga dapat memberikan energi positif bagi ibu menyusui, dimana mereka akan semakin banyak termotifasi dari semua keluarga dan simpulannya ibu akan memberikan ASI yang terbaik buat anaknya selama 6 bulan secara baik dan benar.

Sejalan juga dengan penelitian dari Qudriani dkk (2018) menyatakan secara langsung apabila suami pulang kerja kemudian membantu pekerjaan supaya ibu dapat beristirahat sementara agar ibu dapat mendapatkan kesehatan maksimal dalam merawat anak (Qudriani, Latifah, and Hidayah 2018).

Dapat disimpulkan bahwa dukungan sangat penting bagi ibu pekerja pabrik yang memberikan ASI eksklusif. Karena dapat memberikan energi positif bagi ibu, dimana ibu semakin termotivasi akan memberikan ASI yang terbaik buat anaknya selama 6 bulan full secara baik dan benar.

6. Harapan Ibu untuk konsisten memberikan ASI Eksklusif

Harapan informan ibu salah satunya adalah konsisten memberikan ASI Eksklusif hingga 6 bulan pemberian ASI saja pada anak dengan usia 0-6 bulan, tanpa tambahan makanan apapun, ntah itu tambahan air putih saja atau bubur anak maupun buah halus, dan itu harus konsisten selama 6 bulan penuh, sebelum akhirnya anak diberikan makanan pendamping ASI anak masih diberikan ASI sampai 2 Tahun. Agar manfaat ASI untuk ibu untuk meningkatkan hormon oksitosin kemudian banyak vitamin dan zat aktif untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak dapat terus bermanfaat bagi anak dan ibu.

Harapan informan tercapai apabila pengalaman ibu dalam mengamankan ASI dan pemerah ASI sesuai dengan teknik yang benar. Namun sebagian besar responden masih menggunakan susu formula untuk memenuhi kebutuhan ASI yang kurang. Harapan ibu untuk memberikan ASI Eksklusif memang tinggi namun tetap diiringi penggunaan susu formula.

Upaya ibu untuk meningkatkan produksi ASI dengan cara melakukan teknik menyusui yang benar. Harapan lainnya yaitu ibu mendapatkan dukungan suami dengan cara membantu pekerjaan rumah dan membantu mengasuh anak agar ibu bisa beristirahat. Harapan lain ibu yang memiliki Pengalaman menyusui akan mendapatkan semangat yang tinggi, merasa senang dan bangga karena mampu menyusui anaknya sendiri.

Sejalan dengan hasil wawancara semua informan utama harapannya semoga ibu menyusui berhasil dalam program ASI eksklusif. Penelitiannya menyebutkan ibu menyusui yang diberikan konseling dari mulai antenatal hingga postnatal dapat menjadi faktor keberhasilan ASI Eksklusif. Harapan dari pemerintah apabila dapat memberikan ASI Eksklusif dan berhasil dalam program

menyusui ini tentu anak akan mencapai pertumbuhan perkemabangan dan kesehatan optimal (Intan, 2016).

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka dapat peneliti simpulkan :

1. Pengetahuan ibu terkait dengan pengertian dan manfaat ASI eksklusif sudah baik dimana mereka menyebutkan bahwa ASI eksklusif adalah ASI yang diberikan bayi selama 6 bulan full tanpa tambahan makanan pendamping, dan manfaatnya adalah tumbuh kembang bayi akan baik serta ASI dapat menjadikan zat gizi bayi untuk memelihara kekebalan tubuh. Namun sebagian besar responden masih memberikan Susu formula disebabkan ASI Perah yang terbatas.
2. Pengalaman ibu memberikan ASI dan pemerahan ASI pada penelitian ini sudah baik, dimana ibu sudah tahu bagaimana cara dan teknik pemerahan ASI dengan baik dan benar dan ibu sudah tahu bagaimana cara menjemen waktu dengan baik agar ASI dapat dikonsumsi oleh bayi tepat pada waktunya walaupun ibu sedang bekerja, namun ibu tetap memberikan cadangan susu formula untuk mengantisipasi kehabisan ASI Perah.
3. Upaya ibu meningkatkan produksi ASI dengan cara makan-makanan yang bergizi dan banyak, minum, tidak banyak pikiran dan tidur cukup.
4. Hambatan bagi semua ibu dalam memberikan ASI eksklusif pada bayinya mayoritas sama yaitu faktor ibu bekerja, meskipun karena tempat kerja sudah tersedia pojok ASI dan dirumah sudah ada pengasuh bayi, atau biasanya sama nenek, namun ibu tidak maksimal melakukan pemerahan ASI karena keterbatasan waktu dan juga karena ibu langsung menyusui saat pulang bekerja, sehingga ASI perah menjadi berkurang dan terbatas untuk diperah.
5. Semua pekerja pabrik mendapatkan dukungan dalam memberikan ASI Eksklusif bentuk dukungna berupa keluarga dan tenaga kesehatan dalam pemberian ASI.

6. Harapan ibu pekerja dapat kembali memberikan ASI Eksklusif pada anak berikutnya atau apabila diberikan kesempatan kembali memiliki anak agar diberikan secara maksimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Puskesmas Pringapus dan para responden penelitian yang sudah memberikan izin dan ikut serta dalam proses penelitian ini sampai selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, Intan Agustina, Detty Siti Nurdiati, and Retna Siwi Padmawati. 2016. "Keberhasilan Ibu Bekerja Memberikan ASI Eksklusif." *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)* 3 (2): 69. [https://doi.org/10.21927/ijnd.2015.3\(2\).69-76](https://doi.org/10.21927/ijnd.2015.3(2).69-76).
- Astuti, Reni Yuli. 2014. *Payudara Dan Laktasi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kemendes, Republik Indonesia. 2013. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 82 Tahun 2013 Tentang Sistem Informasi Manajemen Rumah Sakit, issued 2013.
- KEMENKES RI. 2020. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Vol. 42.
- Kusumaningrum, Tiyas, K ArinaMalia, S, and D Hudiyawati. 2016. "Gambaran Faktor-Faktor Ibu Yang Tidak Memberikan ASI Eksklusif Di Desa Cepokosawit Kabupaten Boyolali." (*Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta*)., 5–83.
- Nova, Yulita, Sellia Juwita, and Febriani Ade. 2020. "Perilaku Ibu Nifas Dalam Meningkatkan Produksi ASI." *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan* 7 (1): 53–61. <https://doi.org/10.35316/oksitosin.v7i1.619>.
- Qudriani, Meyliya, Ulfatul Latifah, and Seventina Nurul Hidayah. 2018. "Pengalaman Menyusui Secara Eksklusif Pada Ibu Primipara." *Jurnal*

Kebidanan Indonesia 2 (2): 92–96.

Rachmaniah, Nova. 2007. “Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang ASI Dengan Tindakan ASI Eksklusif.” *Fakultas Kedokteran*. Vol. 13. surakarta. <https://doi.org/10.3748/wjg.v13.i15.2209>.

Rahmawati, Rita. 2014. “Gambaran Pemberian MP-ASI Pada Bayi Usia Kurang Dari 6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Pesanggrahan Jakarta Selatan Tahun 2014.” *Skripsi. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*.

Septiani, Hanulan, Artha Budi, and Karbito. 2017. “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian ASI Eksklusif Oleh Ibu Menyusui Yang Bekerja Sebagai Tenaga Kesehatan.” *Jurnal Ilmu Kesehatan* 2 (2): 159–74.

Subekti, Ratih. 2019. “Teknik Menyusui Yang Benar Di Desa Wanaraja, Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara.” *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ* 6 (1): 45–49. <https://doi.org/10.32699/ppkm.v6i1.550>.

Susanti, Ni Luh Ayu Sudi. 2013. “Pengalaman Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Yang Mempunyai Beban Kerja Ganda (Double Burden) Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Utara.” *Journal of Chemical Information and Modeling* 53 (9): 1689–99.

Widiyastuti, Neng Ratih, Yayat Suryati, Nunung Nurjanah, and Suryani. 2019. “Phenomenology Study: Experience of Mother Working Giving Exclusive Breastfeeding for Babies At Waena Puskesmas Jayapura City” 3 (1): 168–79.

Yusrina, Arifa, and Shrimarti Rukmini Devy. 2017. “Faktor Yang Mempengaruhi Niat Ibu Memberikan Asi Eksklusif Di Kelurahan Magersari, Sidoarjo.” *Jurnal PROMKES* 4 (1): 11. <https://doi.org/10.20473/jpk.v4.i1.2016.11-21>.

