ISSN 2407-7232

JURNAL PENELITIAN KEPERAWATAN

Volume 4, No. 1, Januari 2018

Nilai *Ankle Brachial Index* pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Sesudah Melakukan *Buerger Allen Exercise* di Puskesmas Wilayah Kecamatan Nganjuk

Pengaruh Pelatihan *quality And Safety Education For Nurses* (*Qsen*) Terhadap Kompetensi *patient Centered Carepreceptor* di RSUD Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten

Pengaruh *Practice Based Simulation Model* Terhadap *Critical Thinking* di *Nursing Skill Laboratory* FIK Unissula Semarang

Tingkat Kenyamanan Pasien Akut Miokard Infark dengan Rehabilitasi Jantung Fase 1 di IPI Rumah Sakit Baptis Kediri

Hubungan Pengetahuan Penderita DM Tipe 2 Tentang Komplikasi Diabetes Jangka Panjang (Kronis) Terhadap Motivasi Self Care

Stigma Sosial Sebagai Indikator Penilaian Harga Diri pada Pasien Kusta di RS. Kusta Kediri

Pendidikan Kesehatan Meningkatkan Pengetahuan, Sikap dan Ketrampilan Kader dalam Tatalaksana Anak Sakit ISPA

Penerimaan Diri Pasien Kusta di RS. Kusta Kediri

Kondisi Psikologis dan Fisik dalam Pemberian ASI Ekslusif pada Ibu Bekerja di STIKES RS. Baptis Kediri

Cognitive Therapy dengan Pendekatan S*ymptom Management Theory di Intensive Care Unit* RS. Baptis Kediri

Diterbitkan oleh
STIKES RS. BAPTIS KEDIRI

Jurnal Penelitian Keperawatan	Vol.4	No.1	Hal 1-93	Kediri Januari 2018	2407-7232

2407-7232

JURNAL PENELITIAN KEPERAWATAN

Volume 4, No. 1, Januari 2018

Penanggung Jawab
Aries Wahyuningsih, S.Kep., Ns., M.Kes

Ketua Penyunting
Srinalesti Mahanani, S.Kep., Ns., M.Kep

Sekretaris
Desi Natalia Trijayanti Idris, S.Kep., Ns., M.Kep

Bedahara
Dewi Ika Sari H.P., SST., M.Kes

Penyunting Pelaksana
Aries Wahyuningsih, S.Kep., Ns., M.Kes
Tri Sulistyarini, A.Per Pen., M.Kes
Dewi Ika Sari H.P., SST., M.Kes
Erlin Kurnia, S.Kep., Ns., M.Kes
Dian Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep
Maria Anita Yusiana, S.Kep., Ns., M.Kes

Sirkulasi
Heru Suwardianto, S.Kep., Ns M.Kep

Diterbitkan Oleh :
STIKES RS. Baptis Kediri
Jl. Mayjend Panjaitan No. 3B Kediri
Email :stikesbaptisjurnal@ymail.com
Link:

2407-7232

JURNAL PENELITIAN KEPERAWATAN

Volume 4, No. 1, Januari 2018

DAFTAR ISI

Nilai *Ankle Brachial Index* pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Sesudah Melakukan *Buerger Allen Exercise* di Puskesmas Wilayah Kecamatan Nganjuk 1-6
Supriyadi | Nurul Makiyah | Novita Kurnia Sari

Pengaruh Pelatihan *quality And Safety Education For Nurses* (*Qsen*) Terhadap Kompetensi *patient Centered Carepreceptor* di RSUD Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten 7-16
Yeni Rusyani | Suryanto | Moh. Afandi

Pengaruh *Practice Based Simulation Model* Terhadap *Critical Thinking* di *Nursing Skill Laboratory* FIK Unissula Semarang 17-25
Retno Issroviatiningrum | Shanti Wardaningsih | Novita Kurnia Sari

Tingkat Kenyamanan Pasien Akut Miokard Infark dengan Rehabilitasi Jantung Fase 1 di IPI Rumah Sakit Baptis Kediri 26-37
Desi Natalia Trijayanti Idris | Arlina Dewi | Novita Kurnia Sari

Hubungan Pengetahuan Penderita DM Tipe 2 Tentang Komplikasi Diabetes Jangka Panjang (Kronis) Terhadap Motivasi Self Care 38-43
Engkartini | Lailatul Koningah | Sodikin

Stigma Sosial Sebagai Indikator Penilaian Harga Diri pada Pasien Kusta di RS. Kusta Kediri 44-51
Dyah Ayu Kartika Wulan Sari | Setyawati Soewondo | Lilik Supriati

Pendidikan Kesehatan Meningkatkan Pengetahuan, Sikap dan Ketrampilan Kader dalam Tatalaksana Anak Sakit ISPA 52-60
Aries Wahyuningsih | Kili Astarani

Penerimaan Diri Pasien Kusta di RS. Kusta Kediri 61-66
Maria Anita Yusiana | Dyah Ayu Kartika Wulan Sari

Kondisi Psikologis dan Fisik dalam Pemberian ASI Ekslusif pada Ibu Bekerja di STIKES RS. Baptis Kediri 67-76
Rimawati | Byba Melda | Nurwijayanti

Cognitive Therapy dengan Pendekatan Symptom Management Theory di Intensive Care Unit RS. Baptis Kediri 77-88
Heru Suwardianto

KONDISI PSIKOLOGIS DAN FISIK DALAM PEMBERIAN ASI EKSLUSIF PADA IBU BEKERJA DI STIKES RS. BAPTIS KEDIRI

PSYCHOLOGICAL AND PHYSICAL CONDITION IN EXCLUSIVE BREAST MILK ON WOMEN WORKING AT STIKES BAPTIST HOSPITAL KEDIRI

Rimawati*, Byba Melda, Nurwijayanti****
*Mahasiswa Program Pascasarjana STIKes Surya Mitra Husada Kediri
**Dosen Program Studi Pendidikan Magister Kesehatan STIKes Surya Mitra Husada Kediri
Email: rima_simid@yahoo.com

ABSTRAK

Air Susu Ibu yang selanjutnya disebut ASI merupakan suatu makanan ideal yang sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi karena komposisi didalamnya sesuai dengan usia bayi seperti lemak, karbohidrat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran kondisi psikologi dan fisik dalam pemberian ASI ekslusif pada ibu bekerja di STIKES RS. Baptis Kediri. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif. Populasi adalah ibu bekerja yang pernah menyusui anaknya. Sampel dari penelitian ini pada penelitian kualitatif disebut dengan sumber, partisipan dan informan. Partisipan dalam penelitian ini adalah ibu bekerja yang pernah menyusui di STIKES RS Baptis Kediri. Hasil penelitian mengambarkan bahwa kondisi psikologis yang tidak baik dapat mempengaruhi kualitas ASI pada Ibu menyusui dan kondisi fisik bahwa adanya rasa tidak nyaman saat ada bendungan ASI di payudaranya. Kesimpulan dalam penelitian ini menjelaskan bahwa kondisi psikologis dan kondisi fisik sangat mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI kepada bayinya.

Kata kunci: Psikologis, Fisik, ASI Ekslusif, Ibu Bekerja

ABSTRACT

Mother's Breast Milk, hereinafter called ASI, is an ideal food that is very important for growth and development of baby because the composition in it according to age of baby like fat, carbohydrate. The purpose of this study was to know the description of psychological and physical conditions in exclusive breast milk on working mothers at STIKES Baptist Hospital Kediri. The design used in this research was qualitative. The population was a working mother who has breastfed her child. The sample of this research on qualitative research was called by source, participant and informant. Participants in this study were working mothers who had breastfed at STIKES Baptist Hospital Kediri. The results of the study described that poor psychological conditions could affect the quality of breast milk in breastfeeding mothers and the physical condition that there was discomfort when there was a breast milk dam in her breast. The conclusion in this study showed that the psychological condition and physical condition greatly affect the success of giving breast milk to her baby.

Keywords: *Psychological, Physical, Exclusive ASI, Working Mother*

Pendahuluan

Air Susu Ibu yang selanjutnya disebut ASI merupakan cairan kehidupan terbaik yang sangat dibutuhkan olrh bayi. ASI mengaandung berbagai zat yang penting untuk tumbuh kembanga bayi dan sesuai dengan kebutuhannya (Dewi dan Sunarsih, 2013). Jumlah komposisi tersebut sangat sesuai dengan kebutuhan bayi dimana tidak lebih tinggi dan tidak lebih rendah misalnya kadar kolesterol. Kolesterol berfungsi untuk merangsang pembentukan enzim protektif yang membuat metabolisme kolesterol menjadi efektif pada usia dewasa, selain itu ASI juga menggandung asam lemak esensial, Omega 6 dan Omega 3 yang berfungsi penting dalam pertumbuhan otak, sedangkan kandungan garam dan mineral sangat rendah yang diperlukan oleh bayi baru lahir karena ginjal belum dapat mengonsentrasikan air kemih dengan baik (Astutik, 2014).

Manfaat ASI adalah untuk proses pertumbuhan dan perkembangan anak sangatlah banyak karena ASI mempunyai komposisi yang sesuai dengan kebutuhan bayi, ASI juga mengandung zat antibodi yang sangat berguna untuk melindungi bayi terhadap suatu penyakit, menurut WHO (2000) yang dikutip oleh Astutik (2014) bahwa bayi yang diberikan susu selain ASI risiko 17 kali lebih tinggi untuk terjadi diare dan 3-4 lebih besar kemungkinan terkena ISPA dibandingkan bayi dengan ASI. Pemberian ASI dapat menurunkan resiko kematian bayi. Penelitian yang dilakukan oleh Nurmiati dan Besral (2008) tentang pengaruh durasi pemberian ASI terhadap ketahanan hidup bayi di Indonesia didapatkan hasil bahwa bayi yang disusui dengan durasi 6 bulan atau lebih memiliki ketahan hidup 33 kali lebih baik daripada bayi yang disusui kurang dari 4 bulan, hal ini juga diungkapkan oleh Stoppard (2006) Bayi yang diberi ASI lebih tahan terhadap penyakit terhadap penyakit daripada bayi yang mendapat susu botol karena ASI juga bersifat antibakteri karena kandungan zat didalamnya dapat membunuh kuman. Melihat banyaknya manfaat ASI yang baik untuk memenuhi kebutuhan bayi maka menyusui adalah salah satu cara yang dapat dilakukan oleh Ibu untuk memberikan makanan yang ideal bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi, namun tidak semua Ibu mampu menyusui secara baik yang disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah pekerjaan, budaya, serta produksi ASI tidak mencukupi (Astutik, 2014).

Angka pemberian ASI di Amerika Serikat telah meningkat secara stabil selama dekade terakhir, angka untuk inisiasi menyusui pada tahun 2006 mencapai 77% (Lowdermilk, Perry and Cashion, 2013). Badan Pusat Statistik Indonesia yang selanjutnya disingkat BPS pada tahun 2013 mencatat wanita produktif sejumlah 114 juta jiwa, dari data tersebut tercatat 43,3 juta jiwa wanita pekerja. Data BPS menyebutkan cakupan ibu dalam pemberian ASI Ekslusif pada bayi 0-6 bulan sebesar 54,3 %. Data di Kota Kediri Ibu yang memberikan ASI Ekslusif selama 6 bulan sebanyak 56% (Dinkes Kota Kediri, 2016). Dari data studi pendahuluan yang dilakukan pada karyawati STIKES RS Baptis Kediri yang sudah menikah dan mempunyai pengalaman dalam memberikan ASI dari 16 ada 10 ibu tenaga pendidikan kesehatan menyusui antara 2 sampai dengan 3 bulan, 3 ibu tenaga pendidik dan 3 ibu karyawan TU yang pengalaman memberikan ASI Ekslusif. Pemberian ASI Ekslusif pada bayi oleh Ibu Bekerja mendapatkan masalah yaitu dalam menyediakan waktu untuk memompa dan belum adanya tempat khusus untuk menyusui.

Menyusui merupakan suatu proses alami dan merupakan salah satu tugas dalam perawatan kesehatan anak, namun pada kenyataannya tidak semua ibu dapat melaksanakan tugas tersebut dengan baik, tidak berhasil menyusui atau menghentikan menyusui lebih dini (Rejeki, 2008). Menyusui tidak selamanya dapat berjalan dengan mudah misalnya pada ibu bekerja seringkali dijadikan alasan untuk tidak bisa

memberikan ASI secara Ekslusif sehingga harus diganti dengan susu formula (Astutik, 2014).

Kementerian Kesehatan Republik Inonesia (2015) menyebutkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi rendahnya pemberian ASI Ekslusif di Indonesia adalah belum semua tempat kerja menyediakan ruang ASI. Ibu bekerja tidak memiliki waktu yang cukup dalam menyusui anaknya, keadaan tersebut membuat minimnya kesempatan ibu untuk memerah ASI di tempat kerja, serta kurangnya pengetahuan ibu bekerja tentang manajemen laktasi. Alasan Ibu untuk tidak menyusui secara ekslusif sangat bervariasi diantaranya adalah ASI tidak cukup, ibu bekerja dengan cuti 3 bulan, takut ditinggal suami, takut gemuk dan masih banyak alasan lagi. Menurut Astutik (2014) faktor – faktor yang mempengaruhi keberhasilan ASI Ekslusif adalah faktor sosial budaya, meniru teman, faktor psikologis, faktor fisik ibu, faktor bayi, faktor tenaga kesehatan dan meningkatnya promosi susu kaleng. Keberhasilan dalam pemberian ASI Ekslusif juga dipengaruhi oleh dukungan suami seperti yang dikatakan oleh Ramadani dan Hadi (2010) selain itu juga dipengaruhi dari kemauan ibu untuk menyediakan waktu untuk memerah susu (Susanti, 2011). ASI Ekslusif menurut WHO adalah pemberian ASI saja tanpa tambahan cairan lain baik susu formula, air putih, air jeruk, atau makanan tambahan lain sebelum mencapai usia enam bulan, harus disadari oleh setiap Ibu bahwa ASI adalah hak anak, hal ini sesuai dengan Undang-undang Republik Indonesia No 36 Tahun 2009 pasal 128 ayat 1 menyebutkan bahwa bayu berhak mendapatkan ASI selama 6 bulan kecuali ada indikasi medis. Sesuai dengan undang-undang dapat disimpulkan bahwa dalam keadaan bekerja atau tidak bekerja seorang Ibu wajib memberikan ASI kepada bayinya selama 6 bulan tanpa alasan apapun kecuali alasan medis.

Melihat banyaknya manfaat pemberian ASI Ekslusif yang baik untuk memenuhi kebutuhan bayi maka menyusui adalah salah satu cara yang dapat dilakukan oleh Ibu untuk memberikan makanan yang ideal bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi, namun tidak semua Ibu mampu menyusui secara baik (Astutik, 2014). Sesuai dengan latar belakang yang telah diuraikan tujuan penelitian untuk mengetahui Gambaran kondisi psikologi dan fisik dalam pemberian ASI ekslusif pada ibu bekerja di STIKES RS. Baptis Kediri.

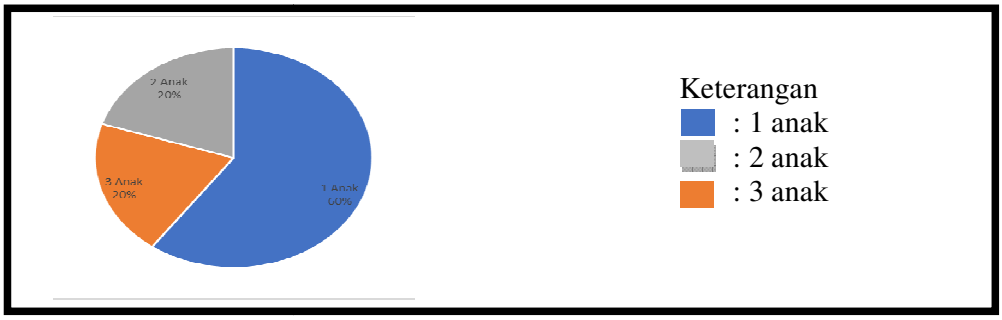
Metodologi Penelitian

Desain dalam penelitian ini adalah kualitatif. Populasi adalah ibu bekerja yang pernah menyusui anaknya. Sampel dari penelitian ini pada penelitian kualitatif disebut dengan sumber, partisipan dan informan. Partisipan dalam penelitian ini adalah ibu bekerja yang pernah menyusui di STIKES RS Baptis Kediri. Penelitian ini dlaksanakan pada tahun 2017. Instrumen penelitian ini adalah menggunakan draft untuk melakukan wawancara mendalam *Indepth Interview*. Uji validitas dan realibiltas pada penelitian kualitatif adalah dengan menggunakan keabsahan data menurut Cresswell (2014) yang terdiri dari *credibility, transferability, dependability* dan *confirmability* untuk mengkonfirmasi kebenaran penelitian.

Dalam proses ini peneliti membuat panduan melakukan *Indepth Interview*, dalam proses pengambilan data peneliti dan tim menggunakan *recorder* untuk merekam semua proses diskusi dan membuat catatan. Hasil diskusi dimasukkan dalam format transkrip diskusi. Peneliti merencanakan waktu untuk *Indepth Interview* pada masing-masing kelompok antara 60-90 menit, hasil *Indepth Interview* akan dianalisis. Tehnik analisa data pada penelitian kualitatif menurut Bogdan dalam Sugiyono (2015) adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain, sehingga dapat mudah dipahami, dan

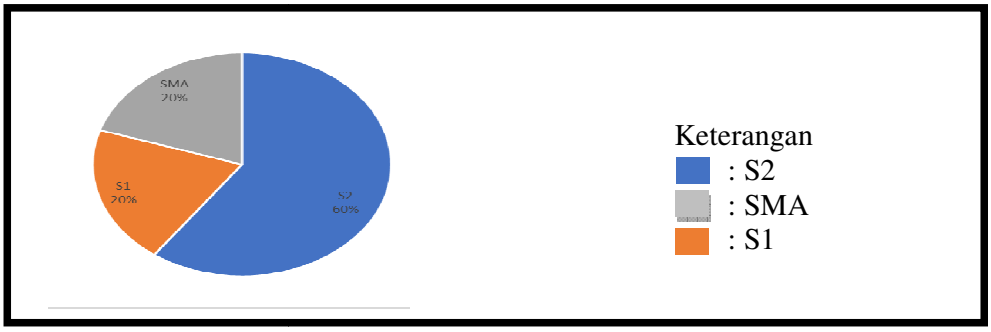
temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain. Menurut Dey (1993) dalam Savitri (2007) prosedur analisa data kualitatif yang dapat dilakukan oleh peneliti pemula adalah dengan *describing* atau menjelaskan, pemaknaan, kategorisasi, pengolahan, *constant comparative method* dan *connecting categories*.

Hasil Penelitian



Gambar 1. Diagram Pie Karakteristik Informan berdasarkan Jumlah Anak

Berdasarkan gambar 1 didapatkan bahwa > 50 % informan yang dilakukan *Indepth Interview* memiliki 1 anak yaitu sebanyak 3 responden (60%).



Gambar 2. Diagram Pie Karakteristik Informan berdasarkan Pendidikan

Berdasarkan gambar 1 didapatkan bahwa > 50 informan yang dilakukan *Indepth Interview* memiliki pendidikan S2 yaitu sebanyak 3 responden (60%).

Gambar 3. Diagram Pie Karakteristik Informan berdasarkan Pekerjaan

Berdasarkan gambar 3 didapatkan bahwa >50% informan memiliki pekerjaan sebagai dosen yaitu sebanyak 3 responden (60%) dan pekerjaan sebagai staf administrasi sebanyak 2 responden (40%).

Karakteristik Informan

Informan dalam penelitian ini adalah Dosen dan karyawan yang memberikan ASI Esklusif, sudah menikahyang bekerja di STIKES Baptis Kediri sesuai dengan kriteria inklusi dan Eklusi. Penelitian yang dilakukan dengan tehnik *purposive sampling* didapatkan 5 informan.

Uraian singkat mengenai 5 informan adalah sebagai berikut:

a. Informan 1 berusia 30 tahun, dia seorang dosen/ pendidik dengan pendidikan Magister Keperawatan. Suami Informan 1 berusia 36 tahun pendidikan S1. Saat bekerja Ibu ini mempunyai pengalaman memberikan ASI Ekslusif selama 6 bulan dan memberikan ASI sampai anak usia 4 tahun.
b. Informan 2 berusia 39 tahun dia seorang karyawan dengan pendidikan SMA sekarang studi lanjut S1 perpustakaan. Suami Informan 2 berusia 40 tahun pendidikan SMA. Saat bekerja Ibu ini mempunyai pengalaman memberikan ASI Eklsklusif selama 6 bulan dan memberikan ASI sampai anak TK A.
c. Informan 3 berusia 30 tahundia seorang dosen / pendidik dengan pendidikan Magister Keperawatan. Suami Informan 3 berusia 29 tahun pendidikan S1 Keperawatan. Saat bekerja Ibu ini mempunyai pengalaman memberikan ASI Ekslusif selama 6 bulan dan memberikan ASI sampai sekarang, usia anak 4 tahun.
d. Informan 4 berusia 32 tahundia seorang dosen/ pendidik dengan pendidikan Magister Keperawatan. Suami Informan 4 berusia 39 tahun pendidikan Magister Pendidikan. Saat bekerja Ibu ini mempunyai pengalaman memberikan ASI Ekslusif selama 6 bulan dan memberikan ASI sampai anak usia 4 tahun.
e. Informan 5 berusia 32 tahun dia seorang karyawan dengan pendidikan S1 Ekonomi. Suami Informan 5 berusia 28 tahun pendidikan S1 Keperawatan. Saat bekerja Ibu ini mempunyai pengalaman memberikan ASI Eklsklusif selama 6 bulan dan memberikan ASI sampai anak usia 1,5 tahun.

Alasan peneliti mengambil informan pada ibu bekerja karena walaupun ibu ibu ini bekerja tetapi masi bisa memberikan ASI Ekslusif sampai enam bulan dengan managemen lactasi yang baik.

Analisis Tematik

Berikut ini akan diuraikan analisis tematik yang akan dilakukan melalui beberapa tahap yaitu dengan membaca pengamatan dan mendengarkan kembali hasil wawancara sambil mendengarkan rekaman hasil wawancara. Hasil wawancara yang direkam dibuat transkip, mencari kata kunci.. Menganalisa kata kunci untuk menemukan kategori, dan menganalisa kategori untuk menentukan sub tema dan tema.

Hasil penelitian didapatkan bahwa lingkungan tempat bekerja tidak ada tempat yang secara khusus untuk memerah ASI, namun dapat menggunakan tempat lain yang privasinya terjaga. Informan banyak mencari informasi dari teman tentang pengalaman menyusui sebelumnya sehingga bisa diterapkan di tempat kerja. Kondisi psikologis informan adaptatif, mereka menyadari bahwa kondisi stress mereka dapat mempengaruhi kualitas ASI atau kualitas ASI dapat berkurang. Kondisi fisik Ibu dijaga dan harus dalam keadaan sehat karena juga harus bekerja dan memberikan ASI. Keadaan Bayi

"Kebetulan hanya kemeng-kemeng saja dan saya kompres dengan air hangat bisa melancarkan ASI" *(Informan 2)*

Pembahasan

Psikologis dalam pemberian ASI Ekslusif pada Ibu bekerja

Hasil penelitian didapatkan bahwa informan mengetahui bila kondisi psikologis yang tidak baik dapat mempengaruhi kualitas ASI pada Ibu menyusui, sesuai yang diungkapkan informan sebagai berikut *"Sesuai dengan teori yang saya pernah baca bahwa psikologi itu sangat memepengaruhi produksi ASI itu yang saya gunakan sebagai patokan, ketika sya memeberikan ASI Ekslusif pada anak saya, ketika saya masih masih mengajar saya akan mengambil waktu kosong di luar pekerjaan saya, jadi misalnya kalau saya kosong di jam 12.00 sampai jam 12.30 ya saya akan memanfaatkan waktu itu untuk memerah ASI, untuk jam nya memang belum bisa konsisten bu, karena untuk setiap hari jadwal iyu berbeda, apalagi kalau mengajar tidak selalu jam 12 free atau jam 13.00 free itu tidak bisa konsisten, tetapi selalu melakukan selama bekerJa saya tetap melakukanya, itu saya lakukan selama pkerjaan itu satu sampai 2 kali selalu say lakukan untuk memerah ASI"* *(informan 1)* Psikologi yang baik dapat mempengaruhi sikap ibu hamil dalam menyusui. Selain pengaruh pengetahuan tentang ASI, pendidikan dan motivasi ibu, faktor lain yang dapat berpengaruh adalah sikap ibu terhadap ASI. Menurut Notoatmodjo (2008), sikap merupakan reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau obyek. Manifestasi sikap tidak dapat langsung dilihat, tetapi hanya dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup.

Hasil penelitian didapatkan bahwa informan Ibu menggunakan coolpad untuk menyimpan ASI sebelum diberikan kepada bayi. Beberapa informan mengungkapkan ketidak nyamananya tentang hal tersebut sesuai dengan hasil wawancara informan sebagai berikut *"ya kalo secara langsung lebih enak disusukan pada anaknya tapi karena berbenturan dengan pekerjaan jadi ya memerah asi ditempat kerja, kalo secara psikologis ya masih kurang nyaman harusnya diberikan langsung tapi harus ditahan dulu/ditampung baru diberikan kepada anaknya, tapi dengan bisa menyediakan waktu atau membagi waktu dengan pekerjaan dapat memerah asi sudah cukup menyenangkan atau membahagiakan bagi ibu yang bekerja khususnya"* *(Informan 4)* Hubungan secara psikologis antara bayi dan ibu didapat salah satunya melalui menyusui, namun saat ibu bekerja ibu tidak dapat kontak langsung dengan bayi sehingga ASI harus dipompa dan disimpan untuk sementari pada *coolpad.* Rasa tidak nyaman, kurang puas untuk menyusui dan tidak adanya kontak langsung antara bayi dan Ibu hal tersebut yang menyebabkan psikologi Ibu menjadi kurang baik. Hasil penelitian Wattimena (2012) dalam penelitian kekuatan psikologis Ibu untuk menyusui menunjukkan bahwa kesadaran ibu tentang keunggulan dan kekuatan spiritual dalam ASI serta dukungan, afeksi positif, sikap tangguh, tujuan terarah, dan kesejahteraan menjadi kekuatan psikologis mereka. Keadaan psikologis ibu yang berhubungan dengan kesadaran dan didukung pengetahuan yang baik akan mendukung dalam pemberian ASI eksklusif yang sangat bermanfaat bagi bayi. Keadaan psikologi yang baik bermanfaat untuk meningkatkan kualitas ASI yang diproduksi ibu, dan juga meningkatkan kuantitas ASI. Dengan informasi yang lengkap, dan informasi pengalaman dari teman-teman yang telah memiliki pengalaman sebelumnya sangat bermanfaat untuk mengurangi kecemasan yang secara psikologis mengganggu ibu dalam memberikan ASI.

Keadaan fisik ibu dalam pemberian ASI Ekslusif pada Ibu bekerja

Hasil penelitian didapatkan bahwa adanya rasa tidak nyaman saat ada bendungan ASI di payudaranya, dan informan memberikan kompres hangat, seperti yang diungkapkan informan sebagai berikut *"Ketika bendungan ASI itu terjadi itu saya melakukan kompres hangat, jadi sebelumnya saya sudah di kasih tahu oleh bidan ketika perawatan payudara itu, saya melakukan seperti apa yang di anjurkan oleh bidan, jadi saya memerah ASI rasanya sakit, panas, kemeng sekali dan pikiran saya tidak tenang. Tapi saya dengan melakuknya dengan mengompres, ASI tidak bisa keluar hanya menetes, itu saya lakukan ketika saya mandi saya kompres, saya buang ASI yang membendung itu, supaya keluar dulu dan nanti ada sela yang longgar saya memerahnya lagi. Ada lagi bu yang saya tanyakan, kan tadi anak Ibu di titipkan di RBB (Ruang bermain & belajar)"* *(informan 1)* Rasa tidak nyaman tersebut terjadi karena ASI yang seharusnya dikeluarkan tidak dikeluarkan atau tertunda dikeluarkan. Keadaan fisik ibu dipengaruhi juga nutrisi yang dikonsumsi dan kondisi fisik secara umum yang mempengaruhi ASI yang keluar. Menurut Lowdermik (2006) produksi ASI juga dipengaruhi oleh nutrisi ibu dan asupan cairan ibu. Ibu yang nutrisi dan asupan kurang akan mempengaruhi produksi ASI. Salah satu penyebab produksi ASI tidak maksimal karena asupan nutrisi ibu yang kurang baik, menu makanan yang tidak seimbang dan juga mengkonsumsi makanan yang kurang teratur maka produksi ASI tidak mencukupi untuk bayi. Ibu menyusui dianjurkan makan sebanyak 6 kali perhari, minum 3 liter air perhari sesuai frekuensi menyusui bayinya karena setelah menyusui ibu akan merasa lapar. Ibu dianjurkan minum setiap kali menyusui dan mengonsumsi tambahan 500 kalori tiap hari (Wiknjosastro, 2006).

Hasil penelitian didapatkan bahwa Ibu melakukan berbagai upaya untuk dapat mengatasi ketidak nyamanannya dengan mengompres air hangat, memijat, atau dengan mengeluarkan ASI. Kondisi ketidaknyamanan dapat mempengaruhi kesehatan Ibu. Kondisi kesehatan ibu juga dapat mempengaruhi pemberian ASI secara eksklusif. Informan untuk mengatasi ketidaknyaman dengan melakukan kompres air hangat seperti yang diungkapkan informan sebagai berikut *"Kebetulan hanya kemeng-kemeng saja dan saya kompres dengan air hangat bisa melancarkan ASI"* *(Informan 2)*

Ibu bayi jika memberikan ASI dnegan nyaman tanpa ada keluhan maka akan meningkatkan kualitas dan kuantitas ASI yang diberikan kepada bayi. Keadaan fisik ibu dipengaruhi oleh nutrisi ibu. Nutrisi ibu penting untuk mendukung kualitas ASI yang diberikan ibu kepada bayi . Asupan nutrisi ibu penting untuk kebutuhan potein dan tenaga ibu saat bekerja juga kualitas dan kuantitas ASI.

Kondisi fisik ibu yang sehat dan selalu terjada dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi menjadi sangatlah penting untuk mejaga kualitas produksi ASI pada ibu. Pemberian ASI ekslusif sangatlah penting bagi bayi pada 6 bulan pertama kehidupan dan perlu didukung dengan nutrisi yang dibutuhkan ibu. Ibu dengan nutrisi yang baik dan juga asupan makanan yang baik akan mendukung terhadap kesehatan fisik ibu begitu juga ASI yang dikeluakan Ibu untuk menyusui. Nutrisi ibu dapat didapatkan dari setiap bahan makanan yang diberikan dan juga aktifitas fisik yang seimbang.

Kesimpulan

1. Hasil penelitian didapatkan bahwa kondisi lingkungan bekerja saat Ibu memberikan ASI yaitu belum tersediaya pojok laktasi, informan biasanya menggunakan tempat

ganti baju untuk memerah ASI. Hipotesis yang didapat adalah Perbedadaan tingkat kenyamanan ibu bekerja dan menyusui pada tempat kerja yang memiliki pojok laktasi dan tidak ada pojok laktasi.

2. Hasil penelitian didapatkan bahwa informan mencari informasi dalam pemberian ASI dengan mencari informasi kepada teman yang pernah menyusui selama bekerja sebelumnya dan menerapkannya. Hipotesis yang didapat adalah pengaruh informasi media dengan pengalaman terhadap keberhasilan pemberian ASI ekslusif.
3. Hasil penelitian didapatkan bahwa informan mengetahui bila kondisi psikologis yang tidak baik dapat mempengaruhi kualitas ASI pada Ibu menyusui. Hipotesis yang didapat adalah dampak psikologis ibu menyusui dengan kesehatan bayi.
4. Hasil penelitian didapatkan bahwa adanya rasa tidak nyaman saat ada bendungan ASI di payudaranya, dan informan memberikan kompres hangat. Hipotesis yang didapat adalah efektifitas kompres hangat terhadap mengurangi nyeri bendungan ASI.
5. Hasil penelitian didapatkan bahwa bayi dengan pemberian ASI ekslusif bayi tidak pernah sakit. Hipotesis yang didapatkan adalah perbedaan kesehatan bayi dengan pemberian ASI ekslusif dan susu formula.

Saran

Saran Bagi Ibu Menyusui yaitu memberikan masukan dan motivasi bagi ibu menyusui tanpa indikasi medis untuk tetap memberikan ASI sebagai makanan utama selama 6 bulan. Saran Bagi Instansi tempat kerja menyediakan tempat khusus untuk menyusui atau tempat memerah ASI dan saran Bagi Peneliti Selanjutnya dapat melakukan penelitian terkait Perbedaan dampak psikologis ibu menyusui pada tempat bekerja dengan pojok laktasi dan tempat kerja yang tidak menyediakan pojok laktasi.

Daftar Pustaka

Astutik. (2014). *Payudara dan Laktasi*. Jakarta: Salemba Medika.

Cresswell, J.W. (2014). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif Dan Mixed*, Alih Bahasa Achmad Fawaid. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Dewi dan Sunarsih, Tri. (2013). Asuhan Ibu Nifas. Jakarta: Salemba Medika

Lowdermilk, Perry and Cashion. (2013). Keperawatan Maternitas Edisi 8 Buku 2. Singapura: Elsevier

Notoatmodjo, Soekidjo. (2008). Metodoligi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

Nurmiati dan Besral. (2008). Pengaruh Durasi PEmberian ASi terhadap Ketahanan Hidup Bayi di Indonesia. *Makara Kesehatan* Vol 12 No 2 Desember 2008 Hal 47-52.

Ramadani dan Hadi. (2010). Dukungan Suami Dalam Pemberian Asi Ekslusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Air Tawar Kota Padang, Sumatera Barat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional* Vol 4 No 6 Juni 2010 Hal 269-274.

Rejeki. (2008). Studi Fenomenologi: pengalaman Menyusui Ekslusif Ibu Bekerja di Wilayah Kendal Jawa Tengah. *Jurnal Media Ners* Vol 2 No 1 Mei 2008 Hal 1-13.

Savitri, Sayogo. (2007). Gizi Ibu Hamil. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.

Sugiyono. (2015). *Metode Panalitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.

Susanti. (2011). Peran Ibu menyusui yang Bekerja dalam Pemberian ASI Ekslusif Bagi Bayinya. *Egalita Jurnal Kesetaraan dan*

Keadilan Gender Vol VI No 2 Juni 2011 Hal 165-176.

Undang – undang Kesehatan No. 36 tahun 2009 tentang Kesehatan.

Wattimena, I., nathalia, L.S., dan Marsuyanto, Y. (2012). Kekuatan Psikologis Ibu Menyusui. Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional, KesMas, 7 (2), 56-62.

Wiknjosastro, H. (2006). Ilmu Kebidanan, Edisi ke-4 Catatan ke-2. Jakarta: Yayasan Pustaka Sarwono Prawirohardjo.