



## *Implementation of Exclusive Breast Milk to Mothers With Small Nipples*

### **Penerapan Asi Eksklusif Pada Ibu Dengan *Small Nipples***

Nora Rahmanindar<sup>1</sup>, Seventina Nurul Hidayah<sup>2</sup>, Evi Zulfiana<sup>3</sup>  
 Program Studi D III Kebidanan Politeknik Harapan Bersama<sup>1,2,3</sup>

#### ARTICLE INFORMATION

Received: 24, August, 2022  
 Revised: 19, Oct, 2022  
 Accepted: 10, Nov, 2022

#### KEYWORD

*Implementation of Exclusive Breastfeeding Factors, sore nipples (English)*

Faktor Penerapan ASI Eksklusif, Puting kecil (Indonesia)

#### CORRESPONDING AUTHOR

Nama: Nora Rahmanindar  
 Address: Jl. Mataram No. 9 Pesurungan Lor Kota Tegal.  
 E-mail: [norarahmanindar@gmail.com](mailto:norarahmanindar@gmail.com)  
 No. Tlp : +6285200282949

#### DOI

10.56013/JURNALMIDZ.V5I2.1611

#### A B S T R A C T

*During breastfeeding, mothers gave a variety of excuses for not breastfeeding their infants, such as multiparous mothers who may be less aware of breastfeeding because they believe their milk supply is running low and mothers with small nipples who find it challenging to breastfeed due to nip damage caused by improper breastfeeding or care for the infant. breast. Both of these factors can make a mother anxious, which stops the oxytocin hormone from working, causing breast milk to be retained in the breast and the mother to switch to formula milk. In Kudaile Village, Tegal Regency, this study intends to examine the variables that affect women with cracked nipples applying exclusive breastfeeding. Finding factors that affect the adoption of exclusive breastfeeding is the specific goal of this study, which can help to increase. This study employs an observational design and a qualitative methodology. In-depth interview procedures were used to gather the data in accordance with the rules for interviewing and watching people. Field notes were made in addition to recording the interview outcomes. The researcher employed source triangulation, which involves gathering information from various sources (informant families) using the same*

Selama menyusui, ibu memberikan berbagai alasan untuk tidak menyusui bayinya, seperti ibu multipara yang mungkin kurang sadar menyusui karena percaya suplai ASInya hampir habis dan ibu dengan puting kecil yang merasa kesulitan menyusui karena kerusakan puting. disebabkan oleh menyusui atau perawatan bayi yang tidak tepat. dada. Kedua faktor tersebut dapat membuat seorang ibu cemas, yang membuat hormon oksitosin berhenti bekerja, menyebabkan ASI tertahan di payudara dan ibu beralih ke susu formula. Di Desa Kudaile, Kabupaten Tegal, penelitian ini bermaksud untuk mengkaji variabel-variabel yang mempengaruhi ibu dengan puting pecah-pecah yang menerapkan ASI eksklusif. Menemukan faktor-faktor yang mempengaruhi adopsi ASI eksklusif adalah tujuan khusus dari penelitian ini, yang dapat membantu untuk meningkatkan. Penelitian ini menggunakan desain observasional dan metodologi kualitatif. Prosedur wawancara mendalam digunakan untuk mengumpulkan data sesuai dengan aturan untuk mewawancarai dan mengamati orang. Catatan lapangan dibuat selain merekam hasil wawancara. Peneliti menggunakan triangulasi sumber, yang melibatkan pengumpulan informasi dari berbagai sumber (keluarga informan) dengan menggunakan cara yang sama

## Pendahuluan

Manfaat menyusui bagi bayi antara lain suplai nutrisi yang sesuai untuk bayi dengan kualitas dan kuantitas normal, kemampuan menurunkan risiko kematian neonatus, dan kemampuan membangun daya tahan tubuh karena daya rangsang kekebalan kolostrum lebih tinggi daripada ASI matur. Namun, para ibu seringkali menyerah untuk menyusui atau berhenti terlalu cepat (Susilowati, 2016). Sejak awal pemberian ASI, sudah banyak peringatan dari orang tua kepada anaknya untuk tidak menyentuh barang bawaannya. Di antaranya adalah peringatan bagi orang tua dari rumah tangga multi-orang tua di mana risiko anak menjadi kesal lebih tinggi karena kekhawatiran tentang dominasi ASI yang semakin besar dan peringatan bagi orang tua dari anak kecil yang sulit disentuh karena struktur puting yang tidak memadai. Kedua hal ini dapat memicu hormon oksitosin tidak akan bekerja dan ASI akan tetap tersimpan dalam payudara, namun tidak mengalirkan yang membuat ibu tidak semangat memberikan ASI kepada bayinya sehingga ibu mulai bekerja. Karena ini, Ibu membutuhkan bantuan untuk membuat proses lebih efektif. (Anggraini, 2010).

Pemerintah telah secara resmi mengumumkan kebijakan secara nasional mengenai program ASI eksklusif yang dituangkan dalam Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 33 Tahun 2012. Target Rencana Strategis (Renstra) 2015-2019 adalah untuk mencapai tingkat pertumbuhan ASI eksklusif sekitar 50% pada tahun 2019. (Kemenkes RI, 2015). Di Indonesia, budaya menyusui pada bayi merupakan faktor penting bagi orang tua yang memiliki anak. Namun, praktik nyata dalam pemberian eksklusif Air Susu Ibu (ASI) belum mencapai tujuan yang diharapkan. Berbeda dengan beberapa negara ASEAN, AKB atau angka kematian anak di Indonesia seringkali lebih tinggi. Menurut data Human Development Report (2010), ada lebih dari 31/1.000 AKB di Indonesia. Jumlah tersebut lebih tinggi sekitar 2,4 kali dibandingkan dengan Thailand dan lebih tinggi sekitar 1,2 kali dibandingkan dengan Filipina (Aulia dan Budi, 2017).

Berdasarkan data yang ada, angka pemberian ASI Eksklusif Kabupaten Tegal sebesar 49,55% pada tahun 2019, naik dari 38,89% pada tahun 2018. Cakupan nasional yang diharapkan adalah 80%. Di Kabupaten Tegal, prevalensi ASI eksklusif tertinggi berada di wilayah Puskesmas SLawi di Desa Kudaire sebesar 66,7%, namun angka tersebut masih di bawah prevalensi nasional.

Faktor pada ibu dengan masalah puting dapat berkontribusi pada kegagalan menyusui. Hal ini ditunjukkan oleh hasil penelitian Nur Hidayati (2015). Demikian tentang faktor-faktor yang mempengaruhi ketidakmampuan ibu untuk menyusui bayinya yang berusia 0-6 bulan secara penuh, si kecil yang sulit menyusu dan tidak mengeluarkan ASI. keluar dengan lancar. Jika ASI tidak keluar dengan lancar, terutama dalam beberapa hari pertama kehidupan, ibu akan khawatir bayi akan kelaparan, dan akan segera memberikan susu formula, kanji, air dan minuman lainnya.

Menurut statistik dari Dinas Kesehatan Kabupaten Tegal, dimana angka kematian bayi (AKB) di Kabupaten Tegal berfluktuasi selama lima tahun terakhir (2016-2021), diperkirakan kegagalan menyusui akan berdampak pada profil kesehatan bayi. Peningkatan ini sebagian disebabkan oleh status gizi bayi pada tahun 2019 dan 2020. Para profesional kesehatan harus memperhatikan masalah ini, terutama bidan (Profil Dinkes Kabupaten Tegal 2020).

## Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik wawancara mendalam (*indepth interview*) sesuai dengan pedoman

wawancara dan observasi. Hasil wawancara direkam dan dibuat catatan lapangan. Sampel informan diambil secara *purposive sampling*, yang disesuaikan dengan tujuan dan jenis penelitian. Informan pada penelitian ini terdiri dari informan kunci, informan utama dan informan triangulasi. Informan kunci dalam penelitian ini adalah bidan koordinator wilayah puskesmas Slawi yang akan mengarahkan peneliti dalam memilih informan utama. Informan utama yaitu ibu multipara dan puting kecil yang memiliki bayi usia maksimal 4 bulan dan hanya memberikan ASI saja di Wilayah Kelurahan Kudaile. Sedangkan informan triangulasi dalam penelitian ini adalah keluarga yang paling dekat dengan ibu. Dalam penelitian ini jumlah informan ditentukan oleh tersaturasinya sumber informan, dalam penelitian ini jumlah informan utama sebanyak 4 orang ibu dengan puting kecil dan informan triangulasi adalah keluarga ibu sebanyak 4 orang. Alat penelitian yang digunakan yaitu pedoman wawancara mendalam (*indepth interview*).

### Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian didapatkan berdasarkan panduan wawancara terstruktur selama 30 – 40 menit, waktu dan tempat sudah disepakati oleh informan dan peneliti yaitu di tempat tinggal informan.

a. Kunjungan I (menggali pengetahuan ibu tentang pentingnya ASI Eksklusif)

Pengetahuan tentang pentingnya ASI eksklusif diungkapkan informan sebagai berikut :

- 1) Arti, manfaat, teknik menyusui yang benar, pencegahan puting kecil, tanda bayi cukup ASI

*“ ASI Eksklusif itu ASI yang diberikan sampai 6 bulan nah setelah itu baru boleh diberi makanan tambahan boleh itu pisang, bubur atau makanan lainnya, ASI penting mba buat kecerdasan bayi, antibodi biar kuat, ga mudah sakit, menyusui yang benar ya bayi kayak di gendong depan, terus bayi dipeluk, ibu posisinya duduk biasa bersandar biar ga capek, bagian bokong bisa diganjal bantal, kepala bayi di tangan atas. Biar puting ga lecet bisa dikasih baby oil, kalo ga salah kata teman saya suruh diolesin ASI. Tanda bayi cukup ASI bayi tidurnya nyenyak ga ngak ngek, ga rewel, terus biasanya kalo udah kenyang biasanya dilepas sendiri, eek nya juga kadang mencret kadang nggak...beda beda mba....saya dapat informasinya dari bidan tempat saya periksa mba....” (IU 1)*

*“Asi eksklusif itu kalo bayi dikasih ASI saja sampai 6 bulan. Nanti bisa dilanjut ASInya sampai 2 tahun..ASI sangat penting buat bayi biar sehat, kan langsung dari ibunya bukan dari susu kaleng, puting susu saya sekarang sudah ga lecet bu,,. Cuma pas lagi lecet biasanya saya kasih salep...terus saya kompres air hangat...tapi baru kemarin-kemarin saya tau kalo lecet katanya dioles sama air susu...tanda bayi ASI nya cukup biasanya bayi ga rewel, berat badannya naik, tubuhnya juga akas...” (IU 2)*

*“ehmmmm.....asi yang diberikan sampai 2 tahun...eh enam bulan ya mba...air putih ga boleh, makanan lain juga ga boleh...tapi kalau pas bayi sakit boleh dikasih obat. Soalnya anak saya pas lahir juga sempet sakit terus dikasih obat sama vitamin kata dokternya ga papa....ASI tetap jalan. Puting susu biar ga lecet ya yang penting pake ASI aja mb....saya tahu dari baca-baca di internet mba....makanya seja awal saya udah tahu...tanda bayi*

*cukup ASI ya beratnya nambah....terus ga kegemukan....biasanya tubuhnya kecil tapi pas...” (IU 3)*

*“ASI eksklusif itu bayi disusukan selama 6 bulan kata, ga boleh dikasih susu formula atau makanan selain ASI..., ASI ya penting mba....biar bayinya sehat, kuat ga mudah meriang....kebal biasanya walaupun diaja mayeng-mayeng (jalan-jalan) kalo puting susu ga lecet ya dipijet pake baby oil peke air hangat, bayi cukup ASI kalo mimiknya sekenyangnya dia terus biasanya tidur” (IU 4)*

Pengetahuan sebagian besar informan tentang ASI eksklusif adalah ASI eksklusif selama 6 bulan dan tidak ada suplemen lain atau bahkan susu formula. Sumber mengatakan masih menyusui penuh ketika obat diberikan saat dibutuhkan untuk menyembuhkan anak yang sakit (IU 3).

Pernyataan informan tersebut sejalan dengan Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 Bab I Pasal 1 Ayat 2, pengertian ASI eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan sampai usia enam bulan tanpa menambahkan dan mengganti dengan makanan atau minuman lain, kecuali suplemen vitamin, obat, dan mineral.

Semua informan telah mengetahui pentingnya ASI Eksklusif yaitu salah satunya untuk kekebalan tubuh bayi dan kecerdasan otak (IU 1 – 4). Informan sebanyak satu orang mengetahui bahwa pencegahan puting kecil adalah dengan mengoleskan air susu pada puting ibu (IU 3), sebagian informan lainnya menyatakan pencegahan puting kecil dengan air hangat, baby oil dan dengan menggunakan salep (IU 1 dan IU 4).

Secara umum informan telah mengetahui tanda bayi cukup ASI, diantaranya adalah bayi tidur nyenyak, tidak rewel melepas puting sendiri jika sudah kenyang, dan BAB bervariasi (IU 1 dan IU 4), berat badan naik (IU 2), tidak obesitas (IU 3). Terkait pengetahuan tentang ASI eksklusif, sebanyak dua informan mendapat informasi langsung dari bidan dan dokter tempat periksa selama kehamilan dan teman sebaya (IU 1, IU 2, IU 4) satu informan mendapat informasi tidak langsung yaitu dari internet (IU3)

Pendidikan ibu merupakan variabel yang dapat mempengaruhi pemberian ASI eksklusif. Hal ini sesuai dengan temuan penelitian Rahmawati (2010) dan Juliani (2009) yang menemukan adanya hubungan antara pengetahuan ibu dengan pemberian ASI eksklusif. Dengan pengetahuan yang memadai, informan akan memberikan ASI eksklusif kepada anak untuk memastikan bahwa menyusui berjalan dengan baik dan anak puas atau puas menerima ASI, mencegah ibu memberikan makanan tambahan sebelum anak mencapai usia enam bulan.

## 2) Perasaan ibu selama proses menyusui

*“seneng mba....apalagi setelah lahir kan bayi langsung diletakkan ke badan saya, diantara payudara sini (sambil tersenyum dan menunjukkan letak bayi), bayi ditengkurapkan padahal saya masih belum bersih darah juga masih bercecer....tapi saya seneng mb...bayi merangkak di atas perut..nah setelah dapat putingnya bayi kayak langsung kenal...terus*

*jadi mudah lanjut menyusunya.....sekarang saya bangga bisa menyusui si dedek...alhamdulillah ....”(IU 1)*

*“senang mba....senang sekali.....saya terbantu dengan ASI....kalo saya ga bisa menyusui kasihan anak saya....manfaat nya juga banyak....buat bayi buat ibu buat semua.....bangga sekali bisa menyusui....” (IU 2)*

*“perasaan saya senang sekali bisa menyusui.....saya merasa memberikan yang terbaik buat anak....ga ada kekhawatiran...yakin bahwa ASI memang yang bagus buat anak saya....ngasih susu formulanya nanti aja bu...mungkin setelah 6 bulan....” (IU 3)*

*“alhamdulillah....seneng banget mba.....susah awalnya tapi bisa terlewati....namanya berjuang buat anak ya mba....ASI nya kan sudah ada...jadi harus semangat....kan banyak temen saya asinya ga keluar akhirnya bayi diminumin susu formula....”(IU 4)*

Temuan menunjukkan bahwa ibu dari responden memilih untuk menyusui bayi mereka secara eksklusif karena khawatir akan kesehatan mereka. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Riordan dan Wambach pada tahun 2010 bahwa berbagai faktor, antara lain faktor sosial budaya, keluarga, ibu, dan anak, serta informasi yang diperoleh ibu dapat mempengaruhi keputusan ibu untuk menyusui.

- 3) Pandangan ibu tentang tanggung jawab dalam memberikan ASI eksklusif yang merupakan hak bayi

*“bayi punya hak dapetin ASI ya bu..kasihan saya nya kalo ga dikasih...lagian juga eman-eman susunya,,,,karena susu saya itu keluarnya banyak....susu formula selain mahal juga belum perlu...ntar setelah 6 bulan sih ga papa....ASI itu manfaatnya banyak, anaknya juga pintar, cerdas, buat ibunya ya kalo menyusui biasanya cepat kurus.hehehe” (IU 1)*

*“ASI sangat penting untuk bayi, kalo susu formula walaupun di tv dan di swalayan yang nawarin sering saya belum tertarik.....menyusui sendiri lebih seneng mba....susu formula ntar aja kalo udah 2 tahun...kan ASI mungkin udah ga keluar lagi.....kalo sekarang ngasihnya kasihan bayinya...repot juga...harus manasin botolnya juga...malah pusing...belum lagi susunya barangkali ada pengawetnya juga...kan ga bagus buat bayi”(IU 2)*

*“berhak mb, kalo kita bisa memberikan ASI kenapa harus diganti susu formula...yang manfaatnya juga lebih bagus ASI. Kalo ASI kan steril, ngasihnya gampang, ga perlu nyiapin botol, manasin, belum lagi beli-beli susu nya itu malah pemborosan....kalo ASI eksklusif kan mending irit 6 bulan malah sampe 2 tahun ga harus beli susu....manfaatnya bagus buat bayi...kata bu bidan ASI yang keluar pertama yang warnanya kuning itu bagus*

*buat daya tahan tubuh bayi.....alhamdulillah pas saya lahiran bayi langsung dapat ASI itu” (IU 3)*

*“ASI yang saya tahu memang buat bayi bu, udah disiapin dari sananya kali ya bu....hehehe...jadi ga perlu susu formula...mahal juga...saya juga dirumah aja ga kerja kalo pake susu formula kasihan bayinya....seperti ini saya sudah merasa nyaman....bayi juga kayanya butuh ibunya kalo pas lagi nyusu...kita nya kan senang....ASI penting buat otak bayi, insyaallah kalo udah besar anaknya cerdas” (IU 4)*

Pernyataan semua informan tersebut di atas bahwa menyusui adalah hak bayi sesuai dengan Konstitusi Pasal 28B, Ayat 2, yang menyatakan bahwa setiap anak berhak atas kelangsungan hidup, pertumbuhan tubuh, dan perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi. Hal ini menunjukkan bahwa salah satunya adalah hak untuk tumbuh dan berkembang dengan mengkonsumsi ASI.

Menurut semua yang diwawancarai, menyusui sangat penting untuk kesehatan bayi, yang konsisten dengan gagasan bahwa ASI meningkatkan mekanisme pertahanan bayi.

#### 4) Pandangan ibu terhadap susu formula terhadap tumbuh kembang anak

*“mboten lah mba....ASI mawon (ga lah mba..ASI saja)....lebih bagus buat pertumbuhan perkembangan bayi....dikasih Allah...kalo formula kan buatan manusia....jadi bayi mau minum ASI sebanyak banyaknya orang tua ga khawatir...perut bayi barangkali belum siap kalo dikasih formula ...susu formula nanti aja kalo udah saya sapih 2 tahun...ASI dulu dimaksimalkan.” (IU 1)*

*“kandungan gizi yang ada di susu formula masih kalah ketimbang yang ada di ASI mba....fungsi buat tumbuh kembang bayi jelas dong mba...ASI kan makanan bayi yang banyak nutrisinya...kaya kita kalo makan ya biar tambah gemuk...lagian kalo susu formula tidak praktis sama sekali beda dengan ASI” (IU 2)*

*“susu formula untuk tumbuh kembang bayi juga bisa....tapi kalo sudah olahan kayak gitu bahan kimianya pasti udah ada kan mb? Kalo ASI kan ga peke kardus..hehehe.....langsung lewat payudara ibu...steril dan terjamin menurut saya...” (IU 3)*

*“formula memang membuat bayi gemuk kayak anak tetangga saya gendut banget mba, tapi kayak ga kenceng gitu kulitnya gembur, kadang juga kalo ga cocok bisa mencret, untuk sekarang ASI dulu aja mba....formula nya nanti aja....” (IU 4)*

Informan Utama 1 (IU 1) mengungkapkan bahwa bayi tidak perlu diberi susu formula sampai dengan 6 bulan karena pencernaan belum siap, ASI pemberian dari Tuhan bukan buatan manusia jadi lebih steril daripada susu formula dari hasil buatan manusia yang sudah tercampur bahan kimia sehingga kemungkinan bayi tidak siap.

Informan lain menyampaikan bahwa ASI dapat menaikkan berat badan karena nutrisi yang terkandung dalam ASI sangat banyak, sangat baik untuk tumbuh kembang bayi. Selagi masih ada atau ASI masih cukup formula tidak mempunyai manfaat sampai 6 bulan (IU 2, IU 3, IU 4)

Ungkapan informan di atas sejalan dengan teori Khamzah (2012) bahwa pemberian Asi merupakan hal penting dalam tumbuh kembang anak karena di dalam ASI terdapat kandungan minyak omega 3 asam linoleat alfa yang sangat dibutuhkan bagi perkembangan anak dan tidak terdapat pada susu formula.

- 5) Masalah yang berkaitan dengan pemberian ASI eksklusif terutama terkait dengan kondisi ibu dengan puting kecil, apakah ada pengaruhnya atau tidak dalam penerapan ASI eksklusif.

*“kadang bingung aja mb...walaupun saya sudah pernah punya anak tapi kadang merasa kayak anak pertama karena jaraknya udah lama juga...orang tua juga udah beda fisiknya...kadang kalo minta bantuan kan juga ga bisa lama-lama....tapi kalo ga memberikan ASI mungkin lebih repot ya mba...butuh uang dan tenaga juga. Kalo ASI eksklusif kan bayi nangis langsung dikasih walaupun kadang saya nya capeeeek banget...boyok e mba....ga ada yang gantiin sih ya....tapi ga papa....bismillah diberi lancar...kalo tetangga sih biasa tanya gini “ udah dikasih makan apa?mereka bilang biar bayi cepet gede makan aja ga papa...tapi sayanya nggak lah...puting saya juga kecil kadang susah menyusuinya tapi sayanya biasanya duduk biar lebih mudah,,kalo sambil tiduran susah”(IU1)*

*“ternyata menyusui eksklusif ga mudah ya mba...karena saya sama punya putingnya kecil banget susah awal awalnya tapi lama-lama bisa juga ngejalanin..pas awal itu biasanya ASI saya sedikit...sampe putingnya sakit banget...lecet akhirnya sakit...kadang tetangga saya ada yang bilang kalo anak yang dikasih formula lebih cepat gede....kalo minum ASI lama....tapi saya udah di niatin pokoknya harus kasih ASI saja...suami saya juga sangat sangat mendukung sekali,, kalo orang tua saya yang mertua yang kadang bilang dedeknya kasih makan aja barangkali masih lapar...karena orang tua saya kan pake aturan lawas mba.heheh...tapi ga maksa juga terserah mantunya...”(IU2)*

*“hambatan sih ga ada mb..puting saya kan kecil tp karena bayi saya juga kecil jadinya malah pas...padahal bayangan saya wah nanti bakal susah ini ternyata nggak alhamdulillah....kalo perasaan lelah, atau galau ya kadang ada.....namanya nyusuin ya ga ada yang gantiin ya mba...he....kendala pas awal-awal puting saya lecet sempet saya mikir pake susu formula aja...sakit banget sih mba...tapi pas udah sembuh alhamdulillah sekarang bisa enjoy.....”(IU 3)*

*“hambatan Kadang saya kurang ASI... Saya kurang istirahat... Saya selalu jaga di toko, jadi kalau siang hari saya tidak tidur, saya sering begadang.. .Anak-anak lain menyusui,*

terlalu repot untuk meminta mereka, puting saya *melepuh*, dan saya menjadi panas ketika saya tidak enak badan. Juga, saya ingin berhenti menyusui ... Tapi saya senang, sering ngingetin. .. Makan, minum, istirahat ....” (IU 4)

Sebagian besar informan mengatakan ingin memberikan ASI eksklusif, namun ibu juga mendapat informasi bahwa bayinya disusui hanya karena mungkin masih lapar (IU2) Semua informan tetap berkomitmen untuk tetap memberikan ASI eksklusif (IU 1 - IU 4)

Ekspresi wajah pelapor menunjukkan bahwa dia tidak mendapat dukungan yang cukup dari orang-orang di sekitarnya, tetapi sejauh ini pelapor tidak kesulitan mengejar niatnya untuk terus menyusui sepenuhnya.

Sebagian besar informan sangat termotivasi, senang dan bangga bisa menyusui bayinya. Ini adalah biologi ibu bahwa menyusui anak membuatnya merasa senang dan bangga menjadi bagian dari konsep diri ibu yang positif sehingga ia dapat memainkan peran terbaik dalam merawat bayinya. Hal ini sesuai dengan teori Abdullah 2004 bahwa itu adalah bagian dari pekerjaan akademik.

#### 6) Teknik menyusui yang dilakukan selama proses menyusui

*“teknik menyusui?maksudnya gimana mba.....(setelah dijelaskan) oooohh...ya saya menyusui kadang sambil tiduran, kadang duduk...senyamannya aja....ngasih susu kalo bayi nangis atau paling nggak 2 jam...tidur ya kita bangunin....tapi anak saya seringnya belum 2 jam udah minta minum.....” (IU 1)*

*“saya seringnya mimik in sambil tiduran....jadi bayi tidur sayanya bisa istirahat sebentar....duduk ya kadang-kadang...capek soalnya mb....” (IU 2)*

*“teknik menyusui emang ada ya mba...hehe...saya taunya yang penting puting masuk mulut bayi terus bayinya minum....kalo posisi saya seringnya sambil tiduran...tapi duduk juga...senyamannya aja.....” (IU 3)*

*“selama ini saya menyusui ya langsung aja...ga pake alat apa-apa....seringnya duduk....tiduran kalo mau sekalian tidur....” (IU 4)*

Ungkapan yang disampaikan informan menyampaikan bahwa teknik menyusui seringnya dilakukan dengan posisi tidur dengan alasan lebih merasa nyaman (IU 1 – 4). Teori Saryono, 2008 disampaikan bahwa memberi ASI dianjurkan dalam suasana yang santai bagi ibu dan bayi. Posisi yang dianjurkan yaitu ada beberapa (posisi dekapan, football hold, posisi berbaring) dengan tujuan bayi akan merasa lebih tenang, tida terjadi gumoh, puting susu tidak lecet.

#### 7) Usaha yang dilakukan ibu agar produksi ASI nya tetap banyak



*“ makan sayur yang ijo-ijo,kuah banyak macamnya sayur sop, sayur bayam, sayur daun katuk, makan ga usah ada pantangan, menyusui tiap 2 jam atau kalo anak udah nangis minta nenen ya kasih aja...ga usah dijadwal.....” (IU 1)*

*“ makan banyak aja...ga usah milih-milih....yang penting jangan stress...soalnya kayak aku ya mba, kalo stress dikit aja langsung berkurang ASI nya...ngaruh banget....masalah dibuat santai walaupun ya susah....sering-sering nyusuin bayi.....” (IU 2)*

*“kalo ASI biar banyak ya makan yang banyak, tambah susu...makan sayurya makan bergizi mb....susu saya juga sering....sayur-sayuran yang hijau, minum yang banyak....” (IU 3)*

*“ menyusui tiap bayi nangis, sesering mungkin atau minimal ya 2 jam, makanannya yang bergizi, banyak porsiya, paling ya gitu mba....yang penting jangan stres....istirahat yang cukup...” (IU 4)*

8) Cara menjaga mutu serta jumlah produksi ASI agar tetap memenuhi kebutuhan bayi

*“makan banyak, minum banyak, vitamin, dan ga stress...”(IU 1)*

*“atur makannya, cairan, ga usah stress...” (IU 2)*

*“susui sering, ditambah makanan yang bergizi, minuman buat cairan tubuh, sama tablet penambah ASI....” (IU 3)*

*“makanan yang bergizi, dan ga usah stress ...” (IU 4)*

Beberapa informan mengungkapkan bahwa cara mereka menerapkan cara dalam menjaga mutu dalam menunjang keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Sebagian besar responden menjaga mutu ASI melalui pola makan dan penambahan cairan. Sesuai dengan teori Purwanti 2012 bahwa kualitas ASI dipengaruhi oleh kesehatan ibu secara menyeluruh, termasuk juga mutu dari asupan makanan dan kecukupan istirahat.

9) Mekanisme pertahanan terhadap pengaruh susu formula dan MP ASI Dini

*“karena kita tahu manfaat ASI lebih bagus dari susu formula jadinya itu buat kekuatan saya untuk lebih memilih ASI dulu mba....” (IU 1)*

*“yang penting niat mba....dukungan suami dan keluarga juga....walaupun suami jauh ga papa...kan juga sering diingetin...keluarga saya juga mendampingi nemenin saya disini....” (IU 2)*

*“ga ada mekanisme apa gitu mba...saya sih yang penting karena sering dapat informasi sebaiknya kalo menyusui pake ASI saja sayanya nurut aja...karena memang ternyata manfaatnya banyak sekali....alhamdulillah saya senang...” (IU 3)*

*“saya tahu bahwa ASI sangat bagus buat bayi,,jadi susu formula nanti saja kalo sudah 6 bulan atau ntar aja pas penyapihan 2 tahun....” (IU 4)*

Perilaku ibu memberikan ASI eksklusif menurut model perubahan sikap yang dikembangkan oleh Niven 2002 meliputi tahap pertama yaitu unfreezing yaitu ketika ibu menyadari bahwa tindakannya selama ini tentang pemberian ASI pada anaknya kurang tepat, sehingga muncul masalah-masalah yang disebabkan perilaku tersebut, misalnya timbul diare atau kekurangan gizi pada anak. Tahap kedua yaitu changing (perubahan) yaitu setelah mengetahui bahwa perilaku pemberian ASI yang mereka lakukan selama ini keliru tersebut berdampak buruk bagi kesehatan anaknya maka terbentuklah kesadaran ibu dan terbentuk sikap baru tentang penatalaksanaan pemberian ASI yang benar. Tahap ketiga adalah re freezig, tahap ini ibu mengevaluasi sikapnya dalam melatih ASI eksklusif tersebut telah sesuai dengan harapannya atau tidak

#### 10) Keberhasilan penerapan ASI eksklusif

*“alhamdulillah mb, saya senang bisa memberikan ASI secara eksklusif buat anak saya, saya ngrasain sekali manfaatnya....buat bayi sehat, berat badan juga ga pernah turun walaupun ga gendut banget tapi malah pas gini aja....susah senang ya ada lah....yang penting niat yang terbaik buat anak... terus dukungan dari orang sekeliling kita....walaupun ada yang ga setuju nyatanya sekarang mereka biasa aja...udah setuju...”(IU 1)*

*“alhamdulillah udah 6 bulan saya menyusui anak saya, pastinya senang...anak juga kelihatan sehat..ga mudah sakit..buat ibu katanya bisa mencegah kanker payudara juga ya mba.... capek jelas ada repot juga....tapi kayaknya lebih repot kalo pake susu kaleng ya mba....ASI tah enak...ngek jel ngek jel...hehehe.....pengalaman juga buat nanti anak sayayang selanjutnya....”(IU 2)*

*“alhamdulillah lancar mb....dibantu njenengan juga...makasih....Sejak hamil ini niat saya memang anak sebaiknya diberikan ASI secara eksklusif tanpa tambahan makanan apapun sebelum waktu selesai....hambatan pasti ada mba...tapi kalo udah niat ya insyallah semua bisa teratasi...walaupun ga mudah....anak kan investasi juga ya mba..hehehe...berat badan saya juga stabil gara-gara menyusui mba”(IU 3)*

*“bersyukur saya mba...bentar lagi lagi 6 bulannya....anak saya Alhamdulillah juga sehat...suka dukanya pasti ada...berjuang terus..puting kecil, anak rewel, diomongin tetangga supaya anak dikasih makan pisang dll banyak godaannya tapi saya ga terpengaruh mba...semua demi ana...”(IU 4)*

Semua responden membahas keberhasilan mereka dalam memberikan ASI eksklusif serta suka dan duka yang mereka temui. Keputusan ibu untuk memberikan ASI eksklusif

dilatarbelakangi oleh pengetahuannya bahwa manfaat menyusui dapat bermanfaat bagi semua orang, demikian hasil wawancara dengan enam informan. Bayi akan lebih cerdas dan sehat. Kanker payudara dapat dicegah dengan manfaat pemberian ASI eksklusif, menurut IU 2. Menurut penelitian Buckeley, Kathleen, dan Gloria (2006), menyusui dapat menurunkan kejadian kanker payudara sebesar 4,3% untuk setiap tahun anak disusui

Menurut informan IU 3, ibu yang memberikan ASI eksklusif pada bayinya mengalami penurunan berat badan dari berat badan sebelum hamil. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Wen et al. (2009) yang dilakukan di Australia, yang menemukan bahwa hingga 10% ibu percaya bahwa manfaat ASI eksklusif termasuk penurunan berat badan setelah melahirkan.

Hasil Penelitian juga menunjukkan bahwa semua responden setuju bahwa menyusui secara eksklusif dapat membantu bayi tumbuh dan berkembang lebih cepat serta membuatnya lebih sehat. Menurut Dewi (2011), pemberian ASI eksklusif pada anak selama enam bulan dapat memberikan dampak positif bagi kesehatan dan perkembangannya. Selain itu, Dewi (2011) mencatat bahwa karena senyawa pertahanan yang ada selama ini, bayi hampir tidak pernah sakit. Hal ini juga sejalan dengan Wen et al. (2009) penelitian, yang menemukan bahwa ASI bermanfaat bagi kesehatan bayi, melindungi mereka dari penyakit, memperkuat sistem kekebalan mereka, dan menumbuhkan ikatan yang mendalam antara ibu dan anak.

Setiap informan merasa senang dan bersyukur dapat memberikan ASI eksklusif selama enam bulan. Hal ini sesuai dengan Wen et al. Penelitian (2006), yang menemukan bahwa ibu yang berhasil memberikan ASI eksklusif mengalami perasaan nyaman dan bangga. Salah satu informan yang berprofesi sebagai ibu mengatakan merasa puas dan lega bisa melakukan yang terbaik untuk anaknya. Menurut teori yang dikemukakan oleh Wong et al. (2008), ibu merasa utuh dan puas saat bayi menyusu darinya karena memiliki perasaan yang sangat dekat dengan anaknya.

Informan Triangulasi (IT 1 – IT 4) (Pengetahuan tentang ASI Eksklusif, manfaat, pentingnya bagi ibu dan bayi, pendapat tentang mitos pemberian ASI eksklusif, pendapat tentang susu formula dan dampak untuk tumbuh kembang bayi, dan usaha yang dilakukan untuk mendukung pemberian ASI eksklusif)

*“ Asi eksklusif..(sambil tersenyum..berpikir)..asi yang diminum sampe 6 bulan, penting buat kesehatan bayi.....mitos kadang percaya kadang nggak...tapi saya lebih percaya ASI ketimbang susu formula....jadi ya saya nyaranin anak saya pake ASI aja...”(IT 1)*

*“asi eksklusif itu asi yang diberikan buat anak ketika setelah melahirkan sampe 6 bulan...manfaatnya buat anak tubuhnya menjadi kuat, dapat nutrisi yang cukup, kalo susu formula buat pendamping aja tapi ya nanti setelah 6 bulan.. dukungan saya.selalu ngingetin makanan yang dimakan, kadang bantuin urusan rumah tangga nya....”(IT 2)*

*“ ASI eksklusif itu air susu ibu sampe 6 bulan...manfaatnya banyak buat kekebalan tubuh bayi biar ga gampang sakit, makanan terbaik bayi, kalo susu formula boleh aja setelah 2 tahun, nanti kan kalo bayi udah gede mungkin ASI kurang ya bisa pake susu formula, saya*

*sih dukung aja...cuma kalo pisang aja ga papa kan mba...atau ga boleh ya? Saya kadang kasian barangkali kalo ASI aja kurang.....”(IT 3)*

*“Asi eksklusif itu ASI saja yang diminum bayi sampe 6 bulan...punya manfaat yang banyak buat ibu dan bayi, saya tau dari bidan sama tetangga-tetangga....susu formula ada bagusnya juga Cuma lebih bagus ASI...saya dukung apa yang anak saya pilih....”(IT 4)*

Beberapa dari informan triangulasi mengatakan bahwa ASI eksklusif adalah air susu ibu yang diberikan sampai 6 bulan, hanya ASI saja (IT 2 dan IT 4). Walaupun ada informan triangulasi yang masih ragu-ragu dengan waktu tepatnya pemberian makan pada bayi (IT 3). Informan Triangulasi memberikan dukungan kepada ibu untuk memberikan ASI secara eksklusif, beberapa informan memberikan kebebasan kepada IU untuk memutuskan apakah bayi akan diberikan ASI secara eksklusif atau tidak.

Menurut Sudiharto (2007) dukungan keluarga adalah dukungan untuk memotivasi ibu memberikan ASI saja kepada bayinya sampai usia 6 bulan termasuk memberikan dukungan psikologis kepada ibu dan mempersiapkan nutrisi yang seimbang kepada ibu.

## **Simpulan**

Semua informan (ibu menyusui) mengetahui pengetahuan tentang pentingnya ASI Eksklusif, Secara umum informan mengetahui tanda bayi cukup ASI, Pandangan ibu mengenai tanggungjawab dalam memberikan ASI Eksklusif sudah bagus karena menyusui penting untuk kesehatan bayidan merupakan hak bayi untuk mendapatkan ASI, Semua informan (ibu menyusui) Pandangan ibu terhadap susu formula terhadap tumbuh kembang anak kurang menyetujui, karena ASI yang terpenting bayi tidak perlu di beri susuformula sampai 6 bulan, Sebagian besar informan (ibu menyusui) memiliki motivasi yang kuat, perasaan senang dan bangga karena dapat menyusui bayinya sendiri walaupun mempunyai puting susu yang rata, teknik menyusui yang sering adalah posisi tidur dengan alasan nyaman, informan mengetahui tentang cara meningkatkan jumlah produksi ASI agar tetap memenuhi kebutuhan bayi dengan cara menjaga pola makan dan penambahan cairan, keberhasilan penerapan ASI eksklusif bahwa motivasi ibu dalam memberikan ASI eksklusif adalah karena tahu bahwa manfaat ASI dapat memberikan keuntungan bagi bayi, bayi lebih sehat dan pintar.

## **Daftar Pustaka**

- Susilowati, Kuspriyanto. (2016). Gizi Dalam Daur Kehidupan. Bandung. PT Refika Aditama.
- Anggraini, Y. (2010). Asuhan kebidanan masa nifas. Yogyakarta: Pustaka Rihana.
- Apriani, Ika. (2012). Perbedaan Faktor-faktor Pemberian ASI eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Poncol dan Puskesmas Candi Lama Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* Vol.1/2/2012Hal. 346-356
- M.Thaha. (2015). Determinan Pemberian ASI Eksklusif oleh Ibu Multipara di Kabupaten Jeneponto. *Jurnal MKMI*
- Balitbang Kemenkes RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS*. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI
- Eria, Yeni. (2014). Perbedaan Pengetahuan Ibu Primipara dan Ibu Multipara Dalam Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 6-12 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* Vol.1/2/2014
- Hidajati, (2012). Manajemen Laktasi Dalam: Febriani. N, Buku Panduan Bagi Bidan dan Petugas Kesehatan di Puskesmas. Jakarta, Pustaka Bunda : 76-83.

- Metti, Elvia. (2013). Pengaruh Manajemen Laktasi Paket *Breast* terhadap Masalah Laktasi Ibu Menyusui di Wilayah Keeja Puskesmas Nanggalo Padang. *Jurnal MKMI* Vol.2/3/2013.
- Moleong, Lexy J. (2013). *Metode Penelitian Kualitatif. Edisi Revisi*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Satori, Djam'an dan Aan Komariah. (2012). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung :Alfabeta.
- Smith, Paige H, dkk. (2012). *Early Breastfeeding Experiences of Adolescent Mothers : AQualitative Prospective Study*. USA,
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Sukardi. (2011). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara