

PENDIDIKAN DAN PENGETAHUAN IBU BEKERJA TENTANG ASI PERAH

Noor Azizah^{a,*}, Ana Zumrotun Nisak^b, Ashri Maulida Rahmawati^c

^{abc}Prodi Kebidanan Universitas Muhammadiyah Kudus. Jalan Ganesha I Purwosari Kudus Indonesia. Email : noorazizah@umkudus.ac.id

Abstrak

Kesetaraan gender bagi perempuan salah satunya adalah bekerja, namun terdapat dampak negative yaitu tidak optimalnya pemberian ASI eksklusif pada bayinya sehingga meningkatkan pemberian susu formula. Rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif disebabkan tingginya perempuan yang bekerja. Pengetahuan sebagai salah satu faktor keberhasilan dalam pemberian ASI eksklusif. Tujuan penelitian untuk mengetahui Pendidikan dan pengetahuan ibu bekerja tentang ASI Perah. Metode penelitian ini adalah deskriptif dengan sampel 109 ibu bekerja. Kriteria inklusi adalah ibu bekerja yang memiliki bayi usia > 6 bulan sampai 12 bulan.

Hasil penelitian riwayat Pendidikan tamat SMP sebesar 37,6 %, tamat SMA 33,9% dan tamat SD 28,4%. pengetahuan tentang Teknik pemerah ASI dengan kategori kurang 77,1%, pengetahuan cukup 17,4% dan pengetahuan baik 5,5%. Semakin tinggi Pendidikan ibu maka akan meningkatkan pengetahuan tentang Teknik pemerah ASI. Pengetahuan ibu tentang Teknik pemerah ASI sebagai salah satu factor keberhasilan ASI sehingga perlu dilakukan edukasi bagi ibu, perusahaan, keluarga dan pemangku kebijakan dalam meningkatkan cakupan ASI Eksklusif.

Kata kunci : Pengetahuan, Ibu Bekerja, ASI Perah

Abstract

Gender equality for women, one of which is work, but there is a negative impact, namely exclusive breastfeeding is not optimal for their babies so that it increases formula feeding. The low coverage of exclusive breastfeeding is due to the high number of working women. Knowledge as a factor of success in exclusive breastfeeding. The aim of this study is Knowing the knowledge of working mothers about expressed breast milk. This research method is descriptive with a sample of 109 working mothers. The inclusion criteria were working mothers who had babies aged > 6 months to 12 months. Results education history of graduating from junior high school was 37.6%, graduating from high school was 33.9% and graduating from elementary school was 28.4%. knowledge about milk expression techniques with less category 77.1%, sufficient knowledge 17.4% and good knowledge 5.5%. The higher the mother's education, the more knowledge about the technique of expressing breast milk. Mother's knowledge about the technique of expressing breast milk as a factor in the success of breastfeeding so that it is necessary to educate mothers, companies, families and stakeholders in increasing the coverage of exclusive breastfeeding.

Keywords: Knowledge, Working Mother, Expressed Breast Milk

I. PENDAHULUAN

Kesetaraan gender bagi perempuan salah satunya adalah bekerja, namun terdapat dampak negative yaitu tidak optimalnya pemberian ASI eksklusif pada bayinya sehingga meningkatkan pemberian susu formula (Novitasari & Khasanah, 2022). Ketidakberhasilan menyusui eksklusif terjadi karena hambatan yaitu dukungan dari tempat

kerja. Dukungan dari tempat kerja tersedianya tempat yang layak untuk pemerah ASI dan dukungan suami sebagai factor yang sangat diperlukan untuk mendukung keberhasilan ASI eksklusif (Winarti & Pratiwi, 2021).

Penyediaan fasilitas menyusui atau pemerah ASI telah tersedia namun terdapat prasarana yang kurang yaitu sabun cuci tangan dan penutup ruangan. Faktor

penggunaan ruangan tersebut dipengaruhi oleh factor privasi, factor kelengkapan dan factor kelengkapan (Rohmawati et al., 2023). Kendala yang dihadapi pada ibu bekerja dalam pemberian ASI eksklusif ketersediaan pojok laktasi, freezer. Permasalahan yang dihadapi pada ibu bekerja meninggalkan pekerjaan untuk menyusui dan mengabaikan pemberian ASI tetap bekerja (Asikin, 2022). Kendala yang dihadapi ibu tidak memberikan ASI eksklusif karena produksi ASI yang kurang, pemahaman ibu yang kurang terkait dengan cara laktasi, bayi prelakteal feeding, kelainan puting yaitu puting lecet, puting terbenam, payudara bengkak, pemahaman bahwa susu formula lebih praktis dan anjuran dari keluarga (Kadeir et al., 2022).

Penggunaan *breastpump* sebagai upaya dalam meminimalkan kegagalan dalam pemberian ASI eksklusif terutama pada ibu yang kembali bekerja. Factor yang mendukung keberhasilan menyusui adanya dukungan dan kebijakan public untuk menyusui ibu bekerja (Yuliantie & Kusvitasari, 2022). Data dari dinas kesehatan Kabupaten Kudus tahun 2021 cakupan ASI eksklusif terjadi penurunan dibandingkan dengan tahun 2020 dari 65 % menjadi 48,6% (Dinas, 2021)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengetahuan ibu bekerja tentang memerah ASI.

II. LANDASAN TEORI

a) Pengetahuan

1. Domain Perilaku

Domain perilaku menurut taksonomi Bloom ada 3 yaitu kognitif (pengetahuan/cipta), afektif (sikap/rasa) dan psikomotor (ketrampilan/karsa)

a. Pengetahuan (Knowledge)

Pengrahan adalah hasil penginderaan manusia (penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba) terhadap suatu obyek tertentu. Pengetahuan bersumber pada rasionalisme akal budi, pola pikir dan empirisme yang diperoleh dari pengalaman, pengetahuan dapat juga diperoleh manusia dari Pendidikan formal maupun non formal.

Tingkatan pengetahuan menurut Notoatmodjo

- 1) Tahu (know), merupakan tingkatan yang paling rendah, yang diartikan sebagai mengingat kembali terhadap sesuatu yang dipelajari atau rangsangan yang diterima, contoh mengetahui kapan saat yang tepat melakukan kunjungan pemeriksaan antenatal, mengetahui manfaat ASI eksklusif, mengetahui cara memerah ASI, dll.
- 2) Memahami (comprehension), merupakan bentuk kemampuan untuk menjelaskan dengan benar tentang apa yang diketahui serta menginterpretasikannya. Sebagai contoh, ibu tidak hanya sekedar mengetahui memerah ASI, tetapi kapan harus memerah ASI.
- 3) Aplikasi (application), dari hasil tahu dan memahami, aplikasi merupakan bentuk kemampuan untuk menggunakannya pada kondisi yang nyata. Dari tahu kapan memerah, ibu mampu menerapkan teknik memerah ASI metode manual maupun menggunakan alat
- 4) Analisis (analysis), merupakan kemampuan menjabarkan materi dalam komponen yang masih berada dalam struktur organisasinya serta masih berkaitan satu dengan lainnya. Ibu mempunyai kemampuan memerah ASI, menggunakan metode manual maupun elektrik, menyimpan dan memberikan ASI perah sesuai dengan prosedur.
- 5) Sintesis (synthesis), kemampuan menyusun, menghubungkan, merencanakan, meringkas dan menyesuaikan dari suatu teori atau rumusan yang ada. Ibu mampu menyusun jadwal kapan istirahat, memerah ASI, menyusui secara langsung, menyusun kapan memberikan makanan pendamping ASI sesuai dengan usianya.
- 6) Evaluasi (evaluation), kemampuan melakukan penilaian terhadap materi. Berdasarkan kriteria yang sudah ditentukan sendiri. Contohnya ibu dapat menilai kecukupan ASI pada bayi berupa frekuensi buang air kecil.

b) ASI Eksklusif

Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama hanya di berikan ASI.

Kebutuhan energi dan zat gizi untuk bayi didapatkan dari ASI. Pemberian ASI berhubungan dengan komitmen ibu, dukungan keluarga dan lingkungan sekitar.

1. Menyusu langsung pada payudara
Metode yang terbaik sehingga membantu meningkatkan dan menjaga produksi ASI. Metode terbaik karena menyusui langsung ibu dan bayi dapat bersentuhan kulit sehingga dapat meningkatkan ikatan batin yang kuat.
2. Memberikan ASI perah
 - 1) Cara pemerah ASI Siapkan wadah penampung ASI
 - 2) Cuci tangan sebelum dan sesudah pemerah ASI
 - 3) Cari posisi yang nyaman, condongkan badan sedikit ke depan (jika posisi duduk)
 - 4) Rangsang puting susu dengan ibu jari dan jari telunjuk
 - 5) Letakkan ibu jari dibagian atas sebelah luar areola (pada jam 12) dan jari telunjuk dan jari tengah di bawah areola (pada jam 6) posisi jari tangan membentuk huruf C di sekitar payudara.
 - 6) Tekan jari-jari ke arah dada, kemudian pencet dan tekan payudara di antara jari-jari, lalu lepaskan, dorong ke arah puting seperti mengikuti gerakan mengisap bayi. Ulangi hal ini berulang-ulang.
 - 7) Hindari menarik atau memeras terlalu keras. Bersabarlah mungkin pada awalnya akan memakan waktu yang agak lama
 - 8) Ketika ASI mengalir lambat, gerakkan jari di sekitar areola dan berpindah-pindah tempat, kemudian mulai pemerah lagi
 - 9) Ulangi prosedur ini sampai payudara menjadi lembek dan kosong.
 - 10) Menggunakan kompres hangat sebelum pemerah ASI akan membantu pengeluaran ASI
3. Wadah yang dianjurkan untuk menyimpan ASI Perah
 - a. Wadah yang keras dan terbuat dari kaca atau plastic keras sehingga dapat menyimpan ASI perah dalam jangka waktu yang lama
 - b. Kantung plastic khusus sebagai wadah penyimpanan ASIP dalam jangka waktu pendek yaitu kurang 72 jam
 - c. Wadah penyimpanan sebaiknya kedap udara
 - d.
 4. Cara penyimpanan ASIP menurut IDAI
 - a. ASIP dapat disimpan pada suhu ruangan $\leq 25^{\circ}\text{C}$ selama 6-8 jam. Kalau suhu ruangan kurang dari 25°C maka ASIP tahan 2-4 jam
 - b. Wadah ASIP harus ditutup dibiarkan dingin
 - c. ASI dapat disimpan insulated cooler bag dengan ice pack tahan selama 24 jam
 - d. ASI dapat disimpan dalam lemari es atau kulkas bersuhu 4 sampai 5 hari
 - e. ASI dapat disimpan dalam freezer, bagian freezer terletak dalam lemari es atau kulkas (-15) selama 2 minggu, freezer dan lemari es atau kulkas memiliki pintu yang berbeda (-18) selama 3-6 bulan
 - f. Deep freezer yang jarang dibuka dan temperturnya tetap ideal (-20) selama 6-12 bulan, namun ada beberapa bukti yang menyatakan lemak dalam ASI dapat mengalami degradasi sehingga kualitas ASI menurun.

Cara menghangatkan ASIP beku

- a. Memindahkan ASIP ke dalam lemari es atau kulkas (suhu 4) pada malam hari sebelum digunakan agar ASIP mencair
- b. Sebelum digunakan, hangat ASIP dengan menempatkan wadah penyimpanan ASI dalam air hangat yang mengalir atau mangkuk berisi air hangat. Usahakan jangan sampai air hangat pada mangkuk menyentuh bibir wadah penyimpanan ASI
- c. Selama proses menghangatkan ASIP, sebaiknya tidak menggunakan microwave oven atau kompor untuk memanaskan ASIP. Tindakan tersebut dapat meninggalkan noda dan menghancurkan antibody yang terkandung dalam ASI

III. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Sampel penelitian ini adalah ibu menyusui yang bekerja. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 109 orang. Pengambilan sampel dengan kriteria inklusi ibu mempunyai bayi dengan usia 6-12 bulan.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	%
Tamat SD	31	28,4
Tamat SMP	41	37,6
Tamat SMA	37	33,9
Total	109	100

Dari table diatas sebagian besar responden mempunyai riwayat Pendidikan tamat SMP sebesar 37,6 %, tamat SMA 33,9% dan tamat SD 28,4%

Tabel 2. Pengetahuan tentang Teknik pemerah ASI

Pengetahuan tentang Teknik pemerah ASI	Frekuensi	%
Baik	6	5,5
Cukup	19	17,4
Kurang	84	77,1
Total	109	100

Dari table diatas sebagian besar dengan pengetahuan kurang 77,1%, pengetahuan cukup 17,4% dan pengetahuan baik 5,5%.

Hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa sebagian besar dengan pendidikan dasar dengan hasil pengetahuan sebagian besar kurang. Penelitian ini selaras dengan hasil penelitian dari (Fidiawati et al., 2022) Penyebab rendahnya cakupan ASI eksklusif pada ibu primipara karena tingkat Pendidikan yang rendah. Ibu dengan Pendidikan rendah sebanyak 94,1 % tidak memberikan ASI eksklusif dan ibu dengan Pendidikan tinggi memberikan ASI eksklusif sebanyak 38,9%, semakin tinggi Pendidikan ibu primipara maka akan semakin meningkat peluang pemberian ASI eksklusif. Factor yang paling dominan dalam pemberian ASI eksklusif adalah pengetahuan ibu, ibu dengan pengetahuan baik memiliki peluang 8 kali lebih besar untuk memberikan ASI eksklusif (Pujiani, 2015). Semakin tinggi pengetahuan maka semakin tinggi motivasi ibu untuk memberikan ASI eksklusif (Nurkhayati, 2022). Tingkat Pendidikan sebagai salah satu factor dalam pemberian ASI eksklusif (Ampu, 2018).

Dari hasil penelitian (Harfiandri et al., 2018) ada hubungan antara Pendidikan dengan pemberian ASIP. Ibu menyusui yang bekerja sebagian besar tidak melakukan pemberian ASIP. Pemerahan ASI

menggunakan pemerahan tangan mempunyai kualitas yang lebih baik dan merasa lebih nyaman dibandingkan dengan manual breast pump (Sopiatun et al., 2020).

Dukungan keluarga pada ibu yang menyusui akan mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Motivasi dan kepercayaan diri pada ibu bekerja yang menyusui diperlukan sebagai salah satu factor yang mendukung keberhasilan pemberian ASI (Besmaya et al., 2022).

Peningkatan pengetahuan ibu tentang menyusui melalui edukasi sangat significant (Dyna et al., 2021). Alasan ibu bekerja tidak memberikan ASI antara lain masalah fisik, persepsi ketidakcukupan ASI, perasaan repot, waktu yang terbatas, sarana prasarana yang tidak mendukung, ekonomi dan kurangnya pengetahuan yang menyebabkan kegagalan pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja (Hariyanti et al., 2020).

Pengetahuan tentang perawatan payudara sebagai salah satu factor yang berhubungan dengan kejadian bendungan ASI (Yanti, 2017).

Kegagalan program pemberian ASI eksklusif dapat dipengaruhi oleh support keluarga yang negative terutama dari nenek. Dukungan informasi dan Pendidikan kesehatan perlu dilakukan pada seluruh anggota keluarga (Sunarto et al., 2022).

Ruang laktasi di tempat umum masih kurang adanya dukungan dan belum terlaksana dengan baik karena factor komunikasi antara pelaksana dengan sasaran kebijakan ruang laktasi, ketersediaan sumber daya dalam kebijakan ruang laktasi masih belum sesuai dengan peraturan yang berlaku.(Hasibuan et al., 2022).

Lama atau durasi cuti bekerja sebagian besar dilakukan oleh ibu dengan cuti kerja \geq 3 bulan, hal ini dapat meningkatkan pemberian ASI dan meminimalkan pemberian ASI eksklusif. Ibu yang mendapatkan dukungan tempat kerja sebagian besar tidak memberikan ASI eksklusif sehingga factor penghambat pemberian ASI bukan dari dukungan tempat kerja, kemungkinan dari factor yang lain (Santi et al., 2020).

V. KESIMPULAN

Sebagian besar responden dengan pendidikan SMP sebesar 37,6 % dengan pengetahuan tentang Teknik pemerah ASI dengan kategori kurang 77,1 %. Pengetahuan ibu bekerja tentang pemerah ASI sebagai salah satu factor keberhasilan dalam ASI eksklusif. Dengan pengetahuan yang dapat ditingkatkan melalui edukasi dan dukungan dari keluarga dan tempat kerja serta upaya bagi pemangku kebijakan lintas sector dan lintas program khususnya kesehatan kerja bagi perempuan yang menyusui

DAFTAR PUSTAKA

- Ampu, M. N. (2018). Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi Di Puskesmas Neomuti Tahun 2018. *Intelektif: Jurnal Ekonomi, Sosial & Humaniora*, 2(12), 9–19.
<https://www.jurnalintelektiva.com/index.php/jurnal/article/view/503>
- Asikin, S. B. (2022). Metode Breastpump Dalam Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Terhadap Ibu Pekerja. *Jurnal Berita Kesehatan*, XV(2).
- Besmaya, B. M., Putri, N. A., Sulistiawati, Y., & Jamaan, T. (2022). Family Support and Mother's Occupation on The Accomplishment of Exclusive Breastfeeding. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(S1), 129–133.
<https://doi.org/10.30604/jika.v7is1.1216>
- Dinas, K. (2021). *KABUPATEN KUDUS TAHUN 2021*.
- Dyna, F., Putri, V. D., & Mulfia, R. S. (2021). Edukasi Breastfeeding Berpengaruh Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil. *Jurnal Endurance*, 6(2), 229–235.
<https://doi.org/10.22216/jen.v6i2.128>
- Fidiawati, R., Sanjaya, R., Veronica, S. Y., & Febriyanti, H. (2022). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Primipara (Factors Associated with Exclusive Breastfeeding in Primiparous Mothers)*. 1(1), 23–28.
- Harfiandri, S., Dea, D., & Putri, A. (2018). Hubungan Pendidikan Dan Pengetahuan Ibu Tentang Asi Perah Dengan Praktek Pemberian Asi Perah. *Jurnal Endurance*, 3(2), 415.
<https://doi.org/10.22216/jen.v3i2.3191>
- Hariyanti, D., Maria, D. Y., & Rahayu, B. A. (2020). Jurnal Delima Harapan 2020 FAILURE FACTORS OF EXCLUSIVE BREASTFEEDING BY WORKING MOTHERS. *Jurnal Delima Harapan*, 6, 1–11.
- Hasibuan, R., Sahrija, F., Pohan, A., Masyarakat, F. K., Islam, U., & Sumatera, N. (2022). Kebijakan Penyediaan Ruang Laktasi di Fasilitas Publik: Studi Kasus Plaza Medan Fair Kota Medan. *Jurnal Endurance*, 7(June), 329–342.
- Kadeir, S., Irwan, & Mertosono, D. J. (2022). Perbedaan Pemberian ASI Eksklusif Di Tinjau Dari Pola Asuh Ibu Bekerja dan Tidak Bekerja di Puskesmas Kabila Bone. *Journal Health and Science: Gorontalo Journal Health & Science Community*, 6, 109–120.
- Novitasari, E., & Khasanah, R. N. (2022). *Peran dan Tanggung Jawab Ibu Menyusui dalam Menghadapi Kesetaraan Gender Untuk Bekerja The Role and Responsibilities of Breastfeeding Mothers in Facing Gender Equality at Work*. 1(3), 249–262.
- Nurkhayati, A. (2022). *The Effect Of Mother ' s Knowledge In Influencing Motivation For Exclusive Breastfeeding In Talang Village , Bayat District , Klaten Regency Pengaruh Pengetahuan Ibu Dalam Mempengaruhi Motivasi Pemberian ASI Eksklusif Di Kelurahan Talang , Kecamatan Bayat*. 2(2), 977–986.
- Pujiani, M. rahmawati. (2015). Analisis Faktor Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Edu Health*, 5(2).
- Rohmawati, A., Indarta, D. W., Menyusui, I., & Menyusui, R. (2023). Pemenuhan Hak Ibu Menyusui Atas Ketersediaan Ruang Menyusui di Bravo Swalayan Bojonegoro Dalam Prespektif Peraturan

Meteri Kesehatan Nomor 15 Tahun 2013 Tentang Tata Cara Penyediaan Fasilitas Khusus Menyusui Dan/Atau Memerah Air Susu Ibu. *Justitiable*, 6(2).

Santi, M. Y., Santoso, S., & Sholihah, N. (2020). The Correlation Between Workplace Supports With Exclusive Breastfeeding On Working Mothers In Puskesmas Sewon Bantul Regency. *Jurnal Kesmas Indonesia*, 12(1), 41–52.

Sopiatun, S., N Natapawira, H. M., & Dhamayanti, M. (2020). Perbandingan Teknik Pemerahan Asi Tangan Dengan Manual Breast Pump Terhadap Kenyamanan Ibu Dan Kualitas Asi. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 4(2), 18–27. <https://doi.org/10.36341/jomis.v4i2.1322>

Sunarto, Ngestiningrum, A. H., & Suryani, W. F. (2022). Support Tipe Keluarga Terhadap Kegagalan Cakupan ASI Eksklusif. *Jurnal Penelitian Suara Forikes*, 13(April), 467–475.

Winarti, G. R., & Pratiwi, C. S. (2021). Dukungan keluarga pada ibu bekerja dalam memberikan ASI eksklusif di negara berkembang: Scoping review. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 5(2), 127–136. <https://doi.org/10.32536/jrki.v5i2.200>

Yanti, P. D. (2017). Hubungan Pengetahuan, Sikap Ibu Dengan Bendungan ASI di Puskesmas Sidomulyo Pekanbaru Tahun 2016. *Jurnal Endurance*, 2(1), 81. <https://doi.org/10.22216/jen.v2i1.1675>

Yuliantie, P., & Kusvitasari, H. (2022). Penggunaan Breast Pump Pada Ibu Menyusui. *Journal of Current Health Sciences*, 2(2), 55–60. <https://doi.org/10.47679/jchs.202235>