



KONSELING MANAJEMEN LAKTASI DENGAN *FLASHCARD* MENINGKATKAN PRAKTEK PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA IBU BEKERJA

Shohipatul Mawaddah*, Asri Daniyati

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nahdlatul Wathan Mataram, Jl. Kaktus No.1-3, Gomong, Kota Mataram, Nusa Tenggara Barat 83126, Indonesia

*shohip.mut1f4n15@gmail.com

ABSTRAK

Kegagalan dalam memberikan ASI eksklusif pada ibu bekerja sering terjadi karena kurangnya pemahaman tentang manajemen laktasi. Pemahaman manajemen laktasi yang meliputi konsep ASI eksklusif, cara menyusui, pemerahan ASI, menyimpan ASI perah, cara memberikan ASI perah dan strategi agar produksi ASI tetap lancar sangatlah penting, sehingga diharapkan bisa membuat ibu konsisten memberikan ASI saja selama 6 bulan. Metode yang bisa diterapkan agar pemberian ASI eksklusif ini tetap diberikan adalah dengan cara konseling manajemen laktasi menggunakan media *flashcard*. *Flashcard* biasanya berisi gambar menarik, kata dan kalimat yang bisa disesuaikan dengan kebutuhan materi, lebih mudah dibawa dan praktis dalam penggunaannya. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh konseling manajemen laktasi dengan media *flashcard* terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja. Metode penelitian yang digunakan adalah *Quasi Experimental* pendekatan *Pre test-Post test with Control Group*. Populasinya adalah semua ibu menyusui 2-3 bulan dengan status bekerja/cuti bekerja yang masih memberikan ASI saja pada bayi dimana terdapat dua kelompok sampel yaitu kelompok perlakuan merupakan sampel yang diberikan konseling sebanyak 11 orang dan kelompok kontrol yaitu sampel yang tidak diberikan konseling sebanyak 11 orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang sudah valid dan reliabel dengan dilakukan pretest dan posttest. Pengolahan data menggunakan uji statistik *Man Whitney* dengan hasil nilai *p value* pada kedua kelompok masing-masing pengetahuan $p=0.043$ serta sikap $p=0,008$ yang artinya terdapat pengaruh dan perbedaan yang bermakna antara pengetahuan dan sikap ibu setelah diberikan konseling pada kedua kelompok terhadap keberhasilan dalam memberikan ASI Eksklusif selama bekerja.

Kata kunci: ASI eksklusif; *flashcard*; ibu bekerja; konseling manajemen laktasi

LACTATION MANAGEMENT COUNSELING WITH *FLASHCARD* IMPROVE EXCLUSIVE BREASTFEEDING PRACTICES FOR WORKING MOTHERS

ABSTRACT

The failure to provide exclusive breastfeeding for working mothers often occurs because of the understanding of lactation management. Understanding of lactation management which includes the concept of exclusive breastfeeding, how to breastfeed, expressing breastmilk, storing expressed breast milk, how to provide milk and strategies to keep milk production smooth is very important, so it is hoped that it can make mothers consistently give only breast milk for 6 months. The method that can be applied in order to offer exclusive breastfeeding is still lactation management counseling using *flashcards*. *Flashcards* usually contain attractive images, words and sentences that can be tailored to the material needs, easier to carry and practical to use. This study aims to examine the effect of lactation management counseling using *flashcard* media to ensure exclusive breastfeeding for working mothers. The research method used was a *Quasi Experimental* approach, *Pre-test-Post-test with Control Group* design. The population is all breastfeeding mothers for 2-3 months with work/leave status who still only breastfeed their babies, there are two sample groups, namely the intervention group which is a sample that is given counseling amount 11 respondents and the control group that is a sample that is not given counseling amount 11 respondents. Collecting data using a valid and reliable questionnaire with pretest and posttest. Data processing with the *Man Whitney* statistical test shows the *p value* in the two groups

of knowledge $p = 0.043$ and attitude $p = 0.008$ which means that there is an influence and difference between the knowledge and attitudes of the mother after counseling the two groups on support in providing exclusive breastfeeding during work.

Keywords: exclusive breastfeeding; flashcards; lactation management counseling; working mother

PENDAHULUAN

Manfaat menyusui terbukti jangka pendek dan jangka panjang yang penting bagi bayi dan ibu. Manfaat jangka pendek dapat mengurangi angka kesakitan dan kematian pada anak-anak akibat penyakit infeksi. Sedangkan, manfaat jangka panjang diantaranya terkait perkembangan kognitif masa anak-anak dan tingkat kesehatan yang lebih baik saat dewasa (Murtagh & Moulton, 2011). Praktek di lapangan menunjukkan banyak masyarakat gagal dalam memberi dukungan pada ibu untuk menyusui, sehingga banyak anak di dunia umumnya tidak merasakan manfaat penuh dari air susu ibu (ASI) (WHO, 2018). Belum maksimalnya pencapaian terget pemberian ASI eksklusif tidak lepas dari beberapa faktor. Salah satu faktor penting adalah kondisi ibu yang bekerja dimana kurangnya akomodasi untuk menyusui di tempat kerja (Ambarwati & Mutias, 2020). Banyak wanita di seluruh dunia menghabiskan waktu untuk pekerjaan mereka dan berada jauh dari bayi setelah melahirkan. Kembali ke tempat kerja ini adalah salah satu penyebab paling umum dari ibu menyusui untuk berhenti memberikan ASI (Chen et al., 2019).

Kemendes RI menjelaskan ibu bekerja rata-rata memiliki 8 jam sehari untuk meninggalkan bayinya, hal ini menyebabkan ibu tidak memiliki waktu yang cukup untuk menyusui anaknya. Minimnya kesempatan untuk memerah ASI di tempat kerja, tidak tersedianya ruang ASI, serta kurangnya pengetahuan ibu tentang manajemen laktasi saat bekerja membuat keadaan tersebut lebih serius untuk diperhatikan (PMK, 2014). Temuan penelitian lain menunjukkan kekurangan ruang laktasi adalah salah satu hambatan paling serius bagi ibu yang bekerja untuk terus menyusui, selain itu disampaikan bahwa banyak ibu berbagi pengalaman tentang kesulitan memerah, menyimpan, dan mengantar ASI dari tempat kerja (Chen et al., 2019).

Strategi yang bisa dilakukan agar ibu bekerja selalu memberikan ASI eksklusif adalah dengan meningkatkan pemahaman ibu. Metode yang sering diterapkan untuk meningkatkan pemahaman seseorang tentang kesehatan termasuk ASI eksklusif yaitu dengan cara konseling. Konseling efektif didukung oleh berbagai faktor seperti materi dan media. *Flashcard* adalah salah satu media yang bisa dijadikan pilihan dalam memberikan konseling. Beberapa kelebihan *flashcard* yaitu penggunaannya yang mudah dibawa dan praktis. *Flashcard* berisikan gambar-gambar menarik, kata dan kalimat yang bisa disesuaikan dengan kebutuhan materi yang akan diberikan (Henni Syafriana Nasution, 2018). Dengan demikian, pemilihan media *flashcard* saat konseling tentang manajemen laktasi pada ibu bekerja diharapkan lebih efektif untuk dipahami ibu menyusui sehingga ibu bisa konsisten memberikan ASI eksklusif. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh konseling manajemen laktasi dengan media *flashcard* sebagai metode meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja.

METODE

Desain penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode *Quasi Experimental* dengan pendekatan *Pre test-Post test with Control Group*. Dilakukan pre test pada kedua kelompok dan diikuti intervensi pada kelompok perlakuan berupa konseling menggunakan media *flashcard* sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan. Populasi pada penelitian ini adalah semua ibu menyusui usia 2-3 bulan dengan status bekerja/cuti bekerja yang masih memberikan ASI saja pada bayi. Sampel penelitian dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Sampel pada kelompok perlakuan maupun kontrol yaitu sebagian ibu

menyusui usia 2-3 bulan dengan status bekerja/cuti bekerja yang masih memberikan ASI saja pada bayi sebanyak 11 orang tiap kelompok. Teknik pengambilan sampel dengan *Consecutive sampling* yaitu penentuan sampel berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi dan teknik yang sama pada kelompok kontrol.

Instrument dalam penelitian ini adalah kuesioner yang berisikan karakteristik responden, pengetahuan ibu, sikap ibu dan perilaku praktik memberikan ASI selama bekerja. Kuesioner yang digunakan merupakan modifikasi kuesioner penelitian sebelumnya yang sudah valid dan reliable serta sudah mendapatkan *expert judgment* dari pakar yaitu konselor ASI yang ada di wilayah penelitian. Selain kuesioner, terdapat media konseling berupa *flashcard* yang berisikan konsep manajemen laktasi, disusun berdasarkan konsultasi bersama pakar konselor ASI. Data diambil oleh peneliti secara langsung dan dibantu oleh kader pada masing-masing wilayah untuk mengumpulkan responden. Peneliti melakukan *pre test* terlebih dahulu pada kedua kelompok sampel yang berisi data karakteristik responden, pengetahuan dan sikap ibu terkait menyusui selama bekerja. Setelah *pre test* dilakukan, kelompok perlakuan diberikan konseling manajemen laktasi menggunakan *flashcard* sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan. Setiap bulan peneliti menghubungi kedua kelompok untuk menanyakan apakah masih tetap ASI eksklusif atau tidak dan saat bayi usia 6 bulan peneliti memberikan kuesioner *post test* pada kedua kelompok yang menanyakan kembali pengetahuan, sikap, dan perilaku praktik menyusui selama bekerja.

Analisis data pada penelitian ini terdiri dari analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik dari kedua kelompok dan memaparkan perilaku praktik kedua kelompok dalam memberikan ASI selama bekerja. Analisis data bivariat mengacu pada dua indikator penting terkait pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja yakni skor nilai pengetahuan dan sikap ibu. Dilakukan uji *Man Whitney* (distribusi data tidak normal) untuk mengetahui pengaruh pemberian konseling yang berhubungan dengan pengetahuan dan sikap ibu pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol terhadap keberhasilan ASI eksklusif pada ibu bekerja. Peneliti telah mendapatkan surat persetujuan *ethical clearance* dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Universitas Negeri Mataram (UNRAM) Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) dengan Nomor: 111/UN18.F7/ETIK/2020.

HASIL

Karakteristik Responden

Dua puluh dua (22) responden dari kedua kelompok menunjukkan karakteristik yang sama sebagaimana dijelaskan pada table 1 di bawah. Table 1 menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna rata-rata \pm standar deviasi umur responden yang ada di kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol ($p=0,962>\alpha$). Tampak kedua nilai rata-rata umur hampir sama yaitu 31,90 tahun dan 32,00 tahun. Hal ini berarti bahwa kedua kelompok menunjukkan sampel penelitian yang dipilih terbukti homogen dalam hal sebaran umur responden. Tampak pada nilai rata-rata pendapatan keluarga kedua kelompok menunjukkan tidak ada perbedaan ($p=0,825>\alpha$), kelompok perlakuan memiliki rata-rata pendapatan keluarga Rp 4.681.806 dan hampir sama dengan rata-rata pendapatan keluarga yang ada pada kelompok kontrol Rp 4.954.506. Baik pada kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol sebagian besar memiliki tingkat pendidikan perguruan tinggi masing-masing 11 responden (100%) pada perlakuan dan 8 responden (86,4%) pada kontrol. Sebagian besar responden pada kedua kelompok merupakan pegawai swasta / kontrak, 72,7% (8 responden) kelompok perlakuan dan 54,5% (6 responden) kelompok kontrol. Sebagian responden memiliki anak lebih dari 1, semua responden penelitian memiliki riwayat.

Tabel 1.
Karakteristik Responden pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Variabel	Perlakuan (n=11)	Kontrol (n=11)	p-value*
	Rerata±SD	Rerata±SD	
Umur (tahun)	31.90±3.65	32.00±5,04	0.962
Pendapatan (Rp)	4.681.806±2.227.920	4.954.506±3.372.350	0.825
	n (%)	n (%)	
Tingkat Pendidikan:			0,176
Tamat SMP	0 (0)	2 (18,2)	
Tamat SMA	0 (0)	1 (9,1)	
Tamat perguruan tinggi	11 (100)	8 (86,4)	
Pekerjaan			0,319
PNS	3 (27,3)	3 (27,3)	
Swasta/Kontrak	8 (72,7)	6 (54,5)	
Wiraswasta	0 (0)	2 (18,2)	
Paritas:			0,500
1 anak	3 (27,3)	4 (36,4)	
>1 anak	8 (72,7)	7 (63,6)	
Riwayat Kunjungan ANC:			
< 4 kali	0 (0)	0 (0)	
≥ 4 kali	11(100)	11(100)	
Cara Melahirkan:			0,193
Normal	8 (72,7)	5 (45,5)	
Tindakan (SC)	3 (27,3)	6 (54,5)	
Tempat Melahirkan:			0,388
BPM	1 (9,1)	0 (0)	
Polindes	4 (36,4)	1 (9,1)	
PKM	1 (9,1)	1 (9,1)	
Klinik / RS swasta	4 (36,4)	8 (72,7)	
RS Umum	1 (9,1)	1 (9,1)	

Kunjungan ANC 100% lebih dari 4 kali. Sedangkan cara melahirkan kelompok perlakuan sebagian besar adalah normal 8 responden (72,7%) kelompok kontrol 6 responden (54,5%) secara SC namun tidak ada perbedaan yang bermakna antar keduanya (p=0,193). Dan tempat melahirkan responden sebagian besar di klinik / rumah sakit swasta.

Praktik Perilaku Responden Dalam Memberikan ASI Selama Bekerja

Table 2 menggambarkan bahwa dari 22 ibu menyusui bekerja yang dijadikan sebagai responden, sebagian besar memberikan ASI eksklusif yaitu sebanyak 13 ibu (59.1%), dari 9 responden yang tidak memberikan ASI tersebut 8 (88,8%) diantaranya memberikan alasan tidak eksklusif karena bayi tidak puas menyusui saat ditinggal bekerja. Cara ibu memberikan nutrisi baik ASI/ yang lainnya kepada bayi saat ditinggal bekerja sebagian besar dengan menyusui bayi terlebih dahulu sampai puas sebelum berangkat kerja sebanyak 19 responden (86,4%). Jika ibu memberikan ASI perah, 16 responden (72,7) menggunakan tangan dan pompa untuk pemerah, tetapi dari 16 responden tersebut hanya 11 (50%) responden yang rutin

memerah ASI. Dan dari 11 ibu yang rutin memerah ASI, 8 ibu (72,7%) ASI yang didapatkan disimpan menggunakan cooler bag.

Table 2.
Praktik Menyusui Responden dalam Memberikan ASI Selama Bekerja

Variabel	f	%
Nutrisi yang ibu berikan pada bayi saat usia sampai 6 bulan?		
ASI saja	13	59.1
ASI dan Susu formula	9	40.9
Faktor / alasan ibu tidak memberikan ASI saja sampai 6 bulan		
Menyusui melelahkan	1	11,1
Merasa sudah waktunya untuk berhenti	1	11,1
Menyusui terlalu merepotkan	4	44,4
Dianjurkan oleh keluarga	6	66,6
Produksi susu menurun	6	66,6
Bayi lapar / tidak puas menyusu ASI saja	8	88,8
Berat badan bayi tidak bertambah	1	11,1
Cara ibu memberikan ASI / nutrisi kepada bayi saat bekerja		
Bayi disusui dulu sampai puas sebelum ibu berangkat bekerja	19	86.4
ASI disimpan dalam lemari es	12	54.5
Dengan botol	10	45.5
Jika ibu memberikan ASI perah, ASI diperah dengan menggunakan		
Menggunakan tangan	5	22.73
Menggunakan tangan dan pompa	16	72.7
Menurut ibu, Apakah ASI perah yang ibu dapatkan cukup untuk bayi		
Ya cukup/lebih	13	54.55
Tidak cukup/kurang	9	40.91
Bila Ibu bekerja, ibu memberikan ASI perah kepada bayi dengan cara		
Menggunakan sendok / pipet	10	45.5
Menggunakan botol dot	14	63.6
Selama ibu di tempat kerja, sikap ibu terhadap ASI adalah		
Melakukan pompa setiap kali payudara terasa penuh	13	59.1
Membiarkan payudara penuh/bengkak samapai pulang bekerja	4	18.2
Langsung pulang untuk menyusui	11	50.0
Apakah ibu rutin memerah/ memompa ASI selama di tempat kerja		
Ya	11	50.0
Tidak	11	50.0
Jika ibu rutin memerah / memompa ASI di tempat kerja, apa yang ibu lakukan terhadap ASI perah yang ibu dapatkan		
Dibuang		
Disimpan menggunakan cooler bag	8	72,7
Dikirim langsung ke bayi	3	27,3
Apakah Ibu melakukan perawatan khusus untuk memperlancar ASI ?		
Ya	8	36.4
Tidak	14	63.6
Apa yang Ibu lakukan agar produksi ASI lebih banyak ?		
Perawatan payudara /massase payudara	7	31.8
Obat-obatan/suplementasi/boster ASI	11	50.0
Makan lebih banyak sayur-sayuran / buah	22	100.0
Minum Vitamin	9	40.9
Minum jamu	1	4.5
Olahraga	3	13.6
Mengurangi pekerjaan berat	8	36.4
Istirahat yang cukup	15	68.2
Tidak stres	11	50.0

Variabel	f	%
Berapa lama ibu meninggalkan bayi saat bekerja		
Kurang dari 3 jam	8	36.4
4-6 jam	10	45.5
Lebih 6 jam	4	18.2

Table 3.
Uji Beda Pre Test Dan Post Tes Pengetahuan Serta Sikap Ibu Pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Variabel	Tindakan	Kelompok Perlakuan	Kelompok Kontrol	p-value
		Mean±SD	Mean±SD	
Pengetahuan	Pretest	73,00±12,70	76,73±13,72	
	Posttest	95,82±5,09	78,45±13,05	0,000***
	Δ	22,82±7,61	1,72±0,67	
	p-value	0,003*	0,197**	
Sikap	Pretest	36,27±3,00	35,09±3,30	
	Posttest	38,45±2,34	33,09±2,66	0,001***
	Δ	2,18±0,66	2,00±0,64	
	p-value	0,007*	0,073**	

*Uji Wilcoxon ** Uji Paired T Test ***Uji Mann Whitney

Terdapat 13 responden (54,55%) mengaku bahwa ASI perah yang didapat cukup untuk bayi selama bekerja. ASI perah yang didapatkan diberikan dengan botol dot kepada bayi oleh sebagian besar responden (14 responden atau 63,6%). 13 responden (59,1%) ibu melakukan pompa ASI setiap kali dirasakan penuh saat bekerja. Sebagian besar responden (14 atau 63,6%) tidak melakukan perawatan khusus untuk memperlancar ASI. Agar produksi ASI banyak, hampir seluruh responden (100%) mengkonsumsi lebih banyak sayur mayur atau buah. 10 responden (45,5%) mengaku meninggalkan bayi bekerja sekitar 4-6 jam.

Perbedaan Pengetahuan dan Sikap Ibu Sebelum dan Sesudah Diberikan Konseling pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Berdasarkan tabel 3, hasil dari uji *Wilcoxon* total skor pengetahuan ibu tentang manajemen laktasi selama bekerja sebelum diberikan konseling menggunakan media *flashcard* berada pada nilai mean 73,00 dan SD 12,70, setelah diberikan konseling skor pengetahuan menjadi mean 95,82 dan SD 5,09. Maka secara statistik dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan skor pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan konseling. Nilai *p value* juga menunjukkan 0.003 yang berarti *p value* < 0,05 yang artinya terjadi perbedaan yang bermakna pengetahuan ibu sebelum dan sesudah pemberian konseling manajemen laktasi dengan media *flashcard* pada kelompok perlakuan.

Nilai pre tes pengetahuan kelompok kontrol didapatkan nilai mean 76.73 dan SD 13,72, sedangkan nilai mean post tes setelah ahir penelitian menjadi 78,45 dan SD 13,05. Terdapat peningkatan yang tidak bermakna pada kelompok kontrol dengan nilai *p value* 0,197 > 0,05, yang artinya tidak ada perubahan pengetahuan tentang manajemen laktasi selama bekerja pada kelompok kontrol. Sedangkan hasil uji *Mann Whitney* yang dilakukan untuk mengetahui apakah ada perbedaan hasil pengetahuan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol menunjukkan nilai sig. *p*=0,000 < 0,05 yang artinya ada perbedaan bermakna pengetahuan kedua kelompok tersebut setelah diberikan konseling manajemen laktasi dengan media *flashcard*.

Tabel 3 dengan variable sikap ibu, hasil dari uji *Wilcoxon* total skor sikap ibu pada kelompok perlakuan terhadap manajemen laktasi selama bekerja sebelum diberikan konseling menggunakan media *flashcard* berada pada nilai mean 36,27 dan SD 3,00, setelah diberikan konseling skor sikap dengan nilai mean 38.45 dan SD 2,34. Nilai *p value* juga menunjukkan 0.007 yang berarti *p value* < 0,05 yang artinya terdapat pengaruh bermakna pemberian konseling media *flashcard* terhadap perubahan sikap sikap dalam pemberian ASI eksklusif pada kelompok perlakuan. Nilai pre tes kelompok kontrol didapatkan nilai mean 76.73 dan SD 13,72, sedangkan nilai mean post tes setelah ahir penelitian menjadi 78,45 dan SD 13,05. Terdapat peningkatan yang tidak bermakna pada kelompok kontrol dengan nilai *p value* 0,073 > 0,05, yang artinya tidak ada perubahan sikap dalam pemberian ASI eksklusif pada kelompok kontrol. Hasil uji *Mann Whitney* yang dilakukan untuk mengetahui apakah ada perbedaan hasil sikap antara kedua kelompok tersebut menunjukkan nilai sig. $p=0,001 < 0,05$ yang artinya ada perbedaan bermakna pada sikap kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

Perbedaan Keberhasilan Ibu dalam Memberikan ASI Eksklusif Selama Bekerja pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Berdasarkan table 4, dari 11 ibu menyusui bekerja yang dijadikan sebagai kelompok perlakuan menerima konseling manajemen laktasi menggunakan media *flashcard* mayoritas berhasil memberikan ASI eksklusif kepada bayinya yaitu sebanyak 9 orang (81,8%) dan dari 11 ibu menyusui bekerja yang dijadikan sebagai kelompok kontrol tanpa diberikan konseling mayoritas tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya yaitu sebanyak 7 orang (63,6%). Hasil distribusi keberhasilan ini menunjukkan ada perbedaan yang bermakna antara kedua kelompok ($p=0,040$; OR= 7,875; 95% C.I=1,105-56,123). Dan hasil uji perbedaan pengetahuan dan sikap ibu terhadap keberhasilan memberikan ASI eksklusif pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan uji *Mann Whitney* (Tabel 5) menunjukkan nilai $p=0,043$ pada variable pengetahuan dan $p= 0,008$ pada variable sikap. Hasil tersebut membuktikan ada perbedaan pengetahuan dan sikap kelompok perlakuan karena pengaruh konseling terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Tebel 4.
Keberhasilan Ibu dalam Memberikan ASI Eksklusif Selama Bekerja pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Kelompok	Keberhasilan		Total f (%)	p value	OR	95% CI
	ASI Eksklusif n (%)	Tidak ASI Eksklusif n (%)				
Perlakuan	9 (81,8)	2 (18,2)	11 (100)	0,040	7,875	1,105-56,123
Kontrol	4 (36,4)	7 (63,6)	11(100)			

Table 5.
Pengaruh Pengetahuan dan Sikap Ibu terhadap Keberhasilan Memberikan ASI Eksklusif pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Variabel	Minimum-Maksimum	Mean±SD	P value
Post Tes Pengetahuan Perlakuan dan Kontrol	53-100	87,13±13,13	0,043
Post Tes Sikap Perlakuan dan Kontrol	29-40	35,72±35,72	0,008

PEMBAHASAN

Praktik Perilaku Responden Dalam Memberikan ASI Selama Bekerja

Berdasarkan hasil penelitian, dilaporkan bahwa dari 22 responden yang terlibat terdapat 13 ibu (59.1%), dari 9 responden yang tidak memberikan ASI tersebut 8 (88,8%) diantaranya

memberikan alasan tidak eksklusif karena bayi tidak puas menyusu saat ditinggal bekerja serta nggapan produksi susu menurun. Anggapan seperti ini membuat pengasuh atau keluarga yang merawat bayi di rumah menjadi putus asa sehingga menanjurkan untuk membantu nutrisi bayi dengan susu formula.

Sejalan dengan penelitian (Isam et al., 2018) menjelaskan bahwa faktor paling utama dan kedua yang membuat ASI eksklusif dihentikan oleh ibu masing-masing karena nggapan produksi ASI yang kurang sementara bayi sering merasa lapar dan tidak puas menyusu. Dalam kurun waktu 6 bulan, bayi tidak perlu mendapatkan makanan dan minuman apa pun selain ASI. Secara alamiah, ASI dihasilkan dalam jumlah yang sesuai kebutuhan bayi. Mekanisme pengosongan areola adalah bentuk informasi mengenai jumlah kebutuhan ASI. Sistem produksi ASI tersebut sedemikian teratur dan sudah ada sejak ibu dinyatakan hamil. Jadi kemungkinan jumlah produksi ASI tidak sesuai dengan kebutuhan bayi cukup kecil (Eglash & Simon, 2017). Dalam penelitian ini juga didapatkan perilaku dan praktik ibu yang kurang baik dalam memberikan ASI eksklusif pada bayi selama bekerja. Diantaranya penggunaan botol dot yang dianggap lebih praktis dan alternative lain untuk memberikan ASI atau formula saat bayi ditinggalkan bekerja. Pemberian ASI dengan botol dot dianggap cara nyaman dan diterima lingkungan sosial manapun.

Hasil penelitian lainnya membuktikan faktor ibu yang bekerja di luar rumah secara signifikan berkorelasi penggunaan botol untuk memberikan ASI atau susu formula. kembalinya ibu bekerja menyebabkan munculnya kecemasan dan ketidakpastian terkait dengan pemberian nutrisi dan kenyamanan bayi saat ibu tidak di dekat bayi (Buccini et al., 2014). Oleh karena itu, pekerjaan ibu di luar rumah dan kembali bekerja setelah cuti melahirkan adalah situasi yang sangat rentan yang mendukung terhentinya pemberian ASI eksklusif dan akibatnya pengenalan empeng dan pemberian susu botol meningkat. Upaya peningkatan produksi ASI yang dilakukan oleh sebagian besar responden menunjukkan hal yang cukup baik. Semua responden memiliki kesadaran untuk makan lebih banyak sayur-mayur dan buah-buahan, istirahat yang cukup, tidak stress. Minum vitamin, mengurangi pekerjaan berat dan melakukan perawatan payudara, merupakan alternative yang jarang dilakukan oleh responden (kurang dari 50%).

Perbedaan Pengetahuan dan Sikap Ibu Sebelum dan Sesudah Diberikan konseling pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan dan sikap kelompok perlakuan saat sebelum dan setelah diberikan konseling. Nilai signifikansi pengetahuan ($p=0,003$) sedangkan sikap ($p=0,007$). Hal ini membuktikan bahwa konseling manajemen laktasi menggunakan media *flashcard* pada ibu bekerja efektif mengubah pengetahuan dan sikap responden. Jika dibandingkan dengan kelompok kontrol, hasil uji statistic *paired t test* $p=0,197$ untuk pengetahuan dan $p=0,073$ untuk sikap dimana nilai tersebut $>$ dari 0,05 yang artinya tidak ada perubahan pengetahuan dan sikap pada kelompok kontrol. Konseling merupakan pemberian nasehat, anjuran dan pembicaraan yang bertukar pikiran dan menyimpulkan. Penelitian dengan konsep yang sama juga menunjukkan bahwa konseling yang dilakukan pada ibu hamil trimester III menggunakan media *flashcard* guna mengubah sikap dalam memilih kontrasepsi jangka 580anjang berhasil dengan nilai $p= 0,000$ (Henni Syafriana Nasution, 2018).

Perbedaan Keberhasilan Ibu dalam Memberikan ASI Eksklusif Selama Bekerja pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Hasil distribusi keberhasilan memberikan ASI eksklusif pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol menunjukkan ada perbedaan yang bermakna ($p=0,040$; OR= 7,875; 95%

CI=1,105-56,123). Dalam tinjauan utama tentang pendekatan untuk meningkatkan praktik menyusui mencatat berbagai faktor penentu yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif diantaranya pengaruh dari praktik pelayanan kesehatan, komunitas, tempat kerja, dan dari individu itu sendiri. Beberapa intervensi secara signifikan dapat meningkatkan tingkat menyusui diantaranya berupa konseling tentang menyusui dan tidak lepas dari dukungan peyanaan kesehatan, kondisi keluarga bayi dan komunitas social. Pendekatan dengan konseling adalah salah satu intervensi kunci untuk meningkatkan tingkat menyusui (WHO, 2018). Dengan adanya perubahan pengetahuan dan sikap ibu yang diberikan konseling manajemen laktasi pada penelitian ini membuktikan bahwa pengetahuan yang baik akan mempengaruhi sikap dan perilaku yang baik terkait pemberian ASI eksklusif. Tampak pada penelitian ini bahwa tingkat pendidikan kedua kelompok tidak ada perbedaan, namun hasil pengetahuan dan sikap responden pada post penelitian menunjukkan perbedaan signifikan karena pengaruh konseling yang diberikan pada kelompok perlakuan. Di dukung dengan adanya penggunaan media berupa flashcard pada saat konseling sangat berpengaruh terhadap perubahan pengetahuan dan sikap responden. Dijelaskan juga bahwa penggunaan media visual dapat membantu memperkuat ingatan dan memperlancar pemahaman (Mumtahabah, 2014).

Besarnya pengaruh pengetahuan dan sikap ibu terkait pemberian ASI eksklusif juga dibuktikan dari berbagai penelitian lainnya yakni ibu yang memberikan ASI eksklusif memiliki rata-rata pengetahuan lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak memberikan ASI eksklusif dengan nilai $p=0,000$ (Vijayalakshmi & Susheela,D., 2015). Faktor pengetahuan, sikap, dan penolong (tenaga kesehatan) yang tidak mendampingi saat ada kesulitan dalam menyusui memiliki peran penting dalam menentukan keputusan ibu memberikan ASI atau susu formula pada bayinya (Brown et al., 2011). Penelitian lain menjelaskan, wanita Saudi akan gagal dalam upaya menyusui secara eksklusif. Hal ini dikarenakan adanya pengetahuan yang terbatas, sikap negatif dan kurangnya dukungan. Selain itu, iklan yang tidak terkontrol dan ketersediaan formula meningkatkan tantangan ibu yang tidak didukung tersebut mengahiri pemberian ASI (Alnasser et al., 2018).

SIMPULAN

Terdapat perbedaan yang bermaka pada pengetahuan dan sikap ibu menyusui bekerja yang diberikan perlakuan berupa konseling manajemen laktasi menggunakan media flashcard dibandingkan ibu menyusui bekerja yang tidak diberikan perlakuan. Perbedaan pengetahuan dan sikap pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol mempengaruhi secara signifikan keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu selama bekerja, di mana kelompok perlakuan lebih berhasil dalam memberikan ASI eksklusif dibandingkan kelompok kontrol.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis ucapkan terima kasih kepada para peserta penelitian yang meluangkan waktu selama proses penelitian ini. Terimakasih banyak kepada Kepala Puskesmas Tanjung Karang dalam memberikan izin penelitian. Ucapan terimakasih kepada Kemenristek yang telah mendanai penelitian ini dengan nomor kontrak: B/87/E3/RA.00/2020.

DAFTAR PUSTAKA

- Alnasser, Y., Almasoud, N., Aljohni, D., Almisned, R., Alsuwaine, B., Alohal, R., Almutairi, O., & Alhezayen, R. (2018). Impact of attitude and knowledge on intention to breastfeed: Can mHealth based education influence decision to breastfeed exclusively? *Annals of Medicine and Surgery*, 35(September), 6–12. <https://doi.org/10.1016/j.amsu.2018.09.007>
- Ambarwati, W. N., & Mutias, A. R. (2020). Dampak Lingkungan Kerja Terhadap Perilaku Ibu Menyusui Yang Bekerja The Impact of The Workplace Circumtance on Mothers `

- Breastfeeding Behavior Who Work As Health Provider in Healthcare Services. *Journal Itspku*, 17(2).
- Brown, A., Raynor, P., & Lee, M. (2011). Healthcare professionals' and mothers' perceptions of factors that influence decisions to breastfeed or formula feed infants: A comparative study. *Journal of Advanced Nursing*, 67(9), 1993–2003. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2011.05647.x>
- Buccini, G. D. S., Beni'cio, M. H. D. A., & Venancio, S. I. (2014). Determinants of using pacifier and bottle feeding. *Revista de Saude Publica*, 48(4), 571–582. <https://doi.org/10.1590/S0034-8910.2014048005128>
- Chen, J., Xin, T., Gaoshan, J., Li, Q., Zou, K., Tan, S., Cheng, Y., Liu, Y., Chen, J., Wang, H., Mu, Y., Jiang, L., & Tang, K. (2019). The association between work related factors and breastfeeding practices among Chinese working mothers: A mixed-method approach. *International Breastfeeding Journal*, 14(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s13006-019-0223-z>
- Eglash, A., & Simon, L. (2017). ABM clinical protocol #8: Human milk storage information for home use for full-term Infants, Revised 2017. *Breastfeeding Medicine*, 12(7), 390–395. <https://doi.org/10.1089/bfm.2017.29047.aje>
- Henni Syafriana Nasution, A. (2018). *Bimbingan Dan Konseling. Konsep,Teori,Dan Aplikasinya*.
- Isam, M., Ketbi, A., Noman, S. Al, Ali, A. Al, Darwish, E., Fahim, M. Al, & Rajah, J. (2018). Knowledge, attitudes, and practices of breastfeeding among women visiting primary healthcare clinics on the island of Abu Dhabi, United Arab Emirates. *International Breastfeeding Journal*, 13(26), 1–14.
- Mumtahabah, N. (2014). Penggunaan Media Visual Dalam Pembelajaran Pai. *AL HIKMAH Jurnal Studi Keislaman*, 4(1), 2–14.
- Murtagh, L., & Moulton, A. D. (2011). Working mothers, breastfeeding, and the law. *American Journal of Public Health*, 101(2), 217–223. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2009.185280>
- PMK. (2014). *PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR 53 TAHUN 2014*.
- Vijayalakshmi, P., & Susheela,D., M. (2015). Knowledge , Attitudes and Breast Feeding Practices of Postnatal Mothers : A Cross Sectional Survey. *International Journal of Health Sciences*, 9(4), 363–372. <https://doi.org/10.12816/0031226>
- WHO. (2018). *Guideline: Counselling of Women to Improve Breastfeeding Practices*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241550468>