

PENGARUH PEMBERIAN ASI DENGAN KEMBALINYA MENSRUASI PADA IBU MENYUSUI

(The Effect Of Breast Feeding With The Return Of The Mensruationn on Breast Feeding Mother)

Aulia Fatmayanti, Intan Nugraheni, Yuni Astuti

Email: auliafatmayanti@yahoo.com

ABSTRACT

The main problem being faced by developing countries including Indonesia is the still high rate of population growth and a lack of balance in the distribution and age structure of the population. Such a condition of the population has made it difficult for businesses to improve and equalize people's welfare. The higher population growth the greater the effort needed to maintain the level of people's welfare. Exclusive breastfeeding in infants will increase uterine involution, thereby reducing complications of the puerperium. This can reduce postnatal morbidity and mortality rates. The pattern of breastfeeding is closely related to the return of fertility which can be measured either by the return of menstruation.

The study was to analyse the effect of breastfeeding with the return of menstruation in Breast Feeding mothers.

The study began on September 12, 2018 and was completed in October 2018. The researcher first determined the sample to be used as the subject. The sample in this study was breastfeeding mothers of infants aged 6- 12 months as many as 38 respondents in Kunden Blora Urban Village.

There is an effect of breastfeeding with the return of menstruation in nursing mothers. there was the influence of the breastfeeding with the return of menstruation in Breast Feeding mothers with a value of $p = 0.000$

Keywords: Breastfeeding, Menstruation, Breast Feeding Mother

PENDAHULUAN

Masalah utama yang sedang dihadapi negara yang sedang berkembang termasuk Indonesia adalah masih tingginya laju pertumbuhan penduduk dan kurang seimbangnyanya penyebaran dan struktur umur penduduk. Keadaan penduduk yang demikian telah mempersulit usaha meningkatkan dan pemerataan kesejahteraan rakyat. Semakin tinggi pertumbuhan penduduk semakin besar usaha yang diperlukan untuk mempertahankan tingkat kesejahteraan rakyat.¹

Menurut World Health Organization (WHO)² tahun 2010 sebanyak 1,5 juta balita 0-6 bulan meninggal akibat pemberian

makanan tambahan sebelum waktunya, dan dalam pemberian ASI diseluruh dunia sebesar 15% bayi diberi ASI, pemberian ASI terendah di Afrika Tengah dan Afrika Utara, Asia dan Amerika Latin³.

Pemberian ASI saja (ASI Eksklusif) di Indonesia sekitar 52% ibu memberikan ASI Eksklusif. Cakupan pemberian ASI eksklusif di Propinsi Jawa Timur adalah 34,53% dari 57.208⁴. Data di desa Ngumpul praktek pemberian ASI eksklusif saja (bayi usia 0-6 bulan) hanya 16 orang⁵.

Air Susu Ibu (ASI) mengandung semua zat gizi yang diperlukan bayi dan di produksi khusus oleh tubuh ibu untuk bayinya. Produksi ASI agar cepat keluar, maka dianjurkan bayi disusui dalam 30

menit pertama setelah dilahirkan. Komposisi ASI yang sesuai untuk kebutuhan bayi dan mengandung zat pelindung dengan kandungan terbanyak ada pada kolostrum. Kolostrum adalah ASI yang berwarna kekuningan yang dihasilkan tiga hari pertama setelah bayi lahir. Pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif kepada bayi 0-6 bulansangat banyak manfaatnya disamping untuk bayi maupun untuk ibunya⁵.

Berdasarkan data dari profil kesehatan indonesia (2016)⁶ secara nasional cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia kurang dari enam bulan pada tahun 2016 sebesar 54,0%. Target renstra tahun 2016 adalah sebesar 42%, sehingga secara nasional cakupan ASI eksklusif di Indonesia telah mencapai target. Cakupan ASI eksklusif apabila dilihat dari setiap provinsi, cakupan ASI eksklusif pada bayi umur 0-5 bulan berkisar antara 32,3% (Gorontalo) sampai 79,9% (Nusa Tenggara Timur).

Upaya pemantauan dan meningkatkan perilaku menyusui pada ibu yang memiliki bayi khususnya ASI eksklusif masih dirasa kurang. Permasalahan yang utama adalah faktor sosial budaya, kesadaran akan pentingnya ASI, pelayanan kesehatan dan petugas kesehatan yang belum sepenuhnya mendukung pemberian ASI eksklusif, gencarnya promosi susu formula, dan ibu bekerja⁷. Langkah yang dapat diambil untuk meningkatkan frekuensi dan durasi pemberian ASI yaitu dengan cara memberikan informasi dan penyuluhan kepada ibu hamil pada saat melakukan antenatal care sebagai persiapan untuk menyusui bayinya⁸.

Menstruasi adalah sebagai tanda awal masa subur seorang wanita. Dimana pada masa ini indung telur seorang wanita sudah mampu menghasilkan sel telur, sehingga bisa dikatakan bahwa wanita tersebut berada pada usia reproduksi⁹. Sedangkan pada wanita yang baru saja melahirkan inisiasi menstruasinya akan mengalami

kemunduran. Kejadian ini sangat normal dialami oleh semua wanita yang baru saja melahirkan dan sedang menyusui, terutama pada pemberian ASI eksklusif¹⁰. Oleh karena itu, pemberian ASI eksklusif sering disebut sebagai kontrasepsi alami atau yang dikenal dengan kontrasepsi dengan Metode Amenorea Laktasi (MAL). Penelitian dunia juga menyebutkan MAL mempunyai efektivitas sebagai kontrasepsi mencapai 98%¹¹.

Pemberian ASI eksklusif pada bayi, akan meningkatkan involusi rahim, sehingga mengurangi komplikasi masa nifas. Hal ini bisa menurunkan angka kesakitan dan kematian ibu pasca melahirkan. Pola pemberian ASI berhubungan erat dengan kembalinya kesuburan yang dapat diukur salah satunya dengan kembalinya menstruasi. Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti ingin meneliti dengan judul “pengaruh pemberian ASI dengan kembalinya mensruasi pada ibu menyusui”

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian analitik dengan pendekatan secara *retrospektif*

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Kegiatan

Pelaksanaan penelitian dimulai pada tanggal 12 September 2018 dan selesai bulan Oktober 2018. Peneliti terlebih dahulu menentukan sampel yang akan dijadikan sebagai subyek. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu menyusui bayi usia 6- 12 bulan sejumlah 38 responden di Kelurahan Kunden Blora Kota.

Tabel usia ibu menyusui bayi 6 – 12 bulan

Usia	Frequency	Percent (%)
Resiko tinggi	4	10.5
Reproduksi	34	89.5
Total	38	100.0

Sumber : data primer

Sebagian besar responden mempunyai usia reproduksi sebanyak 89,5 %.

Tabel Pekerjaan ibu menyusui bayi 6 – 12 bulan

Pekerjaan	frekuensi	%
IRT	15	39,5
PNS	3	7,9
SWASTA	20	52,6
Total	38	100.0

Sumber : data primer

Responden mempunyai pekerjaan Swasta sebanyak 52,6%. responden 52,5% Kembalinya Menstruasi cepat.

Tabel Pengaruh pemberian ASI terhadap dengan kembalinya menstruasi pada ibu menyusui 6 – 12 bulan

	Value	df	Asymp. Sig (2-sided)
Pearson Chi Square	8,095	1	0,004

Sumber : data primer

Berdasarkan table diatas menunjukkan nilai *significancy*-nya adalah 0,004 artinya ada pengaruh pemberian ASI terhadap dengan kembalinya menstruasi pada ibu menyusui 6 – 12 bulan.

B. Pembahasan

Pendidikan terbanyak pada responden adalah SMA 54%. Umur responden yaitu umur 16-19 tahun sebanyak 100%. Pengetahuan seseorang bisa menjadi lebih luas dengan memiliki sumber informasi yang lebih banyak, seseorang akan cenderung untuk mendapatkan informasi, baik dari orang lain maupun dari media massa. Semakin

banyak pengetahuan yang dimiliki maka akan mempengaruhi sikap dan ketrampilan kader. Hal ini sesuai dengan teori menurut Notoatmodjo, salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang adalah informasi. Informasi yang diperoleh dari petugas kesehatan dapat memberikan pengaruh jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan.

Dari hasil analisis data tentang kegiatan pengabmas didapatkan bahwa pengetahuan remaja mengalami peningkatan setelah mendapatkan penyuluhan menggunakan metode ceramah dan demonstrasi. Hal tersebut menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan berupa peningkatan pengetahuan remaja.

Pengetahuan peserta sebagian besar menjadi pengetahuan baik. Hal ini sejalan dengan penelitian¹². yang menyatakan bahwa metode demonstrasi lebih mudah untuk menunjukkan pengertian, ide, dan prosedur tentang suatu hal yang pernah dipersiapkan dengan teliti untuk memperlihatkan bagaimana cara melaksanakan suatu tindakan adegan dengan menggunakan alat peraga.

Berdasarkan Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia¹³ bahwa Pengetahuan tentang pemberian ASI pada kelompok pendukung ASI di kedua desa sebelum dan setelah pelatihan terbanyak kurang, berdasarkan uji statistik terdapat pengaruh yang bermakna antara pelatihan pemberian ASI dengan pengetahuan ($p < 0.05$).

Berdasarkan Jurnal Ilmiah Bidan Bakti Yuniyanti (2017) menunjukkan kelompok yang mendapat dukungan KP-ASI sebagian besar (86,4%) memberikan ASI secara eksklusif sedangkan kelompok dengan pemberian

leaflet hanya sebagian kecil (31,8 %) yang memberikan ASI secara eksklusif

Diskusi :

1. Usia ibu menyusui bayi 6 – 12 bulan

Usia merupakan variabel penting dalam siklus kehidupan manusia. Dikatakan bahwa umur terbaik untuk reproduktif sehat adalah rentang 20-35 tahun. Pada usia ini dianggap sebagai periode emas untuk bereproduksi karena fungsi-fungsi organ reproduksi dinilai sudah matang sehingga siap untuk hamil, melahirkan dan menyusui¹⁴. Menurut Rahmawati¹⁵ faktor usia berpengaruh dalam perubahan sikap. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kaneko yang menyatakan bahwa proporsi menyusui terbanyak pada usia 20-39 tahun¹⁶.

2. Pekerjaan ibu menyusui bayi 6 – 12 bulan

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati bahwa faktor yang paling berpengaruh terhadap pemberian ASI eksklusif adalah faktor status pekerjaan¹⁵. Responden yang tidak bekerja berpeluang untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayinya 4 kali dibanding responden yang bekerja. Pekerjaan adalah aktivitas sehari-hari yang dilakukan ibu diluar pekerjaan rutin rumah tangga yang tujuannya untuk mencari nafkah dan ASI mempunyai komposisi yang lengkap bagi kebutuhan nutrisi bayi. ASI sebaiknya diberikan segera setelah bayi lahir karena ASI yang pertama kali keluar adalah kolostrum yang memiliki kandungan sel darah putih dan antibodi yang sangat tinggi, khususnya kandungan IgA yang membantu melapisi usus bayi yang masih rentan dan mencegah kuman masuk serta IgA juga mencegah bayi mengalami alergi.

Selain itu, ASI juga mempunyai manfaat diantaranya dapat mempererat hubungan antara bayi dan ibu. Hal ini terkait erat dengan adanya waktu yang cukup banyak bagi ibu rumah tangga untuk dapat memberikan ASInya secara eksklusif, sedangkan ibu yang bekerja diluar rumah otomatis membantu suami¹⁷. Di Indonesia cuti melahirkan rata-rata 3 bulan. Setelah itu, banyak ibu khawatir terpaksa memberikan bayinya susu formula karena ASI perah tidak cukup. Seringkali alasan pekerjaan membuat seorang ibu berhenti menyusui¹⁸.

3. Pendidikan ibu menyusui bayi 6 – 12 bulan

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang kepada orang lain agar dapat memahami suatu hal. Tidak dapat dipungkiri bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah pula mereka menerima informasi dan pada akhirnya pengetahuan yang dimilikinya akan semakin banyak. Sebaliknya, jika seseorang memiliki tingkat pendidikan yang rendah, maka akan menghambat perkembangan seseorang terhadap penerimaan informasi dan nilai-nilai yang baru diperkenalkan¹⁹.

Prilaku ibu memberikan ASI Eksklusif pada bayinya dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya faktor pengetahuan, pendidikan, sikap, pekerjaan, ketersediaan waktu, dorongan dari keluarga dan faktor dari petugas kesehatan²⁰. Selain itu dalam penelitian Okawary²¹, menyebutkan bahwa semakin tinggi pendidikan ibu semakin banyak ibu yang memberikan ASI Eksklusif hal ini dikarenakan ibu yang berpendidikan tinggi memiliki rasa ingin tahu yang lebih tinggi terhadap tumbuh kembang bayinya²².

KESIMPULAN

Mengetahui karakteristik ibu menyusui bayi usia 6 – 12 bulan :

1. Responden mempunyai usia reproduksi sebanyak 89,5 %.
2. Responden mempunyai pekerjaan Swasta sebanyak 52,6%.
3. Responden mempunyai pendidikan Perguruan tinggi sebanyak 57,9%.
4. Ada pengaruh pemberian ASI dengan kembalinya mensruasi pada ibu menyusui usia 6 – 12 bulan dengan $p = 0,004$.

SARAN

1. Ibu Menyusui (Responden)
Diharapkan dapat memberikan informasi tentang manfaat dari pemberian ASI khususnya terhadap siklus menstruasi wanita pasca melahirkan ibu menyusui.
2. Institusi
Mengembangkan teori dan literatur tentang ASI dan siklus menstruasi pasca melahirkan.

DAFTAR PUSTAKA

1. BKKBN. (2013). Laporan UmpanBalik Hasil Pelaksanaan Sub Sistem Pencatatan dan Pelaporan Pelayanan Kontrasepsi Mei 2013, Direktorat Pelaporan Statistik, www.bkkbn.go.id.
2. WHO/UNICEF Joint Water Supply, Sanitation Monitoring Programme. Progress on drinking water and sanitation: 2014 Update. World Health Organization; 2014.
3. (Depkes RI, 2010). Departemen Kesehatan RI. 2010. Manajemen Laktasi buku panduan untuk bidan dan petugas kesehatan di Puskesmas. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
4. Kesehatan PP. Laporan Tahunan Pusat Promosi Kesehatan Tahun 2015. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. 2016.
5. (Muzayyaroh dan Fatimah, 2012). Muzayyaroh, Fatimah .2012.*Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kembalinya Menstruasi pada Ibu Menyusui di Desa Ngumpul , Jogoroto, Jombang*. FIK UNIPDU Jombang.
6. Indonesia KK. Data Dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia. Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak. 2016;40.
7. Indonesia KK. Rencana strategis kementerian kesehatan tahun 2010-2014. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2010.
8. Ardyan KF, Kurniati N. *Hubungan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Perkembangan Bayi Usia 7-12 Bulan Di Puskesmas Mlati Ii* (Doctoral dissertation, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta).
9. Guyton & Hall, J.E., 2008. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Edisi 11. Jakarta : EGC. Pg 1072-1094
10. Kurniawan AD. Metode Inkuiri Terbimbing dalam Pembuatan Media Pembelajaran Biologi untuk Meningkatkan Pemahaman Konsep dan Kreativitas Siswa SMP. Jurnal Pendidikan IPA Indonesia. 2013;2(1).
11. Chertok, Ilana R., 2007. Contraceptive Considerations for Breastfeeding Women within Jewish Law. International Breastfeeding Journal 2007, 2:1 doi:10.1186/1746-4358-2-1. Diakses 16 Maret 2015

12. Hidayati, A; Salawati, T; Istiana, S. 2013. Pengaruh pendidikan kesehatan melalui metode ceramah dan demonstrasi dalam meningkatkan pengetahuan tentang kanker payudara dan ketrampilan praktik sadari (Studi pada Siswi SMA Futuhiyyah Mranggen Kabupaten Demak). Jurnal UNIMUS.
13. Astuti S, dkk. 2017 . *Gambaran Metode Amenorea Laktasi dan Cara Pemberian Asi Eksklusif di Desa Cipacing Kecamatan Jatinangor*. JSK, Volume 3 Nomor 1 September Tahun 2017.
14. Septiani A. *Pemberian Agar-Agar Lidah Buaya Untuk Mengurangi Keputihan Pada Akseptor Kb Iud (Intras Uterin Devices) Di Bpm Ida Ayu Astiti, S. St Kebumen* (Doctoral dissertation, STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG), 2017.
15. Rahmawati MD. Faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui di kelurahan Pedalangan kecamatan Banyumanik kota Semarang. Jurnal Kesehatan Kusuma Husada. 2010.
16. Kaneko, Septiani HU, Karbito K. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif oleh Ibu Menyusui yang Bekerja sebagai Tenaga Kesehatan. Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan.;2(2).
17. Astutik, R. Y. 2014. . Salemba Medika. Jakarta.
18. Lestari SW. *Penerapan Model Pembelajaran M-APOS Dalam Meningkatkan Pemahaman Konsep Dan Motivasi Belajar Kalkulus II* (Doctoral dissertation, Universitas Terbuka), 2013.
19. Mubarak, W. I. 2007. Promosi Kesehatan Sebuah Pengantar Proses Belajar – Mengajar dalam Pendidikan. Yogyakarta: Graha Ilmu
20. Notoatmoho,S (2007) Promosi kesehatan dan ilmu perilaku . Jakarta : Rineka Cipta
21. Okawary O. *Hubungan Status Pekerjaan Ibu dengan Pemberian Asi Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Sayegan Sleman Yogyakarta* (Doctoral dissertation, STIKES'Aisyiyah Yogyakarta), 2015.
22. Bahriyah F, Putri M, Jaelani AK. Hubungan Pekerjaan Ibu Terhadap Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sipayung. Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan. 2017 Jun 21;2(2):113-8.