

PENGALAMAN IBU USIA REMAJA DALAM PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF**THE EXPERIENCE OF TEENAGE MOTHER IN PROVIDING THE EXCLUSIVE BREASTFEEDING****Syariefah Hidayati Waliulu¹, Suci Nurjanah², Jihan Priyani Rumata³**^{1,3} STIKes Maluku Husada² Politeknik Negeri Indramayu

e-mail: Sucinurjanah@polindra.ac.id

ABSTRAK

Keputusan memberikan ASI pada ibu remaja merupakan hal yang dilematis, ibu harus memenuhi tugas perkembangan remaja dan harus menjalankan peran sebagai orang tua. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui informasi lebih mendalam mengenai pengalaman menyusui pada ibu usia remaja. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif untuk menggali informasi yang lebih mendalam dengan teknik wawancara mendalam. Partisipan dalam penelitian ini merupakan ibu usia remaja berusia 19 tahun kebawah yang telah mempunyai bayi berusia 0-24 bulan berjumlah 6 orang. Hasil penelitian ini didapatkan ibu usia remaja memutuskan untuk terus menyusui karena menyadari manfaat baik yaitu, membuat tumbuh kembang bayi lebih cepat, sehat dan daya tahan lebih kuat. Menyusui lebih praktis dan meningkatkan nafsu makan ibu dan menghemat perekonomian. Ibu usia remaja mengalami pengalaman fisik menyakitkan seperti rasa sakit, bengkak, perih, lecet pada payudara dan penurunan berat badan. Perasaan senang timbul pada ibu usia remaja karena menyusui bayi. Ibu usia remaja yang telah berhenti menyusui dikarenakan bayi sudah diberi makan dan salah satu lainnya karena permasalahan ASI kering. Ibu usia remaja mendapatkan dukungan baik dari keluarga dan kader posyandu berupa dukungan untuk terus menyusui, motivasi dan konseling.

Kata kunci: ibu usia remaja, ASI Eksklusif**ABSTRACT**

Decision to give breastfeeding in teenage mothers is a dilemma, the mother must meet the developmental task of adolescence and need to perform the role as parents. This study aim to more identify the experience of teenage mother in providing the exclusive breastfeeding. This study has used qualitative method to get more information by deep interview. Participants in this study were teenage mothers aged 19 years old and had 6 babies aged 0 to 24 months old. The results of this research showed that teenage mothers decided to continue breastfeeding because they realized the good benefits, namely, making the baby's growth and development faster, healthier and stronger. Breastfeeding is more practical and increases the mother's appetite and saves the economy. Teenage mothers experience painful physical experiences such as pain, swelling, tenderness, sores on the breasts and weight loss. Feelings of pleasure arise in teenage mothers because of breastfeeding a baby. The teenage mother who have stopped breastfeeding because the baby has been fed and one of the others is because of breastfeeding problems. Teenage mother receive support from both their families and cadres in the form of support to continue breastfeeding, motivation and counselling.

Keywords: Teenage mother, Exclusive breastfeeding

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa yang rentan resiko kehamilan akibat pernikahan di usia muda. Beberapa masalah kehamilan yang dapat ditimbulkan akibat pernikahan di usia muda diantaranya keguguran, kelahiran bayi prematur, berat badan lahir rendah, kelainan kongenital, anemia pada masa kehamilan mudah terjadi infeksi bahkan kematian. Sedangkan dampak psikologis dari pernikahan dini yakni remaja mengalami tekanan psikis yang berakibat pada pernikahannya maupun kepada anaknya jika kelak ia memiliki anak.

Indonesia termasuk dalam salah satu Negara dengan populasi yang cukup tinggi. Menurut data yang dikeluarkan oleh Bappenas, penduduk Indonesia 2018 berjumlah sekitar 265 juta jiwa. Menurut peraturan Menteri Kesehatan RI No.25 tahun 2014, seorang disebut remaja apabila berada di rentang usia 10-18 (Kementrian Kesehatan RI). Dari angka tersebut dibagi menjadi dua bagian yaitu menikah pada usia 15 tahun dan 18 tahun. Indonesia sendiri memiliki 1% remaja yang menikah pada usia 15 tahun sedangkan 14% pada usia 18 tahun. Didapatkan sekitar 720 kasus pernikahan dini yang terjadi di Indonesia (Pratiwi, D. R., 2018).

Sebanyak 7% perempuan di Indonesia umur 15-19 tahun sudah pernah melahirkan atau sedang hamil anak pertama. Angka kehamilan pada usia remaja secara global diperkirakan 41 kelahiran per 1000 perempuan dengan rentang usia 15-19 tahun. Diperkirakan sebanyak 21 juta kehamilan pada perempuan usia 15-19 tahun dan 12 juta perempuan di antaranya melahirkan serta sedikitnya 777.000 perempuan berusia kurang dari 15 tahun melahirkan setiap tahun di negara-negara berkembang). Indonesia merupakan salah satu

negara berkembang yang menyumbang 32 per 1000 kelahiran pada perempuan usia 15-19 tahun.

Kehamilan dan melahirkan pada usia remaja memiliki risiko lebih buruk dibandingkan dengan usia dewasa. Karena itu, praktik pemberian ASI eksklusif pada ibu usia remaja dinilai masih rendah diantaranya 2,47 kali lebih mungkin melahirkan prematur mempunyai proporsi yang lebih besar dalam praktik pemberian makan yang tidak baik dan para ibu usia remaja memberikan ASI eksklusif dalam waktu yang lebih singkat dibandingkan dengan ibu dewasa (Ristiana et al., 2022).

ASI sangat bermanfaat bagi bayi dan ibunya. Akan tetapi, besarnya manfaat pemberian ASI eksklusif tidak diikuti oleh besarnya cakupan pemberian ASI. Memberikan ASI eksklusif sangatlah penting terutama bagi ibu remaja yang belum mengetahui pentingnya ASI eksklusif karena kurangnya pengetahuan tanpa ibu remaja sadari bahwa memberikan ASI eksklusif merupakan tanggung jawab seorang ibu yang baru saja melahirkan, tetapi tugas baru ini sering berdampak pada psikologis ibu remaja. Kurangnya pengetahuan dan pengalaman praktek menyusui seperti berapa frekuensi menyusui, apakah tanda saat bayi sudah cukup menyusui dapat menyebabkan frustrasi dan mudah menyerah pada ibu remaja (Fauzi & Shifa, 2022).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Maluku, pada tahun 2019 pemberian ASI eksklusif di Maluku adalah sebesar 38,4% dan pada tahun 2020 menjadi 36,5%. Hal ini menunjukkan adanya penurunan angka cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0- 6 bulan selama dua tahun terakhir di Maluku.

METODE

Partisipan penelitian

Partisipan utama sebanyak enam orang ibu usia remaja yang bersedia dalam penelitian ini. Sedangkan partisipan pendukung yaitu masing-masing keluarga ibu dan satu orang petugas posyandu.

Prosedur penelitian

Setelah peneliti menentukan partisipan dan mendapatkan persetujuan, wawancara dilakukan pada semua partisipan untuk memperoleh semua gambaran pengalaman partisipan dalam memberikan ASI eksklusif dan pengalaman partisipan pendukung dalam memberikan dukungan.

Instrumen

Instrumen penelitian kualitatif adalah peneliti sendiri yang dilengkapi dengan alat tulis dan *recorder* untuk mendokumentasikan setiap pernyataan yang disampaikan oleh partisipan.

Analisis data

Miles dan Huberman mengatakan bahwa analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus-menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh (Sugiyono, 2015). Adapun proses analisis data tersebut adalah reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

HASIL

a. Tekad untuk memberikan ASI eksklusif

- 1) ASI meningkatkan tumbuh kembang, sehat dan meningkatkan daya tahan tubuh bayi

Ibu usia remaja memutuskan terus menyusui karena menyadari manfaat yang baik diperoleh saat mulai menyusui. Manfaat yang dirasakan tidak hanya untuk bayi melainkan untuk diri sendiri dan perekonomian. Ibu usia

remaja menjelaskan bahwa menyusui dapat membuat bayi menjadi lebih sehat, lebih praktis dan menghemat keuangan. Kebiasaan menyusui yang ibu usia remaja rasakan membawa mereka untuk terus menyusui hingga saat ini.

"Dengan ASI, menurut saya bayi lebih menjadi sehat, kebutuhan bayi terpenuhi ASI lebih sehat daripada susu formula" (P1).

"Manfaat ASI sangat baik untuk bayi dibandingkan susu formula.....". (P2).

"yaa kalo manfaatnya itu kaya daya tahan tubuh bayi lebih kuat, beda kalo susu formula" (P3).

- 2) Menyusui lebih praktis dan meningkatkan nafsu makan ibu

"Rasanya senang karena bisa memberi ASI untuk anak, tidak harus bangun tengah malam buat bikin susu formula" (P4).

"Kalo manfaatnya itu saya sering lapar, jadi tambah nafsu makan, itu sih manfaatnya buat saya" (P5).

- 3) Menyusui dapat menghemat perekonomian

"....memberikan ASI sendiri lebih hemat, dan juga membantu perekonomian saya tidak harus beli susu formula" (P6).

"....malahan dengan ASI lebih irit ekonomi tanpa biaya keluar untuk beli susu formula"(P3).

b. Pemikiran dan Perasaan ibu saat memberikan ASI eksklusif

- 1) Kebebasan beraktivitas dan perasaan ibu

"dengan menyusui awalnya merasa minder karena badan saya yang kurus, tapi saya pikir ya saya kan sudah

menjadi seorang ibu jadi tidak perlu lagi mengeluh” (P2).

“pola makannya lebih banyak makan sehingga berat badan naik, sehingga badan menjadi gemuk” (P5).

“rasa senang, karena bisa memenuhi kewajiban sebagai seorang ibu bisa memberi asi kepada anak” (P1)

“bahagia karena lihat anak menyusui sangat bagus, apalagi asi yang keluar sangat lancar tanpa mengkonsumsi obat-obat” (P3).

2) Berhenti memberikan ASI

Peneliti menemukan 2 partisipan yang telah berhenti menyusui saat penelitian ini dilakukan. Salah satu partisipan berhenti menyusui saat bayi berusia 9 bulan dengan alasan bayi telah diberikan makanan tambahan sehingga ibu usia remaja memutuskan untuk berhenti menyusui.

“9 bulan sudah terbiasa dengan susu formula dan sudah stop memberikan ASI” (P1).

“2 bulan karena ASI makin hari semakin berkurang...” (P2).

c. Dukungan Sosial

1) Dukungan keluarga

“iya selalu mendukung agar anak dikasih ASI, agar bayi tetap sehat” (P6).

“dukungan diberikan dari mulai hamil jangan dikasih susu botol lebih bagus itu ASI dari mamanya” (P4)

2) Dukungan petugas kesehatan

“iya, dukungannya itu kaya dikasih motivasi supaya tetap memberikan ASI dan diberikan arahan untuk makan makanan yang bergizi supaya bayinya sehat” (P5).

PEMBAHASAN

Tekad Untuk memberikan ASI eksklusif

Beberapa alasan ibu usia remaja untuk tetap memberikan ASI eksklusif diantaranya ASI dapat meningkatkan tumbuh kembang anak, lebih praktis dan meningkatkan nafsu makan ibu, serta menghemat perekonomian keluarga.

ASI memiliki banyak kandungan nutrisi yang diperoleh dari konsumsi ibu sehari-hari. Selain itu pencernaan bayi mampu mencerna dan menyerap ASI dengan baik. Bayi yang mendapatkan ASI pada umumnya tumbuh lebih pesat pada usia 2-3 bulan pertama, disbanding bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif. Dari beberapa penelitian yang pernah dilakukan terlihat anak mendapat ASI jauh lebih matang, lebih asertif, dan baik pada skala perkembangan dibandingkan mereka yang tidak mendapat ASI. Suatu penelitian yang dilakukan di Honduras menunjukan bahwa bayi yang mendapat ASI eksklusif selama 6 bulan dapat merangkak dan duduk lebih dahulu dibanding mereka yang sudah mendapat makanan pendamping ASI pada usia 4 bulan.

Ibu yang menyusui memberikan perlindungan jangka Panjang terhadap risiko timbulnya berbagai penyakit. Kolostrum ASI mengandung antibodi yang tinggi untuk melawan virus dan bakteri pada bayi. ASI mengandung imunoglobulin A (IgA) dalam jumlah yang tinggi serta beberapa antibodi lainnya. IgA ini melindungi bayi agar tidak sakit dengan membentuk lapisan pelindung di hidung, tenggorokan, dan sistem pencernaan. Penelitian menunjukkan bahwa bayi yang tidak diberi ASI lebih rentan terhadap masalah kesehatan, seperti pneumonia, diare dan infeksi.

Selain manfaat ASI yang begitu banyak pada bayi, memberikan ASI eksklusif juga memberikan dampak yang baik bagi ibu yang memberikan. Salah satu diantaranya meningkatkan nafsu makan ibu. Ibu yang menyusui tidak perlu menghabiskan uang untuk membeli susu formula dan tidak membutuhkan banyak waktu untuk menyediakan dan tidak harus rutin menjaga kebersihan perlengkapan bayi

jika diberikan susu formula seperti kebersihan botol, pemberian yang harus higienis dan lainnya.

Pemikiran dan perasaan ibu saat memberikan ASI eksklusif

Berbagai perasaan yang muncul saat ibu berusaha untuk memberikan ASI eksklusif. Respon ibu yang muncul saat memberikan ASI eksklusif dapat mempengaruhi pelaksanaan pemberian ASI itu sendiri. Saat ibu merasa bahagia dan bangga bisa memberikan ASI pada bayinya tentu akan memberikan semangat dan motivasi pada ibu sehingga perasaan tersebut dapat berpengaruh pada produksi ASI. Oleh sebab itu menjaga perasaan ibu saat memberikan ASI juga perlu diperhatikan.

Penelitian lain menunjukan berbagai respon bahagia juga ditunjukan ibu usia remaja saat memberikan ASI eksklusif. Hasil penelitian ini menunjukan bahwa respon positif selama pemberian ASI eksklusif menjadi salah satu penyebab keberhasilan ibu memberikan ASI selama enam bulan.

Dukungan sosial

Dukungan sosial adalah segala bentuk dorongan, semangat, informasi baik secara verbal maupun non verbal yang diperoleh Ibu usia remaja menyusui dari berbagai sumber seperti keluarga, petugas kesehatan, dan masyarakat. Hasil penelitian didapatkan bahwa semua ibu usia remaja mendapatkan dukungan baik dari keluarga, petugas kesehatan maupun kader posyandu.

Dukungan memiliki andil yang besar dalam kesuksesan pemberian ASI oleh ibu. Salah satu dukungan yang berperan dalam pemberian ASI adalah dukungan pasangan atau suami (Endriyeni et al., 2020). Dukungan sosial berpengaruh pada keputusan ibu usia remaja untuk terus menyusui.

Ibu usia remaja membutuhkan dukungan petugas kesehatan yang dapat mereka percayai. Mereka juga membutuhkan pemahaman yang intensif dan konseling pribadi yang

memfasilitasi seluruh masalah (Nuampa et al., 2018).

Sejalan dengan hasil penelitian Priscilla (2021) individu yang tinggal bersama keluarga besarnya umumnya akan mencari jawaban dari orang terdekatnya terutama orang tua. Sehingga ditemukan bahwa pilihan ibu usia remaja untuk memberikan atau tidak memberikan ASI juga besar dipengaruhi oleh keterlibatan orang terdekat untuk membantu memberikan dukungan kepada ibu dalam bentuk apapun. Hasil penelitian diperoleh bahwa sebagian besar anggota keluarga terdekat ibu usia remaja memberikan dukungan yang positif (Priscilla et al., 2021).

KESIMPULAN

Pengalaman ibu usia remaja dalam memberikan ASI eksklusif dipengaruhi oleh tekad yang kuat dari ibu remaja itu sendiri. Bagaimana seorang ibu memahami manfaat dari pemberian ASI eksklusif dan bagaimana seorang bisa merasakan respon positif dalam pelaksanaan ASI eksklusif. Selain itu dukungan dari orang terdekat seperti suami atau ibu dari seorang ibu remaja akan memberikan dampak emosional yang sangat kuat bagi ibu remaja dalam memotivasinya untuk terus memberikan ASI eksklusif. Disamping itu pula kader kesehatan juga memegang peran penting untuk terus memberikan informasi terkait ASI eksklusif untuk meningkatkan pengetahuan ibu remaja sehingga dapat merubah pola kesehatan yang baik di Masyarakat.

SARAN

Diharapkan untuk penelitian selanjutnya lebih mengeksplor lagi tema lain yang dapat menghambat dan memotivasi ibu usia remaja dalam pemberian ASI eksklusif dengan partisipan utama dan pendukung yang lebih banyak.

DAFTAR PUSTAKA

- Bzikowska-Jura, A., Czerwonogrodzka-Senczyna, A., Olędzka, G., Szostak-Węgierek, D., Weker, H., & Wesółowska, A. (2018). Maternal nutrition and body composition during breastfeeding: Association with human milk composition. *Nutrients*, 10 (10). <https://doi.org/10.3390/nu10101379>
- Endriyeni, D. R., & Werdani, K. E. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Motivasi Pemberian ASI Eksklusif oleh Ibu Muda (Usia <20 Tahun). *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat Berkala*, 2(1), 10. <https://doi.org/10.32585/jikemb.v2i1.811>
- Fauzi, D. A., & Shifa, N. A. (2022). Pengalaman Ibu Remaja Primipara Memperoleh Dukungan Keluarga Dalam Memberikan Asi Eksklusif. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 1(3), 108–118. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v1i3.29>
- Nuampa, S., Tilokskulchai, F., Sinsuksai, N., Patil, C. L., & Phahuwatanakorn, W. (2018). Breastfeeding Experiences among Thai Adolescent Mothers: A Descriptive Qualitative Study. 288–303.
- Muelbert, M., & Giugliani, E. R. J. (2018). Factors associated with the maintenance of breastfeeding for 6 , 12 , and 24 months in adolescent mothers. 1–11.
- Pratiwi, D. R. (2018). Analisis faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian ASI 62 eksklusif Ibu Usia Remaja Di Kelurahan Kemayoran, Kecamatan Krembangan, Surabaya. *Theoretical and Applied Genetics*, 7(2), 1–7.
- Priscilla, V., Afiyanti, Y., & Juliastuti, D. (2021). Tinjauan Sistematis Kualitatif Dukungan Keluarga untuk Pengalaman Menyusui yang Sukses di antara Ibu Remaja. 9, 775–783.
- Ristiana, U. C. H., Kismawati, Sendra, E., & Indriani, R. (2022). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Usia Di Bawah 20 Tahun Umu. 1(4), 192–201.
- Salamah, U., & Prasetya, P. H. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kegagalan Ibu Dalam Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 5(3), 199– 204. <https://doi.org/10.33024/jkm.v5i3.1418>
- Smith, P. H., Coley, S. L., Labbok, M. H., & Cupito, S. (2012). Early breastfeeding experiences of adolescent mothers: a qualitative prospective study. *International Breastfeeding Journal*.
- Sugiyono. (2015). Metode penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan r & d. 456.
- Syalis, E. R., & Nurwati, N. N. (2020). Analisis Dampak Pernikahan Dini Terhadap Psikologis Remaja. *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial*, 3(1), 29-39