

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SUAMI DENGAN
OPTIMISME PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA IBU
MENYUSUI DI POSYANDU WILAYAH KERJA
PUSKESMAS CANDILAMA, PEGANDAN,
LAMPERSARI, DAN HALMAHERA
KOTA SEMARANG**

ABSTRAK

Cornelia Anggun Septria, Sri Hartati*
Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
cornelialita@yahoo.com

Pemberian air susu ibu (ASI) secara eksklusif merupakan makanan yang tepat bagi bayi berusia 0-6 bulan, karena ASI mencipatakan kelekatan pikoloigs dan nutrisi yang tepat untuk bayi. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan suami dengan optimisme pemberian ASI eksklusif. Subjek dalam penelitian adalah ibu menyusui yang ada di kota Semarang, memiliki bayi usia 0-5 bulan yang berada dalam wilayah kerja puskesmas Pegandan, Candilama, Halmahera, dan Lampersari. Jumlah subjek adalah 100 orang. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel yaitu *accidental sampling*. Pengukuran dukungan suami menggunakan skala dengan jumlah aitem 48, yang terdiri dari 24 aitem *favorable* dan 24 aitem *unfavorable* dan menghasilkan indeks daya beda sebesar 0,337 – 0,783 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,957. Skala optimisme pemberian ASI eksklusif diperoleh dengan jumlah aitem 36, yang terdiri dari 18 aitem *favorable* dan 18 aitem *unfavorable* dan menghasilkan indeks daya beda sebesar 0,344 – 0,709 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,931. Uji hipotesis yang digunakan adalah korelasi *product moment* dengan taraf signifikansi $p>0,05$. Koefisien korelasi yang diperoleh adalah 0,369 yang berarti hipotesis diterima dan ada hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan optimisme pemberian ASI eksklusif.

Kata Kunci : Optimisme pemberian ASI eksklusif, Dukungan suami, ASI eksklusif

*Penulis penanggung jawab

**THE RELATIONSHIP BETWEEN HUSBAND'S SUPPORT WITH
OPTIMISM OF BREASTFEEDING EXCLUSIVE TO BREASTFEEDING
MOTHERS IN INTEGRATED HEALTH SERVICE POST AT PUBLIC
HEALTH OF CANDILAMA, PEGANDAN, LAMPERSARI,
AND HALMAHERA WORK AREA
IN SEMARANG CITY**

ABSTRACT

Cornelia Anggun Septria, Sri Hartati*
Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
cornelialita@yahoo.com

Exclusive breastfeeding is the right food for baby's age 0-6 months, because can improve psychological attachment between mother and baby and there's nutrition inside. This research is aimed to know the relationship between husband's support and optimism of exclusive breastfeeding. Subjects are breastfeeding mothers in Semarang, who have babies aged 0-5 months, in work area of public health of Pegandan, Candilama, Halmahera, dan Lampersari. The numbers of the subject are 100 mothers. The method of the research that is used is quantitative method with sampling technique, it is cluster random sampling. The measurement of husband's support uses scale with the numbers of items 48 items; which consists of 24 favorable items and 24 unfavorable. It results with different research index of 0,337 – 0,783 and reliability coefficient of 0,957. Optimism scale of exclusive breastfeeding is gained with 36 items, which consists of 18 favorable items and dan 18 unfavorable items, and results different research index of 0,344 – 0,709 and reliability coefficient of 0,931. Hypothesis testing which is used is product moment correlation with significance level of $p > 0,05$. Correlation coefficient which is gained is 0,369 which means hypothesis is accepted and there is significant relationship between husband's support and exclusive breast feeding.

Keywords: Optimism Breastfeeding, Husband's support, and Exclusive Breast feeding

PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Peran ibu sangat penting dalam awal perkembangan anak ketika proses kehamilan hingga pasca kelahiran. Pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif sangatlah penting, karena merupakan kewajiban seorang ibu untuk memberikan makanan yang berkualitas kepada bayinya. ASI eksklusif adalah pemberian ASI tanpa makanan tambahan lain pada bayi berumur 0-6 bulan, karena nutrisi terbaik bagi bayi hanya diperoleh melalui ASI (Yuliarti, 2010, h.1).

Memberikan ASI eksklusif pada bayi merupakan cara terbaik untuk pertumbuhan dan perkembangan, karena tidak hanya akan meningkatkan kekebalan tubuh secara alami, tetapi juga akan membentuk jalinan kasih sayang atau yang disebut dengan *bonding* antara bayi dan ibu (Pieter & Lubis, 2010, h.264).

Hasil penelitian longitudinal dari Universitas Oxford yang dilakukan oleh Quigley, dkk (2011, h.4-5) mengatakan bahwa ASI eksklusif berpengaruh terhadap perkembangan kognitif anak, mengurangi kecemasan dan ketergantungan anak pada orang tua secara berlebihan, dan menciptakan kepercayaan diri. Sependapat dengan penelitian tentang ASI yang dilakukan oleh Quigley, dkk, Clinton (2010, h.4) mengatakan tentang kandungan dalam ASI bermanfaat karena dapat meningkatkan sistem imun bayi sehingga menjadikan bayi lebih kebal terhadap berbagai penyakit.

Fakta di Indonesia, persentase pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih jauh dari harapan (Suara Merdeka.com, 2012). Menurut hasil riset kesehatan dasar 2010, di Indonesia hanya sebesar 15,3% anak yang mendapatkan ASI eksklusif dan angka ini masih jauh di bawah angka global yang juga masih rendah yaitu hanya 32,6%.

Dinas kesehatan kabupaten/kota tahun 2012 menyebutkan bahwa kota Semarang merupakan salah satu kota yang menempati posisi rendah dalam pemberian ASI eksklusif, dengan persentase 34,8% yaitu hanya 9.547 bayi mendapatkan ASI eksklusif dari 27.448 bayi yang ada (Profil Kesehatan Kabupaten/Kota tahun 2012).

Marshall (2000, h.228) menyebutkan faktor penyebab yang dapat menghalangi pemberian ASI, yaitu: salah informasi yang dapat menyebabkan kebingungan dan meningkatkan keengganan untuk menyusui, jadwal dan rutinitas juga mempengaruhi keberhasilan menyusui, kelelahan dan ketegangan ibu dapat mempengaruhi pemberian ASI eksklusif, kekurangan dukungan dari individu sekitar membuat enggan untuk menyusui, kesibukan ibu sehingga tidak dapat menyediakan waktu untuk memberikan ASI, serta rasa gengsi untuk dapat membeli susu formula.

Setiap kali ibu menyusui mengalami permasalahan dalam pemberian ASI eksklusif, akan menjadikannya menyerah bahkan enggan memberikan ASI eksklusif sehingga memilih menggantikannya dengan susu formula, akibatnya bayi tidak mendapatkan manfaat positif pemberian ASI eksklusif. Perlu adanya sikap untuk tidak mudah menyerah menghadapi masalah dalam pemberian ASI eksklusif. Optimisme menjadikan individu memiliki pandangan positif dan memiliki harapan baik terhadap masa depan (Baumgardner & Crothers, 2010, h.193). Penelitian yang dilakukan Mishra, dkk (2012, h.9) menunjukkan bahwa individu yang optimis akan memiliki kepuasan hidup, kesehatan, dan hubungan sosial yang lebih baik daripada individu yang tidak memiliki optimisme.

Optimisme pemberian ASI eksklusif adalah harapan positif ibu menyusui terhadap ASI, sehingga percaya bahwa jika makanan terbaik bagi bayi dan tidak memberikan makanan tambahan lainnya hingga bayi berusia enam bulan, meskipun mengalami kesulitan.

Optimisme akan dimiliki ibu menyusui apabila adanya individu lain yang mendukung untuk terus berorientasi positif. Dukungan sosial menjadikan individu mampu berbagi masalah yang sedang dihadapi, serta memiliki kesehatan yang lebih baik daripada individu yang tidak menerima dukungan sosial (Seligman, 2008, h.232). Dukungan sosial yang dibutuhkan ibu menyusui adalah dukungan dari suami, karena suami merupakan orang terdekat yang selalu mendampingi. Bentuk dukungan dapat berupa ketersediaan waktu, kepedulian, dan dorongan positif dari suami. Pemberian dukungan suami menjadikan ibu menyusui mampu memberikan ASI secara maksimal.

Menurut penjelasan di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa ibu menyusui yang memiliki optimisme tidak menyerah menghadapi kesulitan maupun hambatan yang dialami dalam menyusui. Sikap optimis akan muncul, jika adanya dukungan dari orang terdekat, yaitu suami.

Rumusan Masalah

Adakah hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan suami dengan optimisme pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui?

Tinjauan Pustaka

1. Optimisme Pemberian ASI eksklusif

Optimisme adalah mengharapkan peristiwa baik untuk terjadi pada diri individu (Snyder & Lopez, 2002, h. 231). Pendapat lain adalah gaya penjelasan dan pola harapan positif untuk masa depan, serta mengacu tentang individu berpikir mengenai penyebab dari suatu pengalaman (Seligman, 2008, h.5).

Optimisme Pemberian ASI eksklusif adalah harapan positif ibu menyusui terhadap ASI eksklusif sehingga selalu berorientasi positif, meskipun mengalami kesulitan dalam pemberian ASI eksklusif dan memberikan kepada bayinya hingga berusia enam bulan.

Menurut Seligman (2008, h. 59), ada tiga dimensi individu dalam gaya penjelasan suatu masalah, yaitu: *permanence* (permanensi), *pervasiveness* (kemudahan menyebar), dan *personalization* (personalisasi).

Menurut Seligman (2008, h 231-232, 277) optimisme dipengaruhi oleh berbagai faktor, diantaranya : kesehatan, cara pandang terhadap masalah, lingkungan sosial.

2. Dukungan Suami

Dukungan sosial adalah transaksi antarpribadi yang mengekspresikan dampak positif dari satu individu ke individu lain, menegaskan perilaku individu lain, persepsi, atau pendapat, dan memberikan bantuan simbolis atau materi kepada individu lain (Kahn, 2004, dalam Stromborg dan Olsen, h.166).

House (dalam Goldsmith, 2004, h.3) mengemukakan dukungan sosial adalah transaksi interpersonal yang melibatkan kepedulian, bantuan, dan informasi tentang diri sendiri dan lingkungan.

Menurut beberapa pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah transaksi antar individu dalam bentuk pendapat, kepedulian, bantuan psikologis maupun jasmani sehingga individu merasa termotivasi.

Dimensi dukungan sosial menurut Jacobson (dalam Nursalam, 2007, h. 30) meliputi: (a) Dukungan emosional, (b) Dukungan kognitif, (c) Dukungan material

Aspek-aspek dukungan sosial menurut House (dalam Glanz, dkk, 2008, h.190), yaitu : (a) Emosional, (b) Instrumental, (c) Informatif, (d) Penilaian.

Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi antara dukungan suami dengan optimisme pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui.

Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu Psikologi, khususnya psikologi keluarga yaitu memperkaya teori tentang dukungan suami dan optimisme pemberian ASI eksklusif.

2. Manfaat Praktis

Memberikan informasi mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui, sehingga lebih optimis menghadapi permasalahan dalam menyusui dengan adanya peran suami sebagai pemberi dukungan.

METODE

Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel bebas : Dukungan Suami,

Variabel tergantung : Optimisme Pemberian ASI Eksklusif

Definisi operasional

1. Optimisme Pemberian ASI eksklusif

Optimisme pemberian ASI eksklusif adalah harapan positif ibu menyusui untuk tidak memberikan makanan tambahan lain kepada bayinya hingga berusia

enam bulan. Data didapat melalui skala yang disusun berdasarkan dimensi optimisme yang terdiri dari dimensi permanensi, kemudahan menyebar, personalisasi.

2. Dukungan Suami

Dukungan suami adalah pemberian bantuan dalam bentuk fisik dan psikologis yang diberikan suami kepada istrinya untuk memotivasi sehingga merasa mampu menghadapi kesulitan. Data yang didapat melalui skala yang disusun berdasarkan aspek dukungan sosial yang terdiri dari emosional, instrumental, informatif, dan penilaian.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu menyusui yang ada di kota Semarang yang berada dalam wilayah Puskesmas Candi Lama, Pegandan, Halmahera, dan Lamper Tengah. Karakteristik yang digunakan dalam sampel penelitian adalah :

1. Memiliki bayi 0-5 bulan,
2. Tinggal bersama suami.
3. Bekerja maupun ibu rumah tangga

Jumlah sampel dalam penelitian adalah 100 ibu menyusui, karena faktor perijinan, ketersediaan, dan keaktifan anggota ibu menyusui dalam posyandu menjadi pertimbangan dalam penelitian. Pengambilan data dilakukan setelah mendapatkan informasi mengenai jadwal kegiatan pos layanan terpadu (posyandu) di masing-masing wilayah puskesmas dengan jumlah 30 posyandu dan sudah memiliki jadwal untuk melaksanakan posyandu.

Setelah mendapatkan puskesmas, pengambilan subjek di posyandu dilakukan dengan teknik *accidental*. Teknik *accidental* adalah penentuan subjek secara kebetulan yang bertemu langsung dengan peneliti dan cocok sebagai sumber data (Sugiyono, 2008, h.85).

Metode Pengumpulan Data

Alat yang digunakan untuk pengumpulan data adalah skala, yaitu pernyataan yang berisi aitem yang digunakan untuk mengukur suatu populasi

yang berasal dari sampel yang ingin dibuat inferensi terhadap populasi (Nazir, 2009, h.328).

1. Skala optimisme pemberian ASI eksklusif disusun berdasarkan tiga dimensi dalam optimisme, yaitu: permanensi, kemudahan menyebar, personalisasi.
2. Skala dukungan suami disusun berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial, yaitu: dukungan emosional, instrumental, dan informatif.

Metode Analisis data

Teknik analisis statistik yang digunakan untuk mengolah data adalah korelasi *product moment*. Seluruh perhitungan dalam penelitian menggunakan program komputer *Statistical Packages for Social Science (SPSS)* versi 17.00.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penghitungan yang telah dilakukan diperoleh koefisien korelasi sebesar $r=0,369$. Angka r hitung yang lebih kecil dari nilai signifikansi yang berarti hipotesis diterima dan ada hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan optimisme pemberian ASI eksklusif. Artinya semakin tinggi dukungan suami akan semakin tinggi tingkat optimisme pemberian ASI eksklusif.

Tabel Rangkuman Pengujian Hipotesis

Variabel	r hitung	p<0,05	Keterangan
Dukungan suami dengan Optimisme pemberian ASI eksklusif	0,369	0,004	Signifikan

Hasil penelitian serupa menyatakan bahwa dukungan suami yang dapat memberikan motivasi memberikan ASI, berdasarkan hasil uji statistik diperoleh dengan nilai $p < \alpha$ ($0,003 < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan motivasi ibu memberi ASI pada bayi 0-6 bulan (Mira, dkk, 2013).

Dukungan suami sangatlah dibutuhkan oleh ibu menyusui dalam menyusui. Suami dapat bertukar pikiran atau memberi masukan akan lebih meringkankan masalah. Dukungan suami yang diberikan kepada ibu menyusui akan menjadikan mampu menghadapi berbagai permasalahan dalam memberikan ASI eksklusif, dan sesuai dengan hasil penelitian Nurlely (2012, h.4-5) yang menyatakan bahwa

adanya dukungan suami yang mempengaruhi kemauan untuk memberikan ASI eksklusif, dengan menggunakan metode *cross sectional* yaitu nilai $p = 0,003$. Dukungan suami kepada ibu menyusui dapat diberikan dengan menyarankan pemberian ASI eksklusif, mengingatkan ibu untuk mencukupi gizi selama menyusui, memberikan uang tambahan untuk keperluan menyusui, memfasilitasi suasana tenang di rumah, serta membelikan suplemen atau susu khusus ibu menyusui.

Individu yang terus mendapatkan dukungan, akan selalu berorientasi positif terhadap masalah. Orientasi positif akan menjadikan individu memiliki optimisme karena dukungan menjadikan individu mampu berbagi masalah yang sedang dihadapi, serta memiliki kesehatan yang lebih baik daripada individu yang tidak menerima dukungan sosial (Seligman, 2008, h.232).

Ibu menyusui yang memiliki sikap optimis akan lebih mudah dalam menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang dialami selama menyusui, namun tidak semua ibu menyusui memiliki sikap optimis. Beberapa permasalahan sering muncul dalam penelitian adalah ASI yang sering tidak keluar, sehingga terpaksa memberikan ASI bersamaan dengan susu formula, bahkan ada yang memberikan susu formula secara penuh dan telah mencoba melakukan berbagai cara untuk melancarkan ASI, namun tetap tidak bisa. Adanya pemikiran bahwa ASI akan membuat bayi menangis karena kurang membuat kenyang sehingga mencoba susu formula atau makanan tambahan yang bahkan bukan untuk bayi di bawah enam bulan, serta adanya dukungan untuk memberikan susu formula juga merupakan faktor penghambat pemberian ASI eksklusif.

Permasalahan yang terjadi dalam menyusui dapat diatasi dengan baik oleh ibu menyusui dengan memiliki optimisme, yaitu berorientasi positif terhadap ASI eksklusif. Mendapatkan dukungan suami ketika mengalami kesulitan selama proses menyusui. Dukungan suami yang dibutuhkan adalah menemani menyusui bayi, membantu menyelesaikan permasalahan yang dialami dalam menyusui, menemani berkonsultasi dengan dokter ataupun bidan, suami ikut memantau tumbuh kembang bayi setiap bulan.

Menurut penjelasan di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa dukungan suami berpengaruh terhadap optimisme pemberian ASI eksklusif. Kehadiran suami merupakan peran penting bagi ibu menyusui untuk dapat bertukar pikiran, mendapatkan masukan, serta membantu menyelesaikan permasalahan selama menyusui. Dukungan dan pendampingan suami mampu memberikan efek positif bagi ibu menyusui baik secara fisik maupun psikologis, sehingga akan memunculkan optimisme.

Peneliti menyadari keterbatasan dalam penelitian, oleh sebab itu kelemahan dalam penelitian adalah pengambilan sampel secara *accidental*. Kelemahan berikutnya adalah skala optimisme pemberian ASI eksklusif dan indikator-indikatornya belum fokus dan sesuai dengan teori, sehingga dapat menjadi masukan bagi peneliti selanjutnya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Ada hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan suami dengan optimisme pemberian ASI eksklusif. Semakin tinggi dukungan suami maka semakin tinggi optimisme pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui, sebaliknya semakin rendah dukungan suami maka semakin rendah pula optimisme pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui.

Berdasarkan hasil penelitian, ibu menyusui 0-5 dapat berdiskusi dan bertukar pikiran dengan suami dan sesama ibu menyusui mengenai ASI, sehingga mampu *sharing* mengenai permasalahan yang dialami selama menyusui dan mendapatkan solusi yang tepat. Suami juga dapat memberikan bantuan secara fisik dengan membantu istri menggendong dan merawat bayi. Bantuan secara psikologis diberikan suami dengan cara membantu istri menyelesaikan permasalahan yang dialami selama pemberian ASI eksklusif, sehingga istri menjadi nyaman dan memiliki waktu yang cukup untuk menyusui bayi.

Sedangkan bagi peneliti selanjutnya, dapat menjadi masukan untuk meneliti faktor lain dalam optimisme, yaitu kesehatan dan cara pandang terhadap masalah, serta memperhatikan indikator-indikator dalam skala optimisme pemberian ASI eksklusif sehingga lebih fokus dan sesuai dengan teori.

DAFTAR PUSTAKA

- Baumgardner Steve, & Crothers, Marie. (2010). *Positive Psychology*. New Jersey : Pearson Education, Inc.
- Clinton, Catherine. (2010). Development of the Infant Immune Function and the Effects of Breast Milk. *Natural Medicine Journal* 2 (8), hal 3-6.
- Goldsmith, Daena. (2004). *Communicating Social Support*. New York : Cambridge University Press.
- <http://www.suaramerdeka.com/v1/index.php/read/cetak/2012/09/22/199615/Cakupan-ASI-Eksklusif-Menurun-> (diakses pada tanggal 10 September 2012).
- Marshall, Connie. (2000). *Awal Menjadi Ibu: Petunjuk Lengkap untuk Calon Ibu*. Diterjemahkan oleh : Joko Suyono. Jakarta: Arcan.
- Mira, Dewi, & Arneliwati. Hubungan Dukungan Suami terhadap motivasi Ibu memberi ASI pada bayi 0-6 bulan. *Jurnal Universitas Riau*. Diunduh dari : <http://repository.unri.ac.id/bitstream/123456789/1899/1/JURNAL%20MIRA.pdf>
- Mishra, krishna. (2013). Optimism as Predictor of Good Life. *International social science journal*. vol, 29(1), hal:75-87. Diunduh dari : http://www.happysociety.org/uploads/HsoDownload/38/download_file.pdf
- Nazir, Mohammad. (2009). *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Nurlely. (2012). Perbedaan Faktor-Faktor Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Poncol dan Puskesmas Candilama Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Vol 1, No 2, h.346 – 356. Diunduh dari : <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/1114>
- Nursalam, Ninuk. (2007). *Asuhan Keperawatan pada Pasien Terinfeksi HIV AIDS*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pieter, Zan Herri, & Lubis Namora Lumongga. (2010). *Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan*. Jakarta: Kencana
- Quigley, Maria A, dkk. (2011). Breastfeeding is Associated with Improved Child Cognitive Development: A Population-Based Cohort Study. *The Journal of Pediatrics*, vol 160. no 1, hal 25-32. Diunduh dari : <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21839469>
- Seligman, P Martin. (2008). *Menginstal Optimisme*. Terjemahan Yogapranata, Budi. Bandung: PT. Karya Kita
- Snyder, C.R. & Lopez, Shane. (2002). *Handbook of Positive Psychology*. New York : Oxford University Press.
- Sugiyono. (2000). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Yuliarti, Nurheti. (2010). *Keajaiban ASI – Makanan Terbaik Untuk Kesehatan, Kecerdasan, dan Kelincahan*. Yogyakarta : CV Andi Offset.
- _____. (2012). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah*.