

Hypnobreastfeeding dan Motivasi Ibu Menyusui

Fitria Primi Astuti¹, Hapsari Windayanti², Ida Sofiyanti³

¹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, Indonesia, fitriaprimi@gmail.com

²Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, Indonesia, hapsari.email@gmail.com

³Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, Indonesia, idasofiyanti@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 03 March 2020

Accepted, 29 March 2020

Published, 31 March 2020

Keywords: health education, motivation and hypnobreastfeeding

Abstract

Based on data from the Ministry of Health of the Republic of Indonesia, the initiation of early breastfeeding (IMD) increased from 51.8 percent in 2016 to 57.8 percent in 2017. Although this increase is still far from the target of IMD of 90 percent. The rate of exclusive breastfeeding has also increased from 29.5 percent in 2016 to 35.7 percent in 2017. The amount of coverage is still very small considering the importance of breast milk for the lives of children in their golden period. The small number can be overcome by the motivation of breastfeeding mothers in breastfeeding. Motivation is one of the factors that can influence breastfeeding mothers in exclusive breastfeeding. The provision of health education is an effort to increase the motivation of breastfeeding mothers in exclusive breastfeeding. This study aims to determine differences in motivation before and after providing health education about hypnobreastfeeding. The sample in this study was 30 nursing mothers, the research method used was the quasi-experimental method (Quasi Experimental) with a One Group Pre-test and Post-test design. The different test used is the Wilcoxon test. The results showed there were differences in motivation before and after providing health education about hypnobreastfeeding.

Abstrak

Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, inisiasi menyusui dini (IMD) meningkat dari 51,8 persen di tahun 2016 menjadi 57,8 persen di tahun 2017. Walaupun terjadi peningkatan itu masih jauh dari target IMD sebesar 90 persen. Angka pemberian ASI eksklusif juga mengalami peningkatan dari 29,5 persen pada tahun 2016 menjadi 35,7 persen pada tahun 2017. Jumlah cakupan itu masih sangat kecil jika mengingat pentingnya Air Susu Ibu (ASI) bagi kehidupan anak di masa periode keemasannya. Kecilnya angka tersebut dapat diatasi dengan adanya motivasi ibu menyusui dalam pemberian ASI. Motivasi merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi ibu menyusui dalam pemberian ASI secara eksklusif. Pemberian pendidikan kesehatan merupakan upaya untuk meningkatkan motivasi ibu menyusui dalam pemberian ASI eksklusif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan

motivasi sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan tentang *hypnobreastfeeding*. Sampel dalam penelitian ini adalah 30 ibu menyusui, metode penelitian yang digunakan adalah dengan metode eksperimen semu (*Quasi Experimental*) dengan rancangan *One Group Pre-test* dan *Post-test*. Uji beda yang digunakan yaitu uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan motivasi sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan tentang *hypnobreastfeeding*.

Pendahuluan

Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) menjadi indikator derajat kesehatan masyarakat suatu negara (Septiani, Arta, Karbita, 2017). Profil kesehatan (2018) menunjukkan bahwa AKB 24 per 1.000 kelahiran hidup, dan AKABA 32 per 1.000 kelahiran hidup. Angka ini turun dibandingkan tahun 2017 yaitu 32 per 1000 Kelahiran hidup. Bentuk upaya kesehatan yang dilakukan untuk mengurangi risiko kematian meliputi pelayanan kesehatan neonatal, imunisasi rutin pada anak, pelayanan kesehatan pada anak sekolah, dan pelayanan kesehatan peduli remaja. Pelayanan kesehatan neonatal meliputi termasuk konseling perawatan bayi baru lahir, ASI eksklusif, pemberian vitamin K1 injeksi dan Hepatitis B0 injeksi (bila belum diberikan).

ASI Eksklusif adalah air susu yang diberikan kepada bayi sampai dengan usia 6 bulan tanpa makanan pendamping apapun kecuali obat-obatan dan vitamin. Data Kementerian Kesehatan mencatat, angka inisiasi menyusui dini (IMD) di Indonesia meningkat dari 51,8 persen pada tahun 2016 menjadi 57,8 persen pada tahun 2017. Kendati meningkat, angka tersebut masih jauh dari target Indonesia sebesar 90 persen. Kenaikan yang sama juga terjadi pada angka pemberian ASI eksklusif, dari 29,5 persen pada tahun 2016 menjadi 35,7 persen pada tahun 2017. Angka ini terbilang sangat kecil jika mengingat pentingnya peran ASI bagi kehidupan anak (Juniman 2018).

Rahmawati (2016) mengatakan faktor-faktor yang memengaruhi pemberian ASI Eksklusif adalah usia ibu, status pekerjaan, urutan kelahiran bayi, dukungan petugas kesehatan dan faktor status pekerjaan. Listyaningrum, dan Vidayanti (2016) dalam penelitiannya mengatakan ada hubungan antara pengetahuan ibu dan motivasi ibu dalam pemberian ASI Eksklusif. Motivasi merupakan salah satu faktor yang memengaruhi ibu dalam memberikan ASI secara eksklusif, motivasi adalah keadaan dari pribadi seseorang yang mendorong keinginan individu untuk melakukan kegiatan tertentu guna mencapai tujuan. Kumala Sari (2014) dalam penelitiannya mengatakan bahwa setiap ibu harus mempunyai dorongan, keinginan dan kemampuan dalam memberikan ASI secara eksklusif.

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan motivasi ibu dalam memberikan ASI Eksklusif. Pendidikan kesehatan untuk membuat keputusan kesehatan yang berkualitas, merupakan kombinasi dari pengalaman belajar yang direncanakan berdasarkan teori suara yang dapat memberikan individu, kelompok, dan masyarakat kesempatan dalam memperoleh informasi dan keterampilan yang dibutuhkan. Hasil penelitian Lestari, Ameli, dan Rahmalia (2012) merekomendasikan tenaga kesehatan untuk memberikan pendidikan kesehatan tentang ASI dengan menggunakan media audiovisual kepada primipara agar pengetahuan, kemampuan dan motivasi menyusui primipara meningkat. Pendidikan kesehatan tentang *hypnobreastfeeding* diharapkan dapat meningkatkan motivasi pada ibu menyusui. Tujuan dalam penelitian ini mengetahui

perbedaan motivasi sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan tentang *hypnobreastfeeding*.

Metode

Penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 30 responden ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Ungaran, penelitian dilaksanakan pada bulan Juli sd September 2019. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu (*Quasi Experimental*) dengan rancangan *One Group Pre-test* dan *Post-test*. Penelitian dimulai dengan mengukur motivasi ibu menyusui sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang *hypnobreastfeeding*. Satu minggu setelah pemberian pendidikan kesehatan dilakukan pengukuran motivasi lagi. Normalitas data menggunakan *Shaprowilk* (sampel < 50) didapatkan *p-Value* < 0,015 sehingga analisis data menggunakan uji *Wilcoxon*.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1 Uji Wilcoxon motivasi sebelum dan sesudah pemberian Pendidikan kesehatan tentang *hypnobreastfeeding*

		N	Mean Rank	Sum of Rank
posttest - pretest	Negative Ranks	2 ^a	12.50	25.00
	Positive Ranks	27 ^b	15.19	410.00
	Ties	1 ^c		
	Total	30		
a. posttest < pretest				
b. posttest > pretest				
c. posttest = pretest				
Test Statistics ^a				
	posttest - pretest			
Z	-4.177 ^b			
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000			

Berdasarkan tabel di atas didapatkan *p value* < 0.05 yang berarti bahwa ada perbedaan motivasi ibu menyusui sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *hypnobreastfeeding*. Motivasi merupakan kekuatan atau energi seseorang untuk menimbulkan tingkat persistensi dan antusiasme dalam melaksanakan suatu kegiatan. Energi itu baik yang bersumber dari dalam diri individu itu sendiri (motivasi intrinsik) maupun dari luar individu (motivasi ekstrinsik). Seberapa kuat motivasi yang dimiliki individu akan banyak menentukan terhadap kualitas perilaku yang akan ditampilkannya, baik dalam konteks belajar, bekerja maupun dalam kehidupan lainnya (Sudrajat 2008).

Penelitian Ningrum dan Fajarsari (2012) mengatakan faktor- faktor yang memengaruhi motivasi adalah tingkat pendidikan, tingkat pengetahuan dan tingkat ekonomi seseorang. Elly (2013) mengatakan faktor yang memengaruhi motivasi yaitu faktor intrinsik ibu dalam pemberian ASI eksklusif, kebutuhan, harapan, minat yang berbeda. Motivasi ekstrinsik ibu dalam pemberian ASI eksklusif meliputi motif rangsangan, berdasarkan lingkungan.

Zahroh dan Lestari (2014) mengatakan bahwa pendidikan kesehatan berpengaruh terhadap motivasi. Motivasi sangat diperlukan untuk ibu menyusui, tanpa ada motivasi seorang ibu tidak dapat memberikan ASI secara eksklusif. Listyaningrum dan Vindayanti (2016) mengatakan ada hubungan yang bermakna antara variabel motivasi terhadap pemberian ASI Eksklusif. Motivasi yang baik dapat diperoleh melalui pendidikan kesehatan. Kombinasi dari pengalaman belajar yang direncanakan, berdasarkan teori suara yang diberikan individu, kelompok, dan masyarakat akan dapat memberikan kesempatan memperoleh informasi dan keterampilan yang dibutuhkan untuk membuat keputusan

kesehatan yang berkualitas. Hal yang harus diperhatikan dalam memberikan pendidikan kesehatan yaitu materi atau pesan dan metode yang disampaikan.

Mubarak (2006) mengatakan bahwa materi atau pesan yang disampaikan sebaiknya memperhatikan beberapa hal. Hal yang harus diperhatikan antara lain, bahasa yang digunakan mudah dimengerti oleh masyarakat dalam bahasa sehari-harinya, tidak terlalu sulit dimengerti oleh sasaran, menggunakan media menarik perhatian dalam penyampaian materi. Materi atau pesan yang disampaikan merupakan kebutuhan dasar dalam masalah kesehatan yang dihadapi oleh sasaran dalam hal ini adalah ibu menyusui. Selain itu metode pendidikan kesehatan yang dilakukan hendaknya menggunakan metode yang mengembangkan komunikasi dua arah.

Pendidikan kesehatan tentang *hypnobreastfeeding* dapat membantu meningkatkan motivasi ibu menyusui. *Hypnobreastfeeding* adalah suatu metode terbaru yang baik untuk membangun niat positif dan motivasi dalam menyusui, jika diterapkan dengan baik akan mampu memaksimalkan kuantitas dan kualitas ASI (Armini, 2017 dan Sari, Salimo dan Budhiastuti 2019). Sofiyanti, Astuti, dan Windayanti (2019) dalam penelitiannya mengatakan bahwa cara kerja *hypnobreastfeeding* yaitu terjadinya peningkatan produksi ASI apabila kecemasan dan stres pada ibu menyusui menurun. *Hypnobreastfeeding* dapat menghilangkan kecemasan dan ketakutan sehingga ibu dapat memfokuskan pikiran kepada hal-hal yang positif dan dapat meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi ibu. *Hypnobreastfeeding* mampu membuat ibu menyusui merasa lebih baik dan percaya diri dalam menjalankan perannya.

Simpulan dan Saran

Disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan tentang *hypnobreastfeeding* dapat meningkatkan motivasi ibu menyusui. Saran kepada Bidan di wilayah kerja Puskesmas Ungaran untuk memberikan sosialisasi kepada ibu menyusui tentang *hypnobreastfeeding* kepada ibu menyusui agar dapat meningkatkan cakupan program ASI eksklusif.

Ucapan terima kasih

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Rektor Universitas Ngudi waluyo, Ketua LPPM, Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, dan seluruh pihak yang mendukung kegiatan penelitian ini.

Daftar Pustaka

- Armini, Ni Wayan. 2017. *Hypnobreastfeeding* awali suksesnya ASI Eksklusif dosen jurusan kebidanan Politeknik Kesehatan Denpasar.
- Elly. 2013. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Ibu Menyusui Dalam Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Di Wilayah Kerja Puskesmas Dewantara Kabupaten Aceh Utara, skripsi, Universitas Sumatra Utara.
- Juniman, Puput Tripeni, 2018, Angka Pemberian ASI Eksklusif di Indonesia Masih Rendah, <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20180820165738-255-323681/angka-pemberian-asi-eksklusif-di-indonesia-masih-rendah>, diakses tanggal 21/08/2018
- Kemenkes RI. 2018. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta.
- Kumalasari, Ribek N, NMY. 2014. Motivasi Ibu dalam Pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas 1 Denpasar Utara, Politeknik Kesehatan Denpasar. Artikel Politeknik Kesehatan Denpasar Bali
- Lestari, W. Amelia, Rahmalia, N.R., S. 2012. Efektifitas Pendidikan Kesehatan tentang ASI terhadap Tingkat Pengetahuan, Kemampuan dan Motivasi Menyusui Primipara. Jurnal Ners Indonesia. Vol.2, No.2, Maret 2012.

- Listyaningrum, Tri Utami, Vidayanti, Venny. 2016, Tingkat Pengetahuan Dan Motivasi Ibu Berhubungan Dengan Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Bekerja, JNKI, Vol. 4, No. 2, Tahun 2016, 55-62
- Mubarak, Wahid Iqbal. (2011). Promosi Kesehatan untuk kebidanan. Jakarta : Salemba Medika.
- Ningrum, Dani Roswati, Fajarsari, Diah. 2012. Faktor_faktor yang mempengaruhi motivasi ibu mengikuti deteksi dini kanker serviks melalui metode visual asam asetat (IVA) di Kab. Banyumas 2012. Jurnal publikasi kebidanan akbid YLPP Purwokerto vol 4 no 2.
- Rahma Harzeni, 2019 Hubungan Faktor Motivasi Ibu Terhadap Pemberian Asi Eksklusif Di Puskesmas Lapai Kota Padang, Jurnal Bidan Komunitas. Vol. II No. 2 Hal. 96-106.
- Rahmawati, Meiyana Dianning. 2016. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Menyusui di Kelurahan Pedalangan Kecamatan Banyumanik Kota Semarang, jurnal kesehatan kusuma husada , vol i no 1 juli 2010, jurnal kesehatan kusuma husada.
- Roswati, Dani Ningrum. Fajarsari, Dyah, 2013 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Motivasi Ibumengikuti Deteksi Dini Kanker Serviks Melalui Metode Inspeksi Visual Asam Asetat (Iva) Di Kabupaten Banyumas Tahun 2012, Jurnal publikasi Akbid ylpp purwokwrto, vol 4 no 1 2013
- Sari, Lutfiana Puspita, Salimo, Harsono, Budihastuti, Uki Retno. 2019. *Hypnobreastfeeding* Dapat Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Post Partum, Jurnal Kesehatan Tadulako Vol. 2 No. 1, Januari 2016 : 1- 75
- Septiani, Hanulan, Artha Budi, Karbito. 2017. Faktor yang berhubungan dengan pemberian ASI eksklusif oleh ibu menyusui pada ibu bekerja, Jurnal ilmu kesehatan2(2), 159-179
- Sofiyanti, Ida. Astuti, Fitria Primi. Windayanti, Hapsari. 2019. Penerapan *Hypnobreastfeeding* pada Ibu Menyusui, Journal of Midwifery (IJM) Volume 2 Nomor 2, September 2019
- Sudrajat, Akhmad, M.Pd. Teori-Teori Motivasi Posted on 6 Februari 2008 <http://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/02/06/teori-teori-motivasi/>
- Zahroh, Roihatul. Lestari, Mita Indah. Pendidikan Kesehatan Meningkatkan Motivasi Ibu Primipara Dalam Memberikan Asi Journals of Ners Community Vol 5 No 1 Juni 2014