

HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA IBU PEKERJA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BITUNG BARAT KECAMATAN MAESA KOTA BITUNG

Veijenira Irene Tumiwa*, Vanda V. Doda*, Ardiansa A.T. Tucunan*

*Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado

ABSTRAK

Beban kerja adalah sejumlah kegiatan yang harus diselesaikan oleh seseorang ataupun sekelompok orang, selama periode waktu tertentu dalam keadaan normal. Beban kerja meliputi beban kerja fisik, beban kerja mental, beban kerja sosial. Faktor mental dan psikologis ibu menyusui sangat besar pengaruhnya terhadap proses menyusui dan kelancaran produksi ASI. Pemberian ASI Eksklusif adalah sebagai salah satu yang memberikan pengaruh paling kuat terhadap kelangsungan hidup anak, pertumbuhan dan perkembangan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan beban kerja dengan pemberian ASI eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Bitung Barat Kecamatan Maesa Kota Bitung. Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian survey analitik dengan menggunakan pendekatan survey cross sectional. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah responden yaitu sebanyak 100 ibu yang bekerja. Alat ukur yang digunakan yaitu kuesioner. Berdasarkan hasil analisis uji chi-square Nilai probabilitas yang didapat adalah $< 0,001$ dengan tingkat kepercayaan 0,05 sehingga H_0 ditolak yang berarti adanya hubungan beban kerja dengan pemberian ASI eksklusif. Adapun saran yang dapat diajukan yaitu memperhatikan teknik pengurangan beban kerja seperti misalnya meningkatkan komunikasi didalam organisasi pekerjaan maupun dalam keluarga sehingga mendapatkan dukungan lebih pada ibu untuk memberikan ASI pada bayi.

Kata kunci : ASI Eksklusif, Beban Kerja, Ibu Pekerja, Manado

ABSTRACT

the workload is a number of activities that should be completed by a person or group of people, over a period of time under normal circumstances. The workload includes the physical workload, mental workload, the burden of social work. Mental and psychological factors in breast feeding very big its influence on the process of breastfeeding and the smooth production of breast milk. Exclusive breast feeding is as one of the most powerful influence against child survival, growth and development. The purpose of this research was to know relationship serious burden untick with exclusive breast feeding in the region West of Bitung Maesa Subdistrict health centers of the town of Bitung. The research method used i.e. analytic survey research with cross sectional survey approach to use. Sampling techniques using a purposive sampling with a respondent i.e. number of as many as 100 working mothers. Measuring the digunakan i.e. the questionnaires. Based on the results of the analysis of the chi-square test Value probability is obtained with a confidence level of $0.001 < 0.05$ so that H_0 is rejected. meaning of the existence of the relationship of the workload with exclusive breast feeding. As for suggestions that may be submitted that is attentive to the work load reduction techniques such as improving communication in the Organization of work and in the family so as to get more support in the mother to give BREAST MILK in infants.

Keywords: BREAST MILK exclusively, the workload, the mother worker, Manado

PENDAHULUAN

ASI merupakan salah satu sumber makanan yang terbaik bagi bayi yang baru lahir karena memiliki begitu banyak zat penting guna meningkatkan kekebalan terhadap penyakit. Makanan bayi dan susu yang

dibuat dengan teknologi masa kini mampu menggantikan sumber makanan yang sangat penting bagi keberlangsungan pertumbuhan bayi ini. (Kodrat,2010). Pemberian ASI dapat mengurangi angka kematian bayi.

Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian di Ghana yang menunjukkan bahwa 22% kematian bayi baru lahir dapat dicegah dengan memberikan ASI pada satu jam pertama setelah kelahiran dan dilanjutkan pemberiannya sampai enam bulan agar tubuh bayi kebal terhadap penyakit, (Nurliawati, 2010). Penerapan pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif telah diamanatkan melalui Undang-Undang No. 36 Tahun 2009 pasal 128 dan 129 bahwa bayi berhak mendapatkan ASI eksklusif (Kemenkes RI, 2012).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Sulawesi Utara tahun 2015, cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi sampai 6 bulan di Provinsi Sulawesi Utara tahun 2015 sebanyak 26,3% dan mengalami penurunan pada tahun 2016 sebanyak 19,7% (Profil Dinas Kesehatan Sulawesi Utara, 2015).

Berdasarkan observasi kepada petugas kesehatan dalam hal ini Bidan angka pemberian ASI eksklusif di puskesmas bitung barat berkisar 45,5% angka ini menunjukkan di puskesmas tersebut cakupan ASI eksklusif masih rendah, karena belum mencapai target yang diharapkan oleh Kemenkes RI yaitu sebesar 80%. Menurut Herrianto (2010) beban kerja adalah sejumlah kegiatan yang harus diselesaikan oleh seseorang ataupun sekelompok orang, selama seseorang melakukan aktivitas atau periode waktu tertentu dalam keadaan normal.

Beban kerja meliputi beban kerja fisik, beban kerja mental, beban kerja sosial. Faktor mental dan psikologis yang dimiliki ibu menyusui sangat besar pengaruhnya terhadap proses menyusui dan kelancaran

produksi ASI. Perasaan stress, tertekan, dan tidak nyaman yang dialami oleh seorang ibu dapat menghambat pemberian ASI yang keluar (Bahayatun, 2009).

Penelitian yang dilakukan oleh Doda (2017) menyatakan sesuai dengan penelitian, pengalaman yang di alami oleh 4 dari 8 responden yang tidak memberikan ASI eksklusif ada 2 faktor utama penghambat pemberian ASI eksklusif yaitu, sangat kurangnya produksi ASI dan beban kerja yang berat serta kelelahan dan stress kerja. faktor penghambat yang berhubungan juga dengan pekerjaan ibu terhadap pemberian ASI eksklusif ialah, beban kerja berat, stress kerja, kelelahan, tidak tersedianya ruangan dan fasilitas khusus untuk pemberian ASI, kurangnya dukungan dari pimpinan, perasaan tidak aman terhadap infeksi nosocomial dan kondisi kerja yang tidak nyaman.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini yang digunakan adalah penelitian survei analitik dengan menggunakan pendekatan survey cross sectional. Tempat penelitian dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Bitung Barat Kecamatan Maesa Kota Bitung Waktu penelitian dilaksanakan selama bulan Juni-Agustus 2018.

Sampel yang diambil pada penelitian ini adalah ibu pekerja yang mempunyai bayi umur 6-12 bulan di Wilayah kerja Puskesmas Bitung Barat Kecamatan Maesa Kota Bitung, yang berjumlah 100 ibu pekerja dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*, dimana peneliti menentukan pengambilan sampel dengan

cara menentukan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan peneliti sehingga dapat menjawab permasalahan peneliti. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan kuesioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini adalah ibu pekerja yang mempunyai bayi umur 6-12 bulan yang berkunjung di wilayah kerja Puskesmas Bitung Barat dan posyandu di Kecamatan Maesa Kota Bitung Jumlah sampel pada penelitian ini berjumlah 100 sampel, dan karakteristik responden yang dilihat dalam penelitian ini terdiri dari Umur, Status Pekerjaan, Pendidikan Ibu. Karakteristik responden dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Distribusi Responden Berdasarkan Umur, Status Pekerjaan, Pendidikan Ibu

Tabel 1. Karakteristik Demografi Responden

Karakteristik Responden	n	%
Umur		
25-26	42	42.0
27-35	44	44.0
36-45	14	14.0
Status Pekerjaan		
Buruh/Pekeja Bebas	38	38.0
Buruh/Karyawan/Pegawai Tetap di instansi Pemerintahan	18	18.0
Buruh/Karyawan/Pegawai Tetap di instansi Swasta	44	44.0
Pendidikan Ibu		
SMP	3	3.0
SMA	66	66.0
S1-S3	31	31.0

Berdasarkan data pada Tabel 1, menunjukkan responden berdasarkan kelompok umur yang paling banyak adalah kelompok umur 26-35 tahun yang berjumlah 44 responden (42.0%), Pada penelitian ini sejalan dengan untari (2017), yang menyatakan bahwa

terdapat hubungan secara statistik antara umur ibu menyusui dengan pemberian ASI eksklusif. Berdasarkan status pekerjaan yang paling banyak adalah Buruh/Karyawan/Pegawai tetap di instansi Swasta sebanyak 44 responden (100.0%), dalam penelitian Ekanem (2012), ibu dengan status wiraswasta lebih tinggi dalam menyusui bayinya dibandingkan dengan ibu yang merupakan pegawai negeri dan pegawai swasta, dan berdasarkan pendidikan ibu responden yang paling banyak adalah SMA dengan jumlah 66 responden (69.0%), penelitian worku, dkk (2015), menyatakan bahwa mayoritas ibu yang mempunyai bayi dan berpendidikan tinggi sangat sulit untuk memberikan ASI eksklusif pada bayinya.

Distribusi Responden Berdasarkan Beban Kerja dan Pemberian ASI Eksklusif

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Beban Kerja dan Pemberian ASI Eksklusif

Pengukuran	n	%
Beban Kerja		
1. Ringan	34	34.0
2. Sedang	56	56.0
3. Berat	10	10.0
Pemberian ASI		
1. ASI Non Eksklusif	62	62.0
2. ASI Eksklusif	38	38.0
Total	100	100.0

Hasil penelitian dalam Tabel 4, menunjukkan bahwa yang mengalami Beban Kerja paling banyak adalah yang mengalami beban kerja sedang sebanyak 56 responden (56,0%), dan yang mengalami beban kerja ringan sebanyak 34 responden (34,0%), sedangkan yang mengalami beban kerja berat sebanyak 10 responden (10,00%). Hasil penelitian di lapangan menunjukkan ibu pekerja yang

bekerja sebagai pegawai tetap swasta mempunyai beban kerja lebih banyak dibandingkan dengan ibu yang bekerja sebagai pekerja bebas atau buruh dan pegawai tetap pemerintah, akan tetapi ibu yang bekerja sadar akan pentingnya ASI eksklusif terhadap bayi mereka, karena ibu sangat mengerti terhadap pentingnya pemberian ASI Eksklusif tersebut.

Penelitian ini juga sejalan dengan yang dilakukan oleh Putri (2015) tentang Pemberian ASI Eksklusif pada ibu yang pekerja di pabrik lebih sedikit dibandingkan dengan Ibu Rumah hasil ini menunjukkan adanya hubungan antara pekerjaan dengan pemberian ASI eksklusif, tetapi lebih banyak pada ibu rumah tangga dibandingkan dengan wanita pekerja pabrik. Hal ini disebabkan karena lama waktu bekerja pada wanita pekerja pabrik dapat menyita waktu dan mengurangi jatah pemberian ASI kepada bayinya, sedangkan pada ibu rumah tangga lebih memiliki banyak waktu untuk memberikan ASI kepada bayinya, sehingga peluang pemberian ASI eksklusif pada wanita pekerja lebih kecil dibandingkan dengan ibu rumah tangga.

Penelitian yang dilakukan oleh Homberg (2009), mengatakan bahwa beban kerja sangat mempengaruhi stress kerja yang pada akhirnya akan mempengaruhi pada minimnya pemberian ASI eksklusif. ibu pekerja yang memberikan ASI Non Eksklusif sebanyak 62 responden, dan ibu pekerja yang memberikan ASI Eksklusif sebanyak 38 responden.

Keberhasilan pemberian ASI eksklusif dapat dilihat dari durasi pemberian ASI saja. Sebelum tahun 2000 WHO telah

merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama 4-6 bulan, tetapi WHO menelaah kembali kelebihan dan kekurangan ASI dalam pemberian ASI eksklusif menjadi 6 bulan pada tahun 2000, dan mereka merekomendasikan kembali pemberian ASI selama 6 bulan pada tahun 2001, dan makanan pendamping ASI setelahnya dengan tetap memberikan ASI sampai 2 tahun. Pemerintah Indonesia telah mengadopsi keputusan tersebut pada tahun 2004 melalui Kepmenkes RI No. 450/Menkes/SK/IV dengan menetapkan bahwa target pemberian ASI eksklusif 6 bulan sebesar 80% (Fikawati, dkk, 2015).

Hubungan antara Beban Kerja dengan pemberian ASI eksklusif oleh ibu pekerja di wilayah kerja Puskesmas Bitung Barat

Tabel 3. Hubungan Beban Kerja dengan Pemberian ASI Eksklusif

Beban Kerja	Pemberian ASI				Total		P value
	ASI Eksklusif		ASI Non-Eksklusif		n	%	
	n	%	N	%	n	%	
Ringan	21	21.0	13	55.3	34	34	<0,001
Sedang	12	71.0	44	31.6	56	56	
Berat	5	8.1	5	13.1	10	10	
Total	38	100	62	100	100	100	

Berdasarkan hasil pada Tabel 3. menunjukkan bahwa responden yang memiliki beban kerja ringan dan memberikan ASI eksklusif sebanyak 21 (21.0%) responden dan responden yang mengalami beban kerja ringan dan memberikan ASI non-ekklusif sebanyak 13 (55.3%) responden. Responden yang memiliki beban kerja sedang dan memberikan ASI eksklusif sebanyak 12 (71.0%) responden dan responden yang memiliki beban kerja sedang dan memberikan ASI non-ekklusif sebanyak 44 (31.6%) responden. Jumlah responden pada

penelitian ini yang memiliki beban kerja berat dan memberikan ASI eksklusif berjumlah 5 (8.1%) responden dan jumlah responden yang memiliki beban kerja berat dan memberikan ASI non-eksklusif berjumlah 5 (13.1%) responden. Berdasarkan uji statistik menggunakan uji *chi-square*, nilai probabilitas yang didapat adalah $<0,001$ dengan tingkat kepercayaan 0,05 sehingga H_0 ditolak, yang artinya ibu yang mempunyai beban kerja menengah lebih banyak memberikan ASI Non Eksklusif daripada ibu yang memberikan ASI Eksklusif pada bayi. Dengan ini disimpulkan bahwa adanya hubungan antara beban kerja dengan pemberian ASI Eksklusif oleh ibu pekerja di Wilayah Kerja Puskesmas Bitung Barat Kec. Maesa Kota Bitung. Hasil penelitian ini juga, sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ulfa (2016) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang statistik antara beban pekerjaan ibu dengan pemberian ASI eksklusif pada ibu pekerja. Hasil penelitian Roesli (2007) menunjukkan bahwa responden terbanyak adalah memberikan ASI eksklusif kepada bayinya, ASI eksklusif selama 6 bulan pertama hidup bayi adalah yang terbaik. Pemberian ASI saja merupakan salah satu bentuk perilaku kesehatan yang dilakukan oleh ibu, dan perilaku tersebut termasuk sebagai perilaku menjaga kesehatan yang diwujudkan dalam pola pemberian dan pemenuhan kebutuhan gizi bayi di bawah 6 bulan.

Hasil uji mengenai hubungan beban pekerjaan ibu dengan pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Rawat Inap Kedaton, diperoleh $p\text{-value} = 0,027$ $p\text{-value} < \alpha =$

0,05) yang berarti bahwa ada hubungan beban pekerjaan ibu dengan pemberian ASI eksklusif. Menurut peneliti bekerja bukan halangan atau alasan untuk menghentikan pemberian ASI. Ibu bekerja tetap dapat memberikan ASI eksklusif dengan cara memerah ASI-nya sehari sebelum ibu pergi kerja. Oleh karena itu, ASI eksklusif akan tetap dapat diberikan oleh ibu bekerja maupun tidak bekerja antara lain dengan meningkatkan pengetahuannya tentang ASI eksklusif sehingga memberikan ASI eksklusif pada bayinya.

ASI merupakan sumber makanan utama bagi bayi selama 6 bulan pertama, bayi tidak membutuhkan makanan tambahan lain pada usia ini karena segala kebutuhan nutrisi telah dapat terpenuhi dari ASI. Selain itu pemberian ASI saja pada 6 bulan pertama berkaitan dengan kondisi bayi sendiri dimana belum sepenuhnya sistem pencernaan.

KESIMPULAN

Hasil penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Bitung Barat kecamatan Maesa Kota Bitung, peneliti mengambil keputusan:

1. Untuk ibu pekerja terbanyak memberikan ASI Non-Eksklusif yaitu sebanyak 62 (62%) responden dibandingkan dengan yang memberikan ASI Eksklusif yaitu sebanyak 38 (38%) responden.
2. Ibu pekerja terbanyak memiliki beban kerja sedang yaitu 56 (56%) responden dan yang paling sedikit yaitu ibu pekerja yang memiliki beban kerja berat sebanyak 10 (10%) responden.

3. Terdapat hubungan antara beban kerja dengan pemberian ASI Eksklusif oleh ibu pekerja, karena adanya faktor-faktor yang menjadi pendukung bagi responden untuk memberikan ASI eksklusif walaupun ibu pekerja memiliki beban kerja.

SARAN

Bagi ibu pekerja disarankan untuk lebih memperhatikan teknik pengurangan beban kerja seperti misalnya meningkatkan komunikasi didalam organisasi pekerjaan maupun dalam keluarga sehingga mendapatkan dukungan lebih pada ibu untuk memberikan ASI pada bayi.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik, 2010. Data Statistik Indonesia, Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur.
- Bahiyatun. 2009. *Buku Ajar Bidan Psikologi Ibu dan Anak*. Jakarta: EGC Bobak.
- Chezem, J, Freinsen. C & Clark, H. 2001. *Sources of infant feeding information used by pregnant women. The Journal of Perinatal Education*.
- Badan Praktek Swasta Benis Jayanto Ceper Klaten. *Jurnal Klinis Kesehatan Vol 3 No 01*.
- Doda Diana. 2017. *Hidrances to The Praticice of Eksklusife breastfeeding among Healthcare workers: Qualitative analysis*.
- Ekanem. 2012. *Attitude of working mothers to exclusive breastfeeding in Calabar municipality, Cross River State, Nigeria*. *Journal of Food Research*, 1(2), p.71.
- Enok Nuliawati. 2010. Tesis : Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Produksi ASI pada Ibu Pasca Sectio Sesarea di Wilayah Kota dan Kabupaten Tasikmalaya.
- F. Rauf, 2012. *Analisis Beban Mental Menggunakan Metode National Aeronautics And Space Administration- Task Load Index (Nasa-tlx) Di PPPPTK Bmti Di Departemen Mesin Bandung* [Tugas Akhir], Universitas Komputer Indonesia. [Diakses pada 30 agustus 2018]
- Halimah Umar. 2013. Faktor Determinan Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Bekerja di Kota Parepare.
- Hancock, P. A. & Meshkati, N. 1988. *Human Mental Workload*. Elsevier.
- Hart, S. G. 2006. *NASA-Task Load Index (NASA-TLX), 20 years later. In Human Factors and Ergonomics Society 50th Annual Meeting (pp. 904-908)*.
- Haryani. 2014. *Alasan Tidak Diberikan ASI Eksklusif Oleh Ibu Bekerja Di Kota Mataram Nusa Tenggara Barat*. Universitas Udayana;.
- Hart Sandra. 2018. *Development of NASA-TLX (Task Load Index) : Result of Empirical and Theoretical Research. California*.
- Herrianto, R. (2010). *Kesehatan Kerja*. Buku Kedokteran EGC. Jakarta
- Homberg, V.D, Kunzi B. Elwyn G. 2009. *High WorkLoad and Job Stress Are Associated with Lower Practice Performance in General Praticice: an Observation Study in 239 General Praticices in The Netherlands*. *BMC Health Services Research*, 9 (18): 118-125.
- Kodrat, L. (2010). *Dahsyatnya Asi & Laktasi*. Yogyakarta: Media Baca.
- Purwanti. 2004. *Konsep Penerapan Asi Eksklusif*. Jakarta: EGC.
- Nadia U. T. 2016. *Hubungan pengetahuan dan pekerjaan ibu dengan pemberian ASI eksklusif di wilayah kota Bandar lampung*.
- Nurliawati E. 2010. *Faktor yang berhubungan dengan produksi ASI pada ibu pasca section sesarea di wiilayah kota dan kabupaten tasikmalaya*.

- Nutrisi Bangsa. 2013. Faktor yang Mempengaruhi Lancarnya ASI. Artikel Sarihusada www.sarihusada.co.id/Nutrisi-Untuk-Bangsa/Kehamilan-dan-Menyusui/Menyusui/Faktor-Yang-Mempengaruhi-Lancarnya-ASI; (online) diakses 12 agustus 2018
- Permendagri No. 12 Tahun 2008, Tentang analisis Beban Kerja
- Potter. 2005. *Buku ajar fundamental keperawatan; konsep, proses, dan praktik*. Jakarta: EGC.
- Prihatini Sigma. 2007. *Analisis Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja Perawat di Tiap Ruang Rawat Inap RSUD Sidikalang*, Medan.
- Natasha Annisa Putri. 2015. *Pemberian ASI Eksklusif Pada Wanita Pekerja Pabrik Lebih Sedikit Dari Pada Ibu Rumah Tangga*. Bandung
- Purwanti. 2004. *Konsep Penerapan Asi Eksklusif*. Jakarta: EGC.
- Riksani, R. 2012. *Keajaban ASI*. Penerbit Dunia Sehat. Jakarta Timur
- Roesli, Utami. 2008. *Mengenal Asi Eksklusif*. Jakarta: PT Alex Komputindo.
- Soleman, A. 2011. *Analisis Beban Kerja Ditinjau Dari Faktor Usia Dengan Pendekatan Recommended Weiht Limit*. Jurnal Arika, Vol.05 No.02.
- Swasono, M.F & Soselisa, HL. 1998. Kehamilan, kelahiran dan perawatan pasca Kelahiran bagi ibu dan bayi di Bandeneira, Kabupaten Maluku Tengah. In M. F. Swasono, & M. F. Swasono (Ed), *Kehamilan, kelahiran, perawatan ibu dan bayi: Dalam konteks budaya* (pp. 170-194). Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia (UI-Press).
- Tarwaka 2011. *Ergonomi Industri, Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja*. Surakarta: Harapan Press.
- Widodo, P.T. 2007. Faktor-faktor yang mempengaruhi praktek pemberian ASI saja di Indonesia (*Analisis hasil SDKI 2002-2003*). Tesis. Depok. Program Studi Kependudukan dan Ketenagakerjaan Universitas Indonesia.