

ATRIBUSI TENTANG KEGAGALAN PEMBERIAN ASI PADA IBU PEKERJA (SEBUAH STUDI FENOMENOLOGI)

Laily Rahmah

Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung

E-mail:laily_rahmah@yahoo.co.m

Abstrak

Tulisan ini bermaksud untuk mengungkapkan permasalahan yang berkaitan dengan kegagalan pemberian ASI pada Ibu pekerja. Melalui proses atribusi penulis ingin mengungkap faktor-faktor penyebab terjadinya kegagalan para ibu pekerja (berperan ganda) untuk memberikan ASI kepada bayinya. Air susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi alami yang kandungan gizinya tidak tertandingi oleh makanan atau susu pengganti apapun. Selain itu aktivitas Ibu (misal: sikap atau dekapan yang hangat) selama pemberian ASI juga memberikan dampak psikologis yang positif bagi perkembangan kognisi, afeksi dan psikomotorik anak. Para Ibu yang memiliki bayi ternyata masih banyak yang mengalami kegagalan dalam pemberian ASI pada ibu rumah tangga dan terutama sekali pada ibu pekerja yang notabene memiliki waktu yang relatif lebih sedikit untuk memberikan ASI secara langsung pada bayinya. Beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya kegagalan tersebut, ada yang bersifat internal maupun eksternal. Perlu diciptakan tindakan-tindakan proaktif yang melibatkan instansi, lembaga, perkumpulan atau kelompok yang terkait gerakan sayang Ibu dan bayi untuk mendukung keberhasilan pemberian ASI seperti kampanye ASI yang disertai pemberian penyuluhan atau pendampingan tentang penyusuan, pemberian konseling kelompok bagi ibu-ibu yang gagal menyusui, dan pemberian manajemen stres pada ibu bekerja yang menyusui.

Kata Kunci: Atribusi, Kegagalan Pemberian ASI, Ibu Pekerja

ATRIBUTION OF BREASTFEEDING FAILURE ON WORKING WOMAN (A PHENOMENOLOGY STUDY)

Abstract

This paper aims to reveal the problems related to the failure of working mothers breastfeeding. The authors want to explain factors that cause the failure of working mothers to give breastfeeding to their infant. Breast milk is natural nutrient that nutritional content is unmatched by any food or milk substitute. Mothers activity during breastfeeding as a warm embrace has an important psychological impact for the infant development of cognitive, affective and psychomotor. In fact many mothers who experienced failure of breastfeeding on housewife and especially on working mothers. Several factors internal and external that caused of failure breastfeeding. It is necessary to create proactive action involving agencies, institutions, associations of related movements dear mother and baby to support successful breastfeeding. It implies as breastfeeding campaign by accompanied counseling or assistance about breastfeeding, provision of counseling groups for mothers who experienced failure of breastfeeding and stress management training for working mothers who have a baby).

Keywords: attribution, breastfeeding failure, working woman

Pendahuluan

Pemberian air susu ibu (ASI) secara eksklusif (0-6 bulan) bahkan yang menurut ajaran Islam harus sampai dua tahun merupakan suatu pondasi awal pembentukan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas. Kelalaian pemberian ASI pada hari-hari pertama dan tahun-tahun pertama kehidupan bayi dapat berakibat fatal pada tahap kehidupan selanjutnya. Ini berarti indikasi adanya ancaman terhadap upaya mewujudkan pembentukan SDM yang berkualitas. Kehilafan pemberian ASI ini tidak dapat dikoreksi pada kehidupan bayi atau anak pada tahap selanjutnya karena pada hari-hari dan tahun-tahun pertama kehidupan bayi terjadi suatu proses yang sangat penting yakni proses penyempurnaan pembentukan sel-sel organ kecerdasan (otak) dan pertumbuhan fisik yang cepat. Kesuksesan proses ini harus didukung oleh asupan gizi dan protein yang sangat kompleks seperti yang terdapat pada ASI.

Perkembangan teknologi yang makin pesat mampu menyingkap berbagai manfaat ASI baik bagi Ibu maupun bagi bayi. Berbagai penelitian telah membuktikan ASI merupakan makanan yang paling sempurna bagi bayi karena komposisi dan kadar gizinya demikian lengkap dan secara otomatis dapat berubah sesuai kebutuhan bayi. ASI juga memiliki kandungan *antibody* yang bersifat protektif terhadap infeksi yang menyerang bayi terutama terhadap diare (Yanwirasti, 2004), mencegah penyakit diabetes saat bayi beranjak dewasa (David dalam Harli, 1997), memberi perlindungan terhadap alergi, mempererat hubungan dengan Ibu, menghindari obesitas dan masih banyak lagi.

Manfaat ASI bagi Ibu antara lain memberikan kepuasan batin, lebih praktis dan ekonomis, lebih cepat mengembalikan bentuk tubuh, menunda masa subur, mencegah pembengkakan payudara serta mencegah kanker. Bahkan menurut hasil penelitian pemberian ASI yang juga dapat mengurangi stres dan mood negatif bagi para Ibu pemberi ASI (Katkin, 2002).

Keunggulan dan manfaat ASI dalam menunjang kelangsungan hidup bayi sudah banyak terbukti namun di lapangan masih banyak para Ibu yang belum memiliki motivasi dan kesadaran untuk memberikan ASI secara optimal kepada bayinya dengan berbagai alasan seperti ketakutan kehilangan keindahan bentuk payudara sampai tidak dimilikinya waktu signifikan dan efektif untuk menyusui. Survey yang dilakukan pada tahun 1996 mendapatkan bahwa hanya 42,2 persen Ibu yang memberikan ASI pada bayi usia dua tahun yang dirawat di RSCM. Para Ibu pekerja yang notabene memiliki latar belakang pendidikan tinggi sebenarnya banyak yang memiliki kesadaran dan memang berniat untuk memberi ASI pada bayinya namun tidak sedikit yang mengalami kegagalan. Para Ibu pekerja terutama yang bekerja di perkantoran ataupun instansi-intsansi tertentu baik negeri maupun swasta karena tuntutan pekerjaan yang mengharuskan dirinya berada di luar rumah selama berjam-jam masih banyak yang tidak atau gagal memberikan ASI pada bayinya karena alasan-alasan klise. Padahal saat ini sudah banyak informasi tentang manajemen laktasi yang berisi kiat-kiat praktis agar dapat sukses menyusui yang bisa diperoleh langsung lewat penyuluhan di rumah sakit, dari majalah ataupun internet.

Kegagalan pemberian ASI sebenarnya tidak saja dialami para Ibu pekerja tetapi juga dialami para Ibu rumah tangga yang notabene tidak banyak melakukan aktivitas di luar rumah hingga harus meninggalkan anak dengan berbagai alasan dan penyebab yang berbeda-beda. Banyak

faktor yang mempengaruhi kegagalan pemberian ASI baik yang bersifat internal (motivasi, stres, persepsi, ketekunan) maupun yang bersifat eksternal (dukungan sosial dari masyarakat, keluarga, keterlibatan pihak-pihak yang terlibat dalam persalinan, promosi susu formula yang makin gencar).

Sebenarnya hal penting yang perlu dipahami secara mendalam adalah hakekat dari menyusui. Secara prinsip sebenarnya menyusui merupakan suatu proses belajar (*learning process*) dan bukan merupakan *instink* yang secara alami bisa dilakukan tanpa proses belajar. Dengan demikian keberhasilan ibu menyusui bayinya juga dipengaruhi informasi tentang kiat-kiat melakukan perilaku menyusui kepada calon bayi dengan baik dan benar hingga proses menyusui dapat terselenggara dengan sukses. Bagi para ibu ataupun calon ibu yang menyadari hal ini tentunya akan berusaha semaksimal mungkin untuk meniasati berbagai alternatif cara agar dapat tetap sukses menyusui bayinya jika di awal proses menyusui menemui hambatan karena memang seperti itulah tahapan yang dialami kebanyakan orang yang sedang memasuki tahapan proses belajar (<http://www.tabloid-nakita.com>).

Fakta di lapangan memang menunjukkan bahwa yang mengalami kegagalan pemberian ASI pada bayi tidak saja dialami para ibu pekerja tetapi juga para ibu rumah tangga namun tulisan ini difokuskan pada Ibu pekerja. Orientasi fokus masalah pada ibu pekerja lebih didasarkan pada asumsi peneliti bahwa Ibu pekerja yang menjalani peran ganda (terutama yang bekerja di perkantoran atau instansi pemerintah atau swasta) sebagian besar berlatar belakang pendidikan tinggi. Dengan demikian sudah sepatutnya para ibu pekerja tersebut mempunyai pola pikir yang lebih maju dibandingkan dengan para ibu yang berpendidikan rendah hingga sudah seharusnya memiliki motivasi yang kuat untuk menyusui bayinya. Secara logis para Ibu pekerja tersebut akan lebih dapat memahami manfaat ASI dari berbagai informasi yang ada. Alasan klise dari para ibu pekerja yang mengatakan tidak sempat atau tidak memiliki waktu yang cukup untuk menyusui bayinya tidak cukup kuat untuk dijadikan alasan dengan maraknya informasi tentang manajemen laktasi yang tersedia di berbagai mass media. Saat ini instansi-instansi milik pemerintah ataupun swasta sudah banyak yang mendukung proses menyusui dengan memberikan fasilitas ruangan khusus untuk karyawan wanita yang masih menyusui bayinya.

Berdasarkan pertimbangan seperti yang dipaparkan di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti dan mengkaji mengenai faktor-faktor penyebab kegagalan pemberian ASI pada ibu pekerja.

Tinjauan Teoritis

1. Atribusi tentang penyebab kesuksesan dan kegagalan suatu peristiwa atau tindakan

Kehidupan sehari-hari khususnya dalam situasi pelaksanaan tugas atau situasi meraih prestasi, umumnya individu ingin mencari penyebab kesuksesan atau kegagalan yang dialami. Weiner (Dayakisni dan Hudaniah, 2001) mengemukakan tiga dimensi yang dapat diidentifikasi berkaitan dengan atribusi yakni *locus* atau tempat sebab-akibat (untuk menentukan apakah suatu tindakan disebabkan karena keadaan internal atau eksternal dari seseorang), *stability* atau stabilitas (apakah penyebabnya bersifat stabil atau tidak

stabil), *controlability* atau kemampuan mengendalikan (apakah penyebabnya dapat dikendalikan atau di luar kemampuan seseorang). Kemampuan mengendalikan dapat diperoleh dari kombinasi *locus* dan *stability*.

Harapan di masa depan terutama dipengaruhi oleh atribusi pada faktor –faktor yang stabil. *Performance* jika diatribusikan pada faktor-faktor yang tidak stabil (misal:mood, usaha, atau nasib) maka kesuksesan atau kegagalan akan tidak berpengaruh kuat pada harapan di masa depan. Artinya, akan ada perubahan di masa depan meskipun tugasnya sama. *Performance* jika diatribusikan pada faktor-faktor yang stabil seperti: kemampuan (*ability*) maka harapan tentang *Performance* di masa depan akan sukses atau gagal tergantung pada sukses dan gagal di masa sebelumnya. Seseorang yang mengalami kegagalan yang berulang ada kemungkinan mengalami ketidakberdayaan yang dipelajari (*learned hopelessness*) yakni perasaan kurang dapat mengendalikan lingkungan yang membimbing individu ke arah sikap menyerah atau putus asa jika individu tersebut mengatribusikan kegagalan pada faktor internal stabil yang tidak dapat dikendalikan:kurang mampu.

2. Stres Kerja pada wanita berperan ganda

Barnadib (Izzati, 1996) wanita yang berperan ganda adalah wanita yang memilih dua peran yakni (1) wanita menjadi pelaku proses kemanusiaan yang sesuai kodratnya, sebagai seorang isteri dan Ibu lewat keluarga, (2) wanita menjadi partisipan aktif dalam pembangunan lewat masyarakat. Konsekuensi dari peran ganda tersebut wanita menghadapi dua tugas ganda, disamping bekerja di luar rumah mencari nafkah, tanggung jawab urusan rumah tangga pun tetap harus dilaksanakan. Beratnya beban yang ditanggung wanita berperan ganda dapat menimbulkan konflik hingga mengakibatkan stres.

Sebuah studi menemukan makin besar harapan yang dibebankan baik di tempat kerja maupun di rumah pada karyawan wanita maka kemungkinan timbulnya konflik peran akan makin besar. Studi tersebut juga menemukan adanya hubungan antara stressor, konflik dan beban yang berlebihan dengan kepuasan kerja dan munculnya stres secara fisik (Cooke dan Rousseau, 1984). Bahkan menurut Cooper (dalam Cooke dan Rousseau, 1984) stressor dari keluarga dan peran di tempat kerja pada wanita jauh lebih besar dibanding pria.

Lanvil (dalam Izzati, 1996) wanita yang berperan ganda cenderung mengalami stres lebih besar daripada wanita yang berperan tunggal. Individu merasa dituntut untuk dapat melaksanakan tugas rumah dan tugas kantor secara seimbang. Keluhan yang sering dilontarkan adalah: perasaan tidak puas pada perannya masing-masing, jika di kantor teringat anak di rumah dan jika sudah berada di rumah masih memikirkan pekerjaan kantor. Wanita yang bekerja akan merasa bersalah karena sepanjang hari meninggalkan rumah hingga jika sampai rumah mulai berkompensasi dengan mengurus suami dan anak sebaik-baiknya. Akibatnya wanita pekerja kehilangan waktu istirahat di rumah dan hal ini bisa menyebabkan stres.

Selain itu stres yang dialami wanita yang berperan ganda dapat terjadi karena rasa cemas akan efek negatif terhadap keluarga seperti berkurangnya kesempatan atau

kemampuan untuk membina keluarga ideal, kecemasan terhadap pembantu serta terhadap perkembangan anak (Ihromi, 1990).

3. Air Susu Ibu (ASI)

ASI merupakan sumber gizi yang paling ideal bagi bayi karena memiliki kandungan dengan komposisi yang paing sempurna antara lain: protein , lemak, laktosa, vitamin, dan mineral. Komposisi ASI dapat berubah sesuai kebutuhan bayi, misal seusai persalinan ASI mengandung kolostrum yakni cairan berwarna kuning jernih yang mengandung protein, mineral dan antibodi yang sangat dibutuhkan bagi bayi yang baru lahir.

Bayi akan mendapat empat manfaat terpenting dari ASI yakni: (1) memberi nutrisi terbaik, (2) meningkatkan daya tahan tubuh, (3)meningkatkan kecerdasan,dan (4) meningkatkan jalinan kasih sayang dengan Ibu. Rusli (<http://www.tabliod-nakita.com>) menegaskan Ibu yang ingin bisa mendapatkan manfaat optimal dari pemberian ASI, harus memahami bahwa hal tersebut memerlukan dua syarat utama yakni: (1) pemberian ASI harus dilakukan dengan baik sehingga terjadi keberhasilan menyusui, (2) pemberian ASI harus dilakukan secara eksklusif (0-6bulan).Pemberian ASI yang baik adalah harus sesuai kebutuhan bayi (*on deman*).ASI yang diberikan setelah bayi menangis sebenarnya sudah terlambat. Sebenarnya bayi sudah memberikan tanda-tanda khusus jika menginginkan Asi yakni gerakan-gerakan memainkan mulut dan lidah atau memainkan tangan di mulut.

Teknik dan posisi pemberian ASI yang kurang tepat bisa menyebabkan kegagalan menyusui. Bayi yang pernah minum ASI dengan menggunakan dot atau botol lambat laun akan menolak jika disusui ibu secara langsung karena minum dengan dot lebih mudah. Keadaan psikologis ibu dapat mempengaruhi kegagalan pemberian ASI. Ibu yang terlalu khawatir, tidak percaya diri atau mengalami stres akan menghambat keluarnya hormon oksitosin yang dibutuhkan untuk memproduksi ASI. Hormon ini juga dapat mempercepat proses penyempitan pembuluh darah yang terbuka saat melahirkan hingga cepat menghentikan pendarahan dan rahim ibu akan cepat kembali pulih. Selain itu pemberian ASI juga bisa menurunkan resiko bagi ibu untuk terkena kanker serta dapat menjadi alat kontrasepsi alami.

Faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI antara lain:(1) Ibu harus memiliki persiapan yang baik meliputi persiapan mental maupun memahami manajemen laktasi hingga ibu benar-benar dapat termotivasi untuk menyusui, (2) Bayi yang baru lahir segera disusui agar dapat segera merangsang refleks produksi ASI dan pengeluaran ASI, (3) Ibu harus dirawat gabung dengan bayi agar dapat melakukan pemberian ASI harus sesering mungkin untuk meningkatkan produksi ASI (*on deman feeding*) dan bukan dijadwal (*scheduled*),(4)Putting payudara harus dirawat semasa hamil mulai enam minggu terakhir kehamilan agar dapat menonjol keluar karena putting yang masuk kedalam atau menonjol keluarnya tidak sempurna akan menyulitkan bayi ketika menyusu, (5)Pengosongan payudara setiap kali menyusui penting dilakukan agar produksi ASI tetap lancar, (6)Keadan gizi ibu semasa hamil harus diperhatikan agar produksi ASI lancar

Metode Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah tiga ibu pekerja yang memiliki karakteristik sebagai berikut: bekerja di institusi pendidikan, instansi swasta atau negeri, mempunyai anak yang usianya dibawah tiga tahun (batita), berlatar belakang pendidikan tinggi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode pengumpulan data yang berupa wawancara semi terstruktur dan observasi pada subjek penelitian maupun pada para tenaga medis yang menjadi nara sumber.

Hasil dan Pembahasan

Beberapa ibu pekerja yang menjadi subjek penelitian ini yang telah gagal memberikan ASI pada anaknya memiliki beberapa kesamaan atribut yakni : merupakan wanita karir atau berperan ganda, baru mempunyai satu anak, dan usia pernikahannya masih relatif baru, namun penyebab dan dinamika kegagalannya berbeda-beda antara satu dengan lainnya. Meskipun demikian pada prinsipnya keunikan penyebab kegagalan para subjek penelitian mempunyai benang merah yang dapat dijadikan mediator untuk memperjelas pemahaman terhadap perihal kegagalan menyusui yang juga sering terjadi pada ibu-ibu pekerja lainnya.

Peran ganda yang harus dijalani subjek penelitian yakni sebagai isteri dan ibu sekaligus pencari nafkah merupakan suatu kondisi yang sangat berpotensi untuk menimbulkan konflik yang dapat mempengaruhi kondisi psikis. Terkadang hal ini tidak disadari oleh individu yang bersangkutan namun dampaknya yang sering tampak secara kasat mata merupakan bukti bahwa individu tersebut telah mengalami stres atau ketegangan. Hal ini didukung pendapat Lanvil (1986) bahwa stres yang dialami wanita berperan ganda lebih besar daripada wanita yang berperan tunggal (ibu rumah tangga). Stres yang dialami ibu pekerja disebabkan karena perasaan bersalah atau ketidakpuasan pada masing-masing peran yang dijalankan juga karena beratnya beban tugas maupun tuntutan yang harus dijalankan untuk bisa menyeimbangkan keduanya.

Beberapa subjek penelitian mengalami stres berkaitan dengan peran ganda yang dijalani meskipun ada yang tidak mengakuinya. Kesimpulan ini didasarkan pada minimnya produksi ASI yang dihasilkan dan makin lama makin sedikit padahal subjek tersebut telah melakukan persiapan menyusui yang cukup baik semasa kehamilan. Menurut tenaga medis yang menjadi nara sumber penelitian ini kondisi psikis ibu sangat mempengaruhi keberhasilan menyusui. Pendapat ini didukung oleh Rusli (<http://www.tabloid-nakita.com>) menegaskan bahwa Ibu yang tenang, bahagia, percaya diri, dan tidak sedang mengalami stres akan memperlancar produksi ASI karena kondisi Ibu turut mempengaruhi cara kerja hormon *oksitosin* yang dibutuhkan untuk memproduksi ASI.

Stres yang dialami subjek penelitian terkait usia pernikahan yang relatif baru. Usia pernikahan yang masih di bawah rentang waktu lima tahun masih sangat berpotensi menimbulkan stres karena saat itu pasangan suami isteri (pasutri) belum tuntas menyelesaikan masa adaptasi terhadap berbagai hal sebagai konsekuensi dari memasuki kehidupan rumah tangga.

Perihal persiapan menyusui semasa kehamilan juga berpengaruh terhadap kelancaran proses menyusui. Persiapan tersebut meliputi: kesiapan mental untuk membangun komitmen agar kelak memiliki motivasi yang kuat untuk menyusui, persiapan dalam pemenuhan kualitas gizi yang baik, dan melakukan pemijatan puting payudara. Beberapa subjek mengaku memiliki puting payudara yang tidak optimal (ukurannya pendek, kecil atau agak masuk) akibat kurang maksimal dalam melakukan teknik pemijatan semasa kehamilan. Menurut tenaga medis yang menjadi nara sumber penelitian bentuk dan ukuran puting payudara bukan merupakan hal prinsip yang mempengaruhi kelancaran menyusui namun hal ini akan menimbulkan kesulitan dan ketidaknyaman bagi bayi.

Pengetahuan tentang manajemen laktasi belum diketahui atau kurang dipahami oleh para subjek penelitian. Hal ini mempengaruhi keputusan subjek penelitian untuk memberikan susu formula pada anak pada jam-jam kerja. Akibatnya anak-anak dari para subjek penelitian lambat laun makin menolak ASI. Rusli (<http://www.tabloid-nakita.com>) menegaskan dalam manajemen laktasi terdapat kiat-kiat praktis yang dapat dilakukan ibu bekerja agar tetap bisa memberikan ASI meski harus masuk kerja kembali setelah menyelesaikan waktu cuti melahirkan. Hal ini untuk menghindarkan anak mengalami bingung puting akibat kesalahan teknis menyusui (pemberian ASI yang diselingi pemberian susu formula) hingga akhirnya anak lebih memilih untuk minum susu formula dengan botol daripada menyusu pada ibunya.

Kegagalan subjek penelitian dalam pemberian ASI juga dipengaruhi kurangnya ketekunan dan kesabaran dalam melatih keterampilan menyusui. Para subjek penelitian belum menyadari sepenuhnya bahwa menyusui merupakan suatu proses belajar yang membutuhkan ketekunan dan kesabaran dalam berlatih agar bisa terampil atau sukses dalam menyusui. Para subjek penelitian menghentikan pemberian ASI pada rentang usia anak yang relatif dini karena kepanikan yang tinggi melihat reaksi anaknya yang menolak ASI saat disusui. Sebenarnya jika subjek penelitian memahami manajemen laktasi lebih dapat mengendalikan diri dengan menunjukkan sikap yang sabar dan tekun serta terus berupaya mencari alternatif strategi untuk bisa menyusui anak ketika menghadapi kendala.

Kenyataan yang tidak dapat dipungkiri dan tidak dapat dikendalikan adalah para subjek penelitian baru kali ini mempunyai anak otomatis belum mempunyai pengalaman dalam menyusui hingga belum menemukan kiat-kiat sukses menyusui. Para ibu-ibu baru umumnya mengalami hal serupa meskipun ada pula yang langsung sukses melakukannya.

Faktor lain yang cukup sulit untuk dikendalikan yang turut mempengaruhi kegagalan pemberian ASI adalah sulitnya menemukan waktu yang efektif untuk menyusui anak. Kenyataan yang mengharuskan subjek penelitian untuk bekerja di luar rumah membuat anak kehilangan kesempatan untuk menyusu sewaktu-waktu sesuai kebutuhan dan keinginan anak. Situasi yang sering menjadi dilema adalah ketika sepulangnya dari kantor, payudara ibu sudah membengkak karena penuh berisi ASI dan ingin segera memberikannya pada anak namun ternyata saat itu anak sedang tidur atau sudah kenyang minum susu formula sepeninggal ibu ke kantor. Hal inilah yang sering dialami para subjek penelitian.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan melalui proses atribusi terhadap kegagalan pemberian ASI pada beberapa ibu pekerja yang menjadi subjek penelitian ini, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut; Penyebab kegagalan pemberian ASI pada subjek penelitian berasal dari tiga sumber yaitu : (1) faktor penyebab yang sifatnya internal, tidak stabil dan dapat dikendalikan, (2) faktor penyebab yang sifatnya eksternal, tidak stabil dan dapat dikendalikan, dan (3) faktor penyebab yang sifatnya eksternal, stabil dan tidak dapat dikendalikan. Kesimpulan kedua dari penelitian ini yaitu faktor penyebab yang sifatnya internal, tidak stabil dan dapat dikendalikan adalah kondisi psikis ibu yang mengalami stres, kurangnya usaha atau persiapan ibu semasa kehamilan, kurangnya pengetahuan ibu tentang manajemen laktasi, kurangnya keterampilan menyusui, kurangnya ketekunan dan kesabaran dalam berlatih menyusui, persepsi yang salah tentang menyusui, dan tidak adanya motivasi untuk menyusui. Kesimpulan ketiga penelitian ini adalah faktor penyebab yang sifatnya eksternal, tidak stabil dan dapat dikendalikan adalah kegagalan dalam teknik menyusui. Kesimpulan terakhir penelitian ini yaitu faktor penyebab yang sifatnya eksternal, stabil dan tidak dapat dikendalikan adalah: belum dimilikinya pengalaman menyusui dan kesulitan mencari waktu yang efektif untuk menyusui.

Adapun saran yang dapat penulis berikan terkait hasil penelitian yang dipaparkan dalam tulisan ini antara lain : (1) Instansi, lembaga, perkumpulan ataupun kelompok yang terkait dengan gerakan sayang ibu dan bayi atau kampanye ASI hendaknya memberikan program penyuluhan atau pendampingan dengan pemberian materi terkait pembekalan diri bagi ibu menyusui persiapan menyusui semasa hamil, manajemen laktasi, kiat-kiat mengatasi kendala menyusui serta menampilkan profil-profil kesuksesan atau kegagalan menyusui; (2) Model kampanye ASI perlu menyertakan metode lain seperti : konseling kelompok (misal: peserta terdiri dari Ibu-ibu pekerja yang gagal menyusui); (3) Berpijak pada hasil penelitian yang membuktikan bahwa penyebab terbanyak adalah faktor yang bersifat internal, tidak stabil dan dapat dikendalikan maka ada baiknya melibatkan Psikolog dalam program kampanye ASI untuk kebutuhan pemberian pelatihan yang terkait dengan permasalahan tersebut, misal : pemberian pelatihan manajemen stres bagi ibu pekerja yang menyusui

Daftar Pustaka

Cooke, R.A dan Rousseau, D.M.(1984). Stress and Strain From Family Roles and Work-Role Expectation. *Journal of Applied Psychology*.69:252-256.

Dayakisni, T dan Hudaniah. (2001). *Psikologi Sosial*.Buku I. Malang: UMM Press.

<http://www.tabloid-nakita.com> terambil tanggal 5 April 2003

<http://www.gloria.net> terambil tanggal 10 Mei 2003

Harli, M. (1997). ASI Eksklusif Mencegah Penyakit Kencing Manis. *Ayah Bunda Nomor 23 Edisi Nopember*

Izzati, R.E.(1996). *Penerimaan Diri dan Toleransi terhadap Stres pada Wanita Berperan Ganda*.(Skripsi.Tidak diterbitkan). Yogyakarta:Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.

Ihromi, T. O. (1990). Para Ibu yang Berperan Tunggal dan Berperan Ganda. *Laporan Penelitian*. Jakarta : Lembaga Penerbitan Fakultas Ekonomi Indonesia.

Katkin, E.S. (2002). Breast Feeding Is Associated With Reduced Perceived Stress and Negative Mood In Mothers.*Health Psychology. Vol 21.No.2.*

Lanvil, B. W. (1986). Wanita dan Stres. Jakarta : Arcan

Yanwirasti, (2004). Pertumbuhan Bayi yang Menerima ASI Eksklusif dan Non eksklusif di daerah perkotaan Sumatera Barat. *Majalah Kedokteran Indonesia. Vol.54.No.3*