

**GAMBARAN KARAKTERISTIK DAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU NIFAS
TENTANG MANFAAT ASI DAN *METODE AMENOREA LAKTASI* (MAL) DI
PRAKTIK MANDIRI BIDAN (PMB) NY. MASRIAH KELURAHAN KEJAMBON
KECAMATAN TEGAL TIMUR KOTA TEGAL**

Dewi Elliana¹, Sri Mularsih²

^{1, 2}Dosen Institut Karya Mulia Bangsa

Email Correspondence : dewielliana11@gmail.com.

ABSTRACT

Coverage of exclusive breastfeeding to babies aged 6 months in Tegal City is still below the target, namely 65.9% of the target of 80%. that most of the people of Tegal City do not know the benefits of breast milk and do not recognize that exclusive breast milk is the best food for babies and one of the natural birth control methods (Lactational Amenorrhea Method or MAL). The type of research is descriptive and the nature of the research is a survey with a saturated sampling technique with a total of 43 respondents. The research results showed that 16 (37.2%) respondents were aged more than 30 years, 14 (32.6%) respondents were aged between 26 - 30 years and 30.2% (13 respondents) were aged less than 25 years. Respondents with primary education levels were 24 (55.8%) respondents, secondary education levels were 32.6% (14 respondents), and higher education levels were 11.6% (5 respondents). There were 21 (48.8%) respondents who did not work, 32.6% (14 respondents) private sector workers, and 18.6% (8 respondents) as workers, traders, civil servants and entrepreneurs. Respondents with knowledge about the benefits of good breast milk were 19 (44.2%) respondents, 18.6% (8 respondents) had enough, and 37.2% (16 respondents) had less. Respondents with knowledge about MAL were in the poor category as many as 21 (48.8%) respondents, 39.5% (17 respondents) enough and 11.6% (5 respondents) good.

Keywords: Benefits of Breast Milk, Lactational Amenorrhea Method (MAL), Postpartum Mothers

ABSTRAK

Cakupan pemberian ASI eksklusif sampai bayi usia 6 bulan di Kota Tegal masih dibawah target yaitu sebesar 65,9% dari target 80%. bahwa sebagian besar masyarakat Kota Tegal belum mengetahui manfaat ASI dan belum mengakui bahwa ASI eksklusif adalah makanan terbaik bagi bayi dan salah satu metode KB alamiah (*Metode Amenorea Laktasi* atau MAL). Jenis penelitiannya *deskriptif* dan sifat penelitiannya adalah survey dengan teknik pengambilan sampel jenuh dengan jumlah 43 responden. Hasil penelitian menunjukkan responden berumur lebih dari 30 tahun sebanyak 16 (37,2%) responden, berumur antara 26 – 30 tahun sebanyak 14 (32,6%) responden dan yang lain berumur kurang dari 25 tahun 30,2% (13 responden). Responden dengan tingkat pendidikan dasar sebanyak 24 (55,8%) responden, tingkat pendidikan menengah 32,6% (14 responden), dan tingkat pendidikan tinggi 11,6% (5 responden). Responden yang tidak bekerja sebanyak 21 (48,8%) responden, pekerja swasta 32,6% (14 responden), dan yang lain 18,6% (8 responden) sebagai buruh, pedagang, PNS, serta wiraswasta. Responden dengan pengetahuan tentang manfaat ASI yang baik sebanyak 19 (44,2%) responden, cukup 18,6% (8 responden), dan kurang 37,2% (16 responden). Responden dengan pengetahuan tentang MAL termasuk kategori kurang sebanyak 21 (48,8%) responden, cukup 39,5% (17 responden) dan baik 11,6% (5 responden).

Kata Kunci: Ibu Nifas, Manfaat ASI, *Metode Amenorea Laktasi* (MAL)

Latar Belakang

Angka Kematian Bayi (AKB) adalah jumlah bayi yang meninggal sebelum mencapai usia tepat 1 tahun yang dinyatakan per 1000 kelahiran hidup (UNICEF, 2020). AKB digunakan untuk mencerminkan tingkat pembangunan kesehatan dari suatu negara serta kualitas hidup dari masyarakat yang kemudian hal ini dituangkan dalam rumusan *Sustainable Development Goals* (SDGs) tujuan ketiga untuk mencapai target yang diharapkan yaitu salah satu indikatornya menurunkan Angka Kematian Neonatal (AKN) setidaknya hingga 12 per 1000 kelahiran hidup pada tahun 2030.

Berdasarkan data *World Bank* angka kematian bayi di dunia pada tahun 2019 mencapai angka 28,2 per 1000 kelahiran hidup (The World Bank, 2020).

Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 menunjukkan AKN sebesar 15 per 1000 kelahiran hidup dan AKB sebesar 24 per 1000 kelahiran hidup (Profil Kesehatan Indonesia, 2018).

Menurut WHO mayoritas dari semua kematian neonatal (75%) tersebut terjadi selama minggu pertama kehidupan, dan sekitar 1 juta bayi baru lahir meninggal dalam 24 jam pertama. Termasuk didalamnya kelahiran premature, komplikasi terkait intrapartum (lahir dengan keadaan asfiksia

atau kegagalan bernafas), dan infeksi cacat lahir, hal ini yang menyebabkan sebagian besar kematian pada neonatal pada tahun 2017 (WHO, 2020). Pada tahun 2015, sekitar 20 juta lebih bayi baru lahir, diperkirakan 14,6% dari semua bayi yang lahir secara global pada tahun tersebut, menderita berat badan lahir rendah (BBLR) (UNICEF, 2019).

Berdasarkan data profil kesehatan Indonesia (2019) menunjukkan penyebab tertinggi kematian neonatal adalah bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR) yaitu sebesar 7.150 (35,3%) kasus dan diikuti oleh bayi baru lahir dengan asfiksia yaitu sebesar 5.464 (27,0%) kasus (Kemenkes RI, 2020). *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan bahwa semua bayi harus mendapat Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif sejak lahir, sesegera mungkin (setengah hingga 1 jam sejak lahir) sampai setidaknya usia 4 bulan dan bila mungkin hingga usia 6 bulan. Karena ASI memberi segala yang dibutuhkan bayi, baik secara imunologi, gizi maupun psikolog. ASI juga memberi perlindungan dari sudut obstetri dan kontrasepsi, terutama pada ibu .

Indonesia hanya 8% ibu yang memberikan ASI eksklusif kepada bayinya sampai berumur 6 bulan dan hanya 4% bayi disusui ibunya dalam waktu satu jam pertama setelah kelahirannya. Namun sekitar 21.000

kematian bayi baru lahir (usia dibawah 28 hari) di indonesia dapat dicegah melalui pemberian asi pada satu jam pertama setelah lahir atau yang biasanya disebut dengan imd. program inisiasi menyusui dini (IMD) dapat menyelamatkan sekurang-kurangnya 30.000 bayi di indonesia yang meninggal pada 1 jam pertama kelahiran (Rati, 2017)

Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2003 ada beberapa hal yang menghambat pemberian ASI eksklusif, diantaranya adalah karena rendahnya pengetahuan para ibu mengenai manfaat ASI dan cara menyusui yang benar yaitu sebesar 19,07%, kurangnya pelayanan konseling laktasi dan dukungan dari petugas kesehatan sebesar 15,23%, persepsi masyarakat yang salah kaprah mengartikan tentang ASI sebesar 20,40%, perilaku bagi para ibu bekerja yang tidak memberikan ASI eksklusif sebesar 21,12%, dan pemasaran agresif oleh perusahaan-perusahaan pembuat susu bayi yang tidak hanya mempengaruhi para ibu, namun juga para petugas kesehatan 24,18% (Winoto & Assefa, 2003).

Jumlah Kasus Kematian Ibu TW.3 tahun 2023 di Jawa Tengah yang keseluruhan terdapat 315 kasus. Tren jumlah AKI (per 100.000 KH) pada tahun 2019 terdapat 76,93 atau 416 kasus kematian ibu, 2020 terjadi peningkatan dengan 98,65 atau 530 kasus

kematian, pada 2021 terjadi peningkatan lebih tinggi dari tahun sebelumnya 199 atau 1011 kasus kematian ibu, dan 2022 penurunan kematian ibu dengan jumlah 84,60 atau 485 kasus, pada TW.3 2023 terdapat 315 kasus yang baru . Penyebab Kematian Ibu di Jawa Tengah tertinggi disebabkan oleh Hipertensi / Eklamsi (31%), Perdarahan (18%), penyebab lainnya adalah karena Infeksi masa nifas (5%) , Abortus (1%), Jantung (12%), gangguan metabolik (1%), gangguan darah (1%), Lain lain (31%). Pada kasus perdarahan pasca persalinan dapat dicegah jika setelah melahirkan ibu langsung mulai menyusui bayinya (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah 2023).

Persentase pemberian ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan di Jawa Tengah pada tahun 2021 sebesar 72,5 persen, meningkat bila dibandingkan persentase pemberian ASI eksklusif tahun 2020 yaitu 67,3 persen. Tren persentase pemberian ASI eksklusif tahun 2017–2021 cenderung meningkat (DinKes Propinsi Jawa Tengah, 2021).

Cakupan pemberian ASI eksklusif sampai bayi usia 6 bulan di Kota Tegal masih dibawah target yaitu sebesar 65,9% dari target 80%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar masyarakat Kota Tegal belum mengetahui manfaat ASI yang sebenarnya serta mereka belum bisa

mengakui bahwa ASI eksklusif adalah makanan terbaik bagi bayi sekaligus merupakan salah satu metode KB alamiah, yang disebut dengan *Metode Amenorea Laktasi* (MAL), sehingga sampai saat ini angka kejadian bayi lahir dengan jarak kelahiran yang sangat dekat masih tinggi. (DinKes Kota Tegal, 2022).

Keefektifan MAL dapat mencapai 6 bulan. Metode ini mengandalkan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif sehingga ibu tahu apa saja yang menjadi syarat dalam MAL. Kunci keberhasilan program ASI eksklusif diantaranya dengan tingkat pengetahuan ibu tentang ASI Eksklusif itu sendiri (Siregar, 2021).

Dari studi pendahuluan yang dilakukan penulis di PMB Ny. Masriah Kelurahan Kejambon Kecamatan Tegal Timur Kota Tegal pada bulan Juli 2023 terdapat jumlah ibu nifas sebanyak 57, dari jumlah ibu nifas tersebut dilakukan studi pendahuluan pada 10 sampel ibu nifas yang menyusui bayinya dan didapatkan 8 orang tidak tahu tentang manfaat ASI dan *Metode Amenorea Laktasi*, 2 orang tahu tentang manfaat ASI dan *Metode Amenorea Laktasi*.

Dengan demikian, nasehat mengenai ASI eksklusif dan pemberiannya secara efektif dapat diberikan bagi ibu yang ingin

mencegah terjadinya kehamilan segera setelah persalinan tetapi belum bersedia memakai metode kontrasepsi. Selain itu, pengetahuan tentang alat kontrasepsi alamiah yaitu MAL, dapat memberikan gambaran kepada ibu kapan sebaiknya ibu mulai menggunakan metode kontrasepsi yang efektif (Fitria, 2020).

Dari latar belakang tersebut, penulis ingin mengetahui tingkat pengetahuan ibu nifas tentang manfaat ASI dan *Metode Amenorea Laktasi* (MAL) di PMB Ny. Masriah Kelurahan Kejambon Kecamatan Tegal Timur Kota Tegal.

Tujuan penelitian

Mengetahui tingkat pengetahuan ibu nifas tentang manfaat ASI dan *Metode Amenorea Laktasi* (MAL) di PMB Ny. Masriah Kelurahan Kejambon Kecamatan Tegal Timur Kota Tegal.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif yaitu penelitian yang dilakukan dengan tujuan untuk menggambarkan atau mendeskripsikan tentang suatu keadaan secara obyektif (Notoatmodjo, 2018).

Menurut sifat penelitiannya, penelitian ini termasuk jenis penelitian “*survey*” yaitu suatu cara penelitian yang dilakukan pada sekumpulan objek yang

biasanya cukup banyak dalam waktu tertentu (Notoatmodjo, 2018).

Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian (Arikunto, 2019). Menurut

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu nifas yang memberikan ASI eksklusif pada bayinya pada bulan Juli 2023 di PMB Ny. Masriah Kelurahan Kejambon Kecamatan Tegal Timur Kota Tegal sebanyak 43 orang. Jumlah tersebut merupakan jumlah diluar studi pendahuluan.

Hasil dan Pembahasan

1. Karakteristik Responden

a. Umur

Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur dapat dirangkum dalam tabel berikut ini:

Tabel. 1 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Umur

Umur	Jumlah / F	%
≤ 25 tahun	13	30,2
26 - 30 tahun	14	32,6
≥ 30 tahun	16	37,2
Total	43	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur ≥ 30 tahun sebanyak 16 (37,2%) responden dibandingkan responden yang berumur antara 26 – 30 tahun sebanyak 14 (32,6%) responden dan berumur kurang dari 25 tahun sebanyak 13 (30,2%) responden.

b. Tingkat Pendidikan

Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pendidikan dapat dirangkum dalam tabel berikut ini:

Notoatmodjo (2018), populasi adalah keseluruhan obyek yang akan diteliti.

Sampel adalah bagian populasi yang akan diteliti atau sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Hidayat, 2017).

Sampel yang digunakan adalah seluruh dari jumlah populasi yaitu sampling jenuh sebanyak 43 orang.

Tabel. 2 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Tingkat Pendidikan

Tingkat Pendidikan	Jumlah / F	%
Dasar	24	55,8
Menengah	14	32,6
Tinggi	5	11,6
Total	43	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat pendidikan responden adalah dasar sebanyak 24 (55,8%) responden dibandingkan yang berpendidikan tinggi dan menengah.

c. Pekerjaan

Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan dapat dirangkum dalam tabel berikut ini:

Tabel. 3 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Jumlah / F	%
Buruh	2	4,7
Tidak Bekerja	21	48,8
Pedagang	3	7,0
PNS	2	4,7
Swasta	14	32,6
Wiraswasta	1	2,3
Total	43	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak bekerja sebanyak 21 responden (48,8%) dan yang paling rendah bekerja sebagai wiraswasta sebanyak 1 responden (2,3%) .

2. Analisis Univariat

a. Tingkat Pengetahuan tentang Manfaat ASI

Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pengetahuan tentang manfaat ASI dapat dirangkum dalam tabel berikut ini:

Tabel. 4 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan tingkat pengetahuan tentang Manfaat ASI

Tingkat Pengetahuan tentang manfaat ASI	Jumlah / F	%
Kurang	16	37,2
Cukup	8	18,6
Baik	19	44,2
Total	43	100

Tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat pengetahuan tentang manfaat ASI responden adalah baik sebanyak 19 responden (44,2%) dibandingkan dengan yang cukup sebanyak 8 responden (18,6%) dan yang kurang sebanyak 19 responden (44,2%).

Hal ini memberikan gambaran bahwa para ibu nifas telah mempunyai pengetahuan yang baik tentang manfaat dari ASI, dengan memiliki pengetahuan yang baik tersebut, tentunya seorang ibu akan selalu memberikan ASI kepada bayinya dan tanpa disertai dengan pemberian susu formula. Walaupun pendidikan para ibu sebagian besar termasuk dalam kategori pendidikan dasar (SD, SMP) namun demikian

b. Tingkat Pengetahuan tentang

Metode Amenorea Laktasi (MAL)

Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pengetahuan

pengetahuan tentang manfaat ASI telah diperolehnya dengan baik. Kemudahan akses layanan kesehatan dibuktikan dengan ketersediaan Posyandu di setiap desa bahkan lingkungan RW dan dalam Posyandu tersebut para ibu mendapatkan penjelasan dari tenaga kesehatan dan para kader Posyandu tentang pentingnya pemberian ASI dan manfaatnya bagi bayi. ASI merupakan nutrisi alamiah terbaik bagi bayi. ASI mengandung berbagai zat gizi yang dibutuhkan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan bayi. ASI merupakan makanan yang paling penting bagi bayi terutama pada bulan-bulan pertama kehidupan bayi (Kemenkes, 2018).

tentang Metode Amenorea Laktasi (MAL) dapat dirangkum dalam tabel berikut ini:

Tabel. 5 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan tingkat pengetahuan tentang Metode Amenorea *Laktasi* (MAL)

Tingkat Pengetahuan tentang Metode Amenorea <i>Laktasi</i> (MAL)	Jumlah	%
Kurang	21	48,8
Cukup	17	39,5
Baik	5	11,6
Total	43	100

Tabel .5 Menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan tingkat pengetahuan tentang Metode Amenorea *Laktasi* (MAL) termasuk kategori kurang sebanyak 21 responden (48,8%) dibandingkan dengan yang pengetahuan cukup sebanyak 17 responden (39,5%) dan baik sebanyak 5 responden (11,6%).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat pengetahuan tentang Metode Amenorea *Laktasi* (MAL) responden termasuk kategori kurang sebanyak 21 responden (48,8%) dibandingkan dengan yang pengetahuan cukup sebanyak 17 responden (39,5%) dan baik 5 responden (11,6%). Hal ini memberikan gambaran bahwa para ibu sebagian besar belum memiliki pengetahuan yang cukup tentang Metode Amenorea *Laktasi* (MAL).

Seorang ibu dikatakan telah menggunakan Metode Amenorea *Laktasi* (MAL) jika ibu tersebut memberikan ASI eksklusif kepada bayinya, ibu tidak mengalami menstruasi, ibu hanya memberikan ASI saja pada bayinya tanpa makanan atau minuman tambahan, serta obat dan vitamin misalnya vitamin K, A, dan vaksin folio. Pengetahuan dapat diperoleh melalui pendidikan maupun luar pendidikan. Pengetahuan seseorang akan semakin bertambah dengan bertambah tingginya tingkat pendidikan. Hal ini sesuai dengan pendapat Notoatmodjo (2018) bahwa tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh diantaranya pendidikan baik formal maupun informal. Dari hasil penelitian tersebut dapat peneliti simpulkan bahwa pengetahuan yang cukup pada ibu

nifas tentang *Metode Amenorea Laktasi* (MAL) dapat menyebabkan

Kesimpulan

1. Responden berumur lebih dari 30 tahun sebanyak 16 (37,2%) responden, berumur antara 26 – 30 tahun sebanyak 14 (32,6%) responden dan yang lain berumur kurang dari 25 tahun 30,2% (13 responden).
2. Responden dengan tingkat pendidikan dasar sebanyak 24 (55,8%) responden, tingkat pendidikan menengah 32,6% (14 responden), dan tingkat pendidikan tinggi 11,6% (5 responden).
3. Responden dengan bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) sebanyak 21 (48,8%) responden, pekerja swasta 32,6% (14 responden), dan yang lain 18,6% (8 responden) sebagai buruh, pedagang, PNS, serta wiraswasta.
4. Responden dengan tingkat pengetahuan tentang manfaat ASI yang baik sebanyak 19 (44,2%) responden, cukup 18,6% (8 responden), dan kurang 37,2% (16 responden).
5. Responden dengan tingkat pengetahuan tentang *Metode Amenorea Laktasi* (MAL) termasuk kategori kurang sebanyak 21 (48,8%) responden, cukup 39,5% (17 responden) dan baik 11,6% (5 responden).

ibu memberikan ASI eksklusif pada bayinya.

Daftar Pustaka

- Alimul, A. 2017. *Riset dan Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*, Jakarta: Salemba Medika.
- Anton, D. 2008. *Memilih Kontrasepsi Alami dan Halal*, Solo: PT. AQWAN MEDIA PROFETIKA.
- Arikunto, S. 2019. *Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktik (Edisi Revisi VI)*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, A. 2014. *Metode Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dinas Kesehatan Kota Tegal, 2022, *Profil Kesehatan Kota Tegal*, Dinas Kesehatan Kota Tegal
- Kasmianti. 2023. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Malang: CV Literasi Nusantara Abadi
- Kemenkes RI. 2014. *Fisiologi Laktasi pada ibu*, Jakarta: Direktorat Bina Gizi Masyarakat, Direktorat Jendral Bina Kesehatan Masyarakat.
- Kemenkes RI, 2021. *Pedoman Pelayanan Kontrasepsi dan Keluarga Berencana* Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat Kemenkes.
- Lausi, R. N., Susanti, A. I., Sari, P., & Astuti, S. 2017. *Gambaran Metode Amenorea Laktasi Dan Cara Pemberian Asi Eksklusif Di Desa Cipacing Kecamatan Jatiningor*. Jurnal Sistem Kesehatan, 3(1), 32–37.

<https://doi.org/10.24198/jsk.v3i1.139>
[59](#)

Notoatmodjo, 2018. *Pendidikan dan Perilaku kesehatan*, Jakarta: PT RINEKA CIPTA