

Article

Title of No More Than 20 Words

Pengaruh *Self-Selected Individual Music Therapy* Terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Bekerja di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkalan

Vivin Wijastutik¹, Nor Indah Handayani²

¹*STIKes Ngudia Husada Madura*

²*STIKes Ngudia Husada Madura*

SUBMISSION TRACK

Received: August 2020
Final Revision: August 2020
Available Online: Sept 2020

KEYWORDS

Self-Selected Individual Music Therapy, Produksi ASI, Ibu Bekerja

CORRESPONDENCE

Phone: 082137766664
E-mail: vivinwijastutik26@gmail.com

A B S T R A C T

The success of exclusive breastfeeding is determined by the mother. Several studies have stated that the mother's employment status is one of the barriers to exclusive breastfeeding. Not all mothers become Housewives (IRT), however, over time, more and more mothers are working outside the home such as at the office. Working mothers are at risk of decreasing breast milk production when compared to mothers who do not work. One alternative to increase breast milk production is Self-Selected Individual Music Therapy (SeLIMuT). This study aims to determine the effect of SeLIMuT on increasing milk production in working mothers. In this research is a Quasi Experimental Pre-Post Test Design Non equivalent With Control Group Design with a sampling technique using purposive sampling. The sample of the research is breastfeeding mothers who work part time for 7 hours as many as 38 respondents. Data analysis used Wilcoxon Match Pair Test and Mann-Whitney. The results showed that the number of breastfeeding mothers who experienced an increase in breast milk production in the intervention group was 15 people (78.9%), while the control group had no change. Based on statistical tests obtained p-value = 0.000. There is a significant effect of SeLIMuT on the increase in breast milk production. There was a difference in the increase in breast milk production in the intervention group and the control group.

I. INTRODUCTION

ASI Eksklusif merupakan proses menyusui dimana ibu memberikan ASI air susu ibu (ASI) kepada bayinya dari lahir sampai 6 bulan. Pemberian ASI secara eksklusif Jika bayi hanya diberikan ASI dan tidak diberikan makan dan minuman lain sejak bayi lahir sampai usia 6 bulan kecuali pemberian obat dan vitamin (WHO,2015). Pemberian ASI secara dini yang dilakukan di hari pertama kelahiran dapat mengurangi risiko kematian pada bayi baru lahir hingga 45%, namun persentase ibu yang memberikan ASI eksklusif pada bayinya pada usia dibawah 6 bulan di dunia hanya mencapai angka 39% (UNICEF, 2013). Profil kesehatan Indonesia 2014 menunjukkan cakupan ASI Eksklusif di Indonesia masih tergolong rendah yaitu 54,34% (Kemenkes, 2015).

Menurut IDAI (2013), hambatan yang dialami ibu saat memberikan ASI eksklusif atau berhenti menyusui lebih dini di usia kurang dari 6 bulan terjadi karena kondisi ibu yang sedang bekerja. Kondisi tersebut juga disebutkan oleh Inayah dan Dian (2012) dalam penelitiannya bahwa status ibu sebagai pekerja menjadi salah satu faktor penghambat ibu dalam memberikan ASI secara eksklusif. Berdasarkan data yang didapatkan, jumlah pekerja perempuan di Indonesia mencapai 40,74 juta jiwa, sebanyak 25 juta jiwa berada di usia produktif (Depkes, 2011). Jumlah pekerja perempuan di Indonesia mencapai 40,74 juta jiwa, sebanyak 25 juta jiwa diantaranya berada di usia produktif (Depkes, 2011). Dari hasil sensus penduduk tahun 2013, Tingkat Partisipasi Angkatan Kerja perempuan di Kabupaten Bangkalan yang bekerja sebagai buruh atau karyawan atau pegawai sebanyak 17.4949 perempuan dengan jumlah terbesar terdapat di Wilayah kerja Puskesmas Bangkalan yaitu sebanyak 4.776 perempuan atau 26,61% (BPS, 2013). Ibu yang memiliki bayi sebanyak 1.572 (33%), serta yang mendapatkan ASI eksklusif sebanyak 1.079 bayi (68,6%), sehingga membutuhkan perhatian khusus supaya status ibu yang bekerja tidak menjadi sebab dari penghentian pemberian ASI eksklusif (Dinkes Bangkalan, 2015). Mencermati dampak buruk kurangnya cakupan ASI karena ibu bekerja, maka

penatalaksanaan untuk mencapai keberhasilan menyusui secara eksklusif menjadi penting dalam penyusunan intervensi bagi ibu menyusui yang bekerja yaitu menerapkan terapi *Self-Selected Individual Music Therapy* (SeLIMuT). Terapi music ini merupakan salah satu upaya yang dilakukan oleh peneliti untuk membantu Ibu menyusui yang sudah bekerja supaya bisa memberikan ASI secara eksklusif (Hertanti, dkk. 2015). Pada studi pendahuluan yang telah dilakukan terhadap ibu menyusui yang bekerja pada bulan April 2018 di Wilayah kerja Puskesmas Bangkalan, dari 5 ibu menyusui yang bekerja, didapatkan bahwa 3 ibu bekerja yang menyusui bayinya produksi ASInya meningkat setelah mendengarkan musik pilihannya sendiri dengan jenis musik pop dan dangdut. Mereka mengatakan merasa rileks dan lebih menikmati proses menyusui dan perah ASI sambil lalu mendengarkan musik tersebut. Sedangkan sisanya, 2 orang ibu merasa tidak nyaman karena ibu tidak menyukai pilihan musik yang diberikan, dan lebih senang menyusui ataupun pemerah ASInya dalam keadaan tenang.

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh dari *Self-Selected Individual Music Therapy* (SeLIMuT) terhadap meningkatnya produksi ASI pada ibu yang bekerja di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkalan, mengetahui pengaruh dari SeLIMuT terhadap meningkatnya produksi ASI pada ibu yang bekerja antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi, diketahuinya pengaruh dari SeLIMuT terhadap meningkatnya produksi ASI pada ibu yang bekerja antara sebelum dan sesudah tanpa diberikan SeLIMuT, menganalisis perbedaan rata-rata produksi ASI ibu bekerja sesudah diberikan SeLIMuT pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

II. METHODS

Desain dari penelitian ini adalah *quasi experimental with non equivalent control group design* dengan uji *Wilcoxon Match Paired Test* dan *Mann Whitney U-Test*. Penelitian ini menguraikan sebab akibat dari pemberian intervensi *Self-Selected Individual Music Therapy* terhadap peningkatan produksi ASI. Kelompok intervensi berupa SeLIMuT sedangkan pada

kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan. Populasi di dalam penelitian ini ibu primipara yang kembali bekerja setelah cuti melahirkan dengan usia bayi 4 bulan. Sampel dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok SeLIMuT dan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan.

Hasil uji statistik pada kelompok kontrol diperoleh $p\text{-value} = 1,000 > \alpha = 0,05$ yang artinya tidak ada peningkatan produksi ASI saat *pre-test* dan *post-test*.

Perbedaan Produksi ASI pada Kelompok SeLIMuT dan Kelompok Kontrol

| Kelompok | Produksi ASI | | | | Total | | Mean Rank | MD | p-value |
|----------|--------------|-----|--------|-----|-------|-----|-----------|-------|---------|
| | Cukup | | Kurang | | N | % | | | |
| | n | % | N | % | N | % | | | |
| SeLIMuT | 19 | 100 | 0 | 0 | 19 | 100 | 27,00 | | |
| Kontrol | 0 | 0 | 19 | 100 | 19 | 100 | 12,00 | 15,00 | 0,000 |

Sumber : Hasil Pengolahan SPSS

III. RESULT

Pengaruh Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Bekerja Kelompok SeLIMuT

| Variabel | Pengkuran | Produksi ASI | | | | Total | | Negative rank | Positive rank | Ties | p-value | | | |
|----------|-----------|--------------|------|--------|------|-------|-----|---------------|---------------|------|---------|---|------|-------|
| | | Cukup | | Kurang | | N | % | | | | | | | |
| | | n | % | N | % | N | % | N | % | n | % | | | |
| SeLIMuT | Pre-Test | 4 | 21,1 | 15 | 78,9 | 19 | 100 | 0 | 0 | 15 | 78,9 | 4 | 21,1 | 0,000 |
| | Post-Test | 19 | 100 | 0 | 0 | 19 | 100 | | | | | | | |

Sumber : Hasil Pengolahan SPSS

Hasil analisis pengaruh SeLIMuT terhadap Peningkatan produksi ASI pada kelompok SeLIMuT saat pengukuran pertama dan pengukuran kedua diperoleh $p\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0,05$ yang artinya ada pengaruh SeLIMuT terhadap peningkatan produksi ASI saat pengukuran pertama dan pengukuran kedua. Selain itu, ditemukan sebanyak 15 orang mengalami peningkatan produksi ASI.

Hasil analisis perbedaan produksi ASI kelompok SeLIMuT dan kelompok kontrol menunjukkan bahwa produksi ASI cukup terjadi pada kelompok SeLIMuT sebanyak 19 orang (100%). Tabel diatas juga menunjukkan *mean rank* dengan hasil rerata kelompok SeLIMuT lebih tinggi yaitu 27,00 daripada rerata peringkat kelompok kontrol yaitu 12,00, dengan MD sebanyak 15,00. Hasil uji statistik menggunakan uji *Mann-Whitney U Test* diperoleh $p\text{-value} = 0,000$, yang artinya ada perbedaan produksi ASI antara kelompok SeLIMuT dan kelompok kontrol. Sehingga, dapat disimpulkan secara statistik maupun secara klinis, produksi ASI pada ibu bekerja yang diberikan intervensi SeLIMuT lebih banyak dibandingkan dengan produksi ASI ibu bekerja yang tidak diberikan intervensi SeLIMuT.

Pengaruh Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Bekerja Kelompok Kontrol

| Variabel | Pengkuran | Produksi ASI | | | | Total | | Negative rank | Positive rank | Ties | p-value | | | |
|----------|-----------|--------------|---|--------|-----|-------|-----|---------------|---------------|------|---------|----|-----|-------|
| | | Cukup | | Kurang | | N | % | | | | | | | |
| | | n | % | N | % | N | % | N | % | n | % | | | |
| Kontrol | Pre-Test | 0 | 0 | 19 | 100 | 19 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 19 | 100 | 1,000 |
| | Post-Test | 0 | 0 | 19 | 100 | 19 | 100 | | | | | | | |

Sumber : Hasil Pengolahan SPSS

IV. DISCUSSION

Hasil penelitian menunjukkan menunjukkan bahwa SeLIMuT berperan untuk mengatasi ketegangan emosi yakni kecemasan dan membuat ibu rileks sehingga dapat meningkatkan produksi ASI. Hal tersebut juga didukung oleh hasil penelitian Boothby and Robbins (2011), bahwa music yang didengarkan oleh ibu saat menyusui membantu ibu merasa relaks. Jenis musik SeLIMuT juga mempengaruhi peningkatan produksi ASI

pada kelompok SeLIMuT. Jenis musik yang digunakan pada SeLIMuT ini merupakan jenis musik pilihan yang sesuai dengan keinginan ibu dan membuat ibu merasa rileks serta meditative seperti musik-musik yang berirama rohani, musik yang lembut, familier, aman, efektif dan disukai ibu. Jenis musik yang seperti itu mampu meningkatkan produksi ASI ibu primipara yang bekerja. Metode yang digunakan dalam terapi juga mempengaruhi peningkatan produksi ASI melalui

earphone yang digunakan. Ibu menggunakan earphone untuk menghindari kebisingan, sehingga meningkatkan kenyamanan dan ketenangan yang membuat ibu merasakan rileks dan produksi ASI pun meningkat. Selain itu, frekuensi, waktu dan durasi terapi yang sesuai dengan kebutuhan ibu. Musik yang ibu sukai menjadi pilihan sehingga musik tersebut memiliki keterikatan secara emosional dengan ibu. Hal tersebut yang menyebabkan SeLIMuT dapat menurunkan stres, meningkatkan perasaan rileks dan dapat meningkatkan volume produksi ASI (Yates and Siverman, 2014).

V. CONCLUSION

Pemberian terapi SeLIMuT memiliki kecenderungan meningkatkan rata-rata produksi ASI perah pada ibu yang bekerja. Hasil dari penelitian ini menjadi bukti ilmiah bahwa terapi SeLIMuT efektif membantu ibu bekerja yang menyusui untuk meningkatkan produksi ASInya.

Diharapkan bidan dapat melakukan edukasi tentang terapi SeLIMuT kepada ibu menyusui dalam meningkatkan produksi ASI bagi ibu bekerja maupun yang tidak bekerja yang mengalami kecemasan karena khawatir produksi ASInya menurun, sehingga dapat mengurangi konsumsi obat – obatan pelancar ASI yang mengandung bahan kimia.

REFERENCES

- Boothby, D. M. and Robbins, S. J. (2011). *The Effects Of Music Listening And Art Production On Negative Mood : A Randomized , Controlled Trial*. *The Arts in Psychotherapy*. Elsevier Ltd, 38(3), pp. 204–208. Retrieved from:doi:10.1016/j.aip.2011.06.002.
- Badan Pusat Statistik Jakarta Pusat (2013). *Kabupaten Bangkalan Tahun 2013*. Bangkalan: Badan Pusat Statistik
- Depkes RI (2011). *Peningkatan Pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif Bagi Bayi*. Jakarta: Dirjen Bina Gizi dan Kesehatan Ibu Anak
- Dinas Kesehatan (2015). *Profil Kesehatan Kabupaten Bangkalan Tahun 2015*. Bangkalan : Dinas Kesehatan Kabupaten Bangkalan.
- Hertanti, N., dkk (2015). Pengaruh *Self-Selected Individual Music Therapy (SeLIMuT) terhadap Tingkat Nyeri PAsien Kanker Paliatif di RSUP Dr. Sardjito, Yogyakarta*. *Indonesian Journal of Cancer*, 9(2), pp. 159-165. Retrieved from:http://www.indonesianjournalofcancer.or.id/ejournalindex.php/ijocarticleview381.
- Inayah, G. and Dian, A. (2012). *Determinan Perilaku Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif pada Ibu Pekerja*. *Kesehatan Masyarakat*, 7(7), pp. 298–303. Retrieved from:doi:10.21109/kesmas.v7i7.27
- IDAI. (2013). *Pemberian Susu Formula pada Bayi Baru Lahir*. Retrieved from:http://idai.or.id/public-articles/klinik/asi/pemberian-susu-formula-pada-bayi-baru-lahir.html
- Kemenkes RI. (2015). *Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2019*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- UNICEF (2013). *ASI adalah Penyelamat Hidup Paling Murah dan Efektif di Dunia*. Jakarta: UNICEF; 2013 [cited 2018 17 January]. Retrieved from: http://www.unicef.org/indonesia/id/media_21270.html
- WHO (2015). *Sustainable Development Goals*. In: Station U, editor. Jakarta: United Nation,
- Yates, G. and Silverman, M. J. (2014). *Immediate Effects Of Single-Session Music Therapy On Affective State In Patients On A Post-Surgical Oncology Unit : A Randomized Effectiveness Study The Arts In Psychotherapy Immediate Effects Of Single-Session Music Therapy On Affective State In Patients*. *The Arts in Psychotherapy*. Elsevier Ltd, 44 (November), pp. 57–61. Retrieved from:doi: 10.1016/j.aip.2014.11.002