

**PELAKSANAAN PEMBERIAN AIR SUSU IBU PERAH PADA IBU PEKERJA  
DI FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SEMARANG**

*WORKING MOTHERS DAIRY BREASTFEEDING IN FACULTY OF SCIENCE IN NURSING AND  
HEALTH UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH SEMARANG*

**Dwi Wahyuni<sup>1)</sup>, Novita Kumalasari<sup>2)</sup>**

<sup>1)2)</sup> Program Studi Diploma III Kebidanan Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Universitas  
Muhammadiyah Semarang  
e-mail: [bidan@unimus.ac.id](mailto:bidan@unimus.ac.id)

**ABSTRAK**

**Latar belakang :** Pengetahuan ibu yang memadai tentang pentingnya pemberian ASI akan membuat ibu berupaya untuk melaksanakan ASI eksklusif selama 6 bulan kemudian dilanjutkan sampai usia anak 2 tahun. **Tujuan:** Melakukan eksplorasi pelaksanaan pemberian ASI pada ibu pekerja di FIKKES UNIMUS. **Metode :** Penelitian ini menggunakan studi kualitatif dengan pendekatan fenomenologi yang bersifat retrospektif. Informan penelitian adalah wanita pekerja di lingkungan FIKKES UNIMUS. Data dikumpulkan dengan wawancara mendalam kemudian dilakukan analisis dengan teknik kualitatif. **Hasil :** penelitian menunjukkan ibu mendapatkan informasi ASI perah (ASIP) dari teman. Semua informan menganggap bahwa ASI adalah nutrisi yang terbaik bagi bayi dan ASIP menjadi solusi untuk wanita pekerja. Pemerahan ASI dilakukan sejak bayi lahir dan mendekati masa cuti habis. ASI diperah dengan cara dipompa untuk memberikan jumlah lebih optimal. Pemerahan ASIP tidak terjadwalkan sesuai teori setiap 2 jam sekali, tetapi menunggu payudara terasa penuh. Sedangkan pemerahan ASIP di rumah pada malam hari dan pagi hari. Penyimpanan ASIP di kantor diletakkan pada lemari pendingin dan lemari pembeku, sedangkan penyimpanan ASIP di rumah lebih banyak pada lemari pembeku dengan memberikan kode pada tiap botol ASIP. Informan menyiapkan ASIP pada lemari pendingin sebelum berangkat bekerja. Kendala yang dihadapi selama praktik pemberian ASIP adalah bendungan ASI, puting susu lecet, dan produksi ASI yang sedikit. Cara mengatasi kendala yang dihadapi antara lain, menjaga pikiran tetap tenang, menjaga asupan makanan, pijat punggung, minum obat pereda nyeri, minum jamu, dan minum vitamin. Informan menyatakan didukung oleh suami dalam pemberian ASIP dalam bentuk pemberian motivasi, pemberian fasilitas seputar ASIP, menemani pada saat memerah. Kebijakan khusus perusahaan mengenai ASIP belum dirasakan oleh informan. Selama memerah ASIP informan tidak mendapat larangan dari pimpinan, tetapi pemerahan dilakukan di laboratorium atau ruang kerja karena belum tersedia ruang khusus laktasi. Manfaat yang dirasakan selama memberikan ASIP antara lain hemat, daya tahan tubuh bayi bagus, kedekatan emosional anak dengan ibu baik, serta penurunan berat badan pasca melahirkan menjadi lebih cepat. **Simpulan :** Informan tidak memiliki persepsi negatif mengenai ASIP, tetapi mengeluhkan perubahan bentuk payudara. Perusahaan sebaiknya memberikan ruangan khusus laktasi untuk memudahkan ibu bekerja dalam memerah ASI. Dan kepada informan untuk memberikan informasi ASIP kepada calon ibu menyusui terutama wanita pekerja.

Kata kunci: praktik ASIP

**ABSTRACT**

**Background :** Adequate knowledge of mothers about the importance of ASI will make the mother attempted to implement exclusive breastfeeding for 6 months and then continued until the age of 2 years. **Objective:** To explore the implementation of the ASIP provision ASIP on working mothers **Methods :** This study used a qualitative study of the retrospective nature fenomenologi approach. Informants in the study were working women who work in FIKKES UNIMUS. Data were collected by in-depth interviews and then analyzed with qualitative techniques. **Results :** showed mothers got breastmilk information (ASIP) from their friend. All informants assumed that breast milk is the best nutrition for infants and ASIP be a solution for working women. Milking is done breastfeeding at birth and approached the leave runs out. Milked by means of pumped breast milk to provide a more optimal amount. ASIP milking did not appropriate theory every 2 hours, but waiting breasts feel full. While milking ASIP at home at night and early morning. ASIP storage in the office and placed in the refrigerator and freezer whereas at home they put ASIP in the freezer and gave code on each ASIP bottle. Informants prepare ASIP in the refrigerator before leaving for work. Obstacles encountered during the practice of giving ASIP was engorgement, sore nipples, and milk production slightly. How to

overcome the obstacles faced by keeping the mind calm, maintain food intake, back massage, taking pain medication, herbal drink, and take vitamins. The informant states supported by the husband in the delivery of ASIP in the form of motivation, provision of facilities around the ASIP, accompanied at the time of milking. Company-specific policies have not been felt by the ASIP informant. During milking ASIP informants did not receive a ban from the leadership, but the milking is done in the lab or workspace that due to the special room lactation yet available. Perceived benefits for giving ASIP include saving, baby good endurance, emotional closeness with the child 's mother as well as postpartum weight loss becomes faster. **Conclusion :** The informant did not have a negative perception of the ASIP, but complained of a change in breast shape. The company should provide a special room to facilitate lactation milking breastfeeding mothers in the work. And the informant to provide information to prospective others women especially women workers.

*Keywords: milking ASIP*

## PENDAHULUAN

Pencegahan penyakit infeksi salah satunya dapat dilakukan dengan pemeliharaan gizi bayi yang baik melalui pemberian air susu ibu (ASI) (Raharjo, 2007). ASI merupakan satu-satunya makanan yang sempurna dan terbaik bagi bayi karena mengandung unsur-unsur gizi yang dibutuhkan oleh bayi untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi guna mencapai pertumbuhan dan perkembangan bayi yang optimal (Riordan, 2005).

Menurut Siregar (2004) kenaikan jumlah ibu yang berkeja dalam kaitannya dengan emansipasi dan persamaan gender membuat partisipasi wanita dalam menyusui justru turun. Selain itu, pemberian cuti yang terlalu singkat juga mempengaruhi pemberian ASI yang diharapkan eksklusif selama 6 bulan.

Cuti yang diberikan oleh perusahaan ibu bekerja biasanya selama 3 bulan. Hal ini akan mempengaruhi persepsi ibu untuk memberikan ASI. Meskipun ibu tahu tentang pentingnya ASI dan pemberian ASIP, kadang lingkungan kerja tidak mendukung ibu untuk melaksanakan ASIP. Di samping ada faktor keluarga, informasi, budaya, dan gencarnya iklan susu formula. Ibu akan terpengaruh untuk memberikan susu formula daripada ASIP (Marmi, 2012).

Data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia tahun 2012 angka kematian bayi (AKB) mencapai 32 per 1.000 kelahiran hidup artinya terdapat 31 bayi meninggal dalam setiap 1.000 kelahiran hidup (Kementrian Kesehatan RI, 2012). Kematian bayi di Indonesia tertinggi disebabkan oleh infeksi neonatal, pneumonia, dan diare (Depkes RI, 2009).

Penelitian yang dilakukan oleh WHO Tahun 2002 membuktikan bahwa bayi yang diberi susu selain ASI mempunyai risiko 17 kali lebih besar untuk mengalami diare dan tiga sampai empat kali berisiko lebih tinggi terkena ISPA dibandingkan dengan bayi yang mendapat ASI saja. *United Nation Children's*

*Fund* (UNICEF) mengungkapkan bahwa bayi yang diberi susu formula memiliki kemungkinan untuk meninggal dunia pada bulan pertama kehidupannya 25 kali lebih tinggi dibandingkan bayi yang disusui ibunya secara eksklusif, yakni tanpa diberi minuman maupun makanan tambahan (UNICEF, 2003).

Terbentuknya suatu perilaku baru, terutama pada orang dewasa biasanya dimulai dari ranah kognitif, di mana subjek tahu terlebih dahulu akan adanya stimulus yang menimbulkan pengetahuan baru. Pengetahuan tersebut akan menimbulkan respon batin dalam bentuk sikap tertentu. Stimulus atau objek yang telah diketahui dan disadari tersebut akan menimbulkan respon yang lebih jauh lagi berupa tindakan (Notoatmodjo, 2003).

Pengetahuan ibu yang memadai tentang pentingnya pemberian ASIP akan membuat ibu berupaya untuk melaksanakan ASI eksklusif selama 6 bulan kemudian dilanjutkan sampai usia anak 2 tahun.

Fakultas Ilmu keperawatan dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Semarang (FIKKES UNIMUS) terdiri dari beberapa program studi di mana di dalamnya terdapat karyawan wanita yang sedang menyusui. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengetahui pelaksanaan ASIP di kalangan karyawan FIKKES UNIMUS.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan metode kualitatif. Pendekatan waktu pengumpulan data adalah retrospektif yaitu observasi dilakukan pada kasus yang sudah terjadi sebelumnya.

Penelitian ini menggunakan data primer yang bersumber pada wawancara langsung pada subjek penelitian dan data sekunder melalui observasi terhadap pemberian ASIP pada ibu bekerja. Wawancara dilakukan pada karyawan wanita FIKKES UNIMUS yang sedang menyusui

bayinya dan melakukan praktik ASIP, pengasuh bayi, dan suami.

Informan penelitian adalah ibu yang bekerja di lingkungan FIKKES UNIMUS sebanyak 4 orang informan utama. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria inklusi adalah ibu menyusui minimal 6 bulan

Kuesioner terbuka untuk pedoman wawancara mendalam kepada informan utama dan informan triangulasi. Untuk menguji keabsahan dan kredibilitas data peneliti menggunakan uji triangulasi. Informan utama adalah ibu menyusui, informan sekunder adalah pengasuh bayi dan suami.

*Data Collection* adalah mengumpulkan data dari seluruh wawancara yang didapat pada waktu penelitian antara informan dengan peneliti. *Data Reduction* adalah merangkum, memilih hal yang pokok, memfokuskan pada hal yang penting, mencari tema dan polanya serta membuang yang tidak diperlukan. *Data display* adalah menyajikan data yang ditampilkan dalam bentuk uraian singkat atau teks yang bersifat naratif. *Conclusion Drawing* adalah menyimpulkan hasil penyajian data yang masih dalam bentuk narasi atau kutipan langsung dari hasil pembicaraan informan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kaitan dengan pertanyaan dari mana informasi mengenai ASIP diperoleh semua informan mengatakan mendapatkan informasi bukan dari bangku kuliah melainkan cerita dari orang lain atau mencari sendiri di internet. Pengaruh informasi dari orang lain justru memiliki andil besar ketika seorang ibu memilih untuk memerah ASI atau tidak dibandingkan dengan keilmuan yang informan pelajari. Keberhasilan seseorang dalam melakukan ASIP menjadi motivasi besar pada informan untuk ikut memberikan ASIP pada bayi. Hal ini ditunjukkan oleh informan triangulasi dalam hal ini suami dan pengasuh melalui bahwa informan utama

memberikan informasi mengenai ASIP kepada informan triangulasi dengan maksud untuk mendorong keberhasilan pelaksanaan praktik pemberian ASIP pada bayi yang diharapkan dapat mencapai ASI eksklusif. Suami mendapat tambahan informasi dari rumah sakit dan internet. Sedangkan pengasuh yang telah memiliki pengalaman melahirkan, mengetahui ASIP dari bidan atau pengalaman tentangga.

Persepsi informan utama mengenai ASIP rata-rata menganggap bahwa ASI adalah nutrisi terbaik bagi bayi meskipun dalam bentuk perah. Memerah ASI memang lebih merepotkan dibandingkan dengan memberikan susu formula, akan tetapi informan utama tetap melaksanakan dengan senang hati karena keyakinan mereka ASI adalah yang terbaik bagi bayi. Salah satu informan juga menganggap ASIP adalah salah satu solusi bagi ibu bekerja untuk tetap memberikan ASI bagi bayi. Suami juga memiliki persepsi yang positif terhadap ASI perah meskipun ada salah satu yang awalnya ragu untuk mendorong istri memberikan ASIP akibat kurangnya informasi. Pengasuh pada dasarnya mengetahui kalau ASI baik untuk bayi, meskipun pengasuh yang belum memiliki pengalaman melahirkan tidak memberikan pendapat dan memberikan jawaban tidak tahu.

Sebagian informan utama mengatakan bahwa sejak bayi lahir mereka memerah ASI sebagai persiapan ketika nanti sudah bekerja kembali. Sedangkan informan lainnya mengatakan memerah ASI mendekati masa cuti habis. Namun, persediaan tetap ada selama ditinggal bekerja. Pernyataan informan utama didukung oleh suami dan pengasuh. Meskipun beberapa pengasuh tidak mengetahui waktu pasti informan utama mulai memerah ASI karena pengasuh mulai bekerja ketika informan utama selesai cuti.

Semua informan utama menggunakan pompa ASI sebagai alat bantu memerah. Ada salah satu informan mengatakan menggunakan tangan terlebih dahulu sebelum menggunakan pompa ASI. Karena hasil yang

keluar tidak terlalu banyak, maka informan tersebut beralih ke pompa ASI. Pengalaman teman menjadi faktor yang akhirnya menentukan pemilihan metode pemerahan. Suami dan pengasuh membenarkan pernyataan dari informan utama yaitu cara pemerahan ASI menggunakan pompa ASI. Pemerahan ASI dilakukan saat payudara terasa penuh, sedangkan salah satu informan menjadwalkan pemerahan ASI setiap 3-4 jam sekali. Hal ini sedikit berbeda dengan teori pemerahan ASI karena sebaiknya dilakukan setiap 2 jam sekali mengikuti perkiraan kosongnya lambung bayi. Faktor sakit dan keengangan menjadi alasan informan untuk menunggu payudara penuh sebelum memerah. Suami tidak mengetahui secara pasti kapan informan utama memerah ASI dan menduga saat payudara sudah penuh kemungkinan informan utama memerah ASI. Sedangkan pengasuh mengatakan bahwa informan utama tidak semua bercerita kapan saat memerah ASI sehingga pengasuh tidak mengetahui secara pasti.

Satu informan mengatakan langsung menyimpan ASIP pada *freezer* sedangkan informan lain menaruhnya di lemari pendingin. ASIP sebaiknya disimpan di lemari pendingin terlebih dahulu kemudian dipindahkan ke *freezer* paling tidak 30 menit kemudian agar zat-zat dalam ASIP tidak rusak akibat perubahan suhu yang ekstrim. Suami dan pengasuh hanya mengetahui bahwa ASIP disimpan di lemari pendingin yang berada di kantor tetapi tidak mengetahui letaknya di mana. Hal ini wajar terjadi karena sebagian besar orang menganggap bahwa lemari pendingin sama dengan lemari pembeku.

Dua informan rutin melakukan pemerahan ASI sebelum tidur dan sesudah bangun di pagi hari. Satu informan mengatakan sengaja menyusui pada salah satu payudara saja selama semalam dengan harapan payudara yang tidak disusukan menghasilkan banyak ASI ketika diperah. Satu informan mengaku jarang memerah ASI di rumah dan memilih untuk menyusukan

secara langsung. Pernyataan tersebut didukung oleh suami yang mengatakan bahwa dua informan utama memerah pada malam dan pagi hari, satu informan pada pagi hari, dan informan lain jarang memerah di rumah. Satu pengasuh mengaku kurang tahu karena tidak tinggal serumah, sedangkan satu pengasuh lain mengatakan pagi hari, satu pengasuh mengatakan jarang memerah, dan satu pengasuh lain mengatakan pada malam dan pagi hari.

Dua informan utama mengatakan ASIP yang berada di rumah ditaruh pada lemari pembeku dengan label pada botol. Satu informan mengatakan tidak memberi label tetapi membuat urutan peletakan botol ASIP. Sedangkan satu informan mengaku tidak memberi label karena jumlah ASIP tidak banyak, hanya untuk persediaan satu hari. Idealnya, pemberian tanggal pada botol ASIP dimaksudkan untuk memudahkan mengenali ASIP lama dengan baru. Namun hal ini bukan metode mutlak selama ibu mempunyai cara lain agar ASIP lama dan baru bisa dibedakan. Suami dan pengasuh mendukung pernyataan informan utama bahwa sebagian besar persediaan ASIP disimpan di lemari pembeku. Sedangkan untuk informan utama yang tidak banyak memiliki persediaan, ASIP diletakkan di lemari pendingin.

Kendala praktik pemberian ASIP semua informan mengalami puting susu lecet. Tiga informan mengatakan bahwa ASI yang keluar terkadang sedikit, satu informan mengalami bendungan ASI. Risiko memerah ASI salah satunya adalah luka pada puting karena penggunaan pompa ASI. Sehingga pemberian ASI secara langsung dinilai lebih nyaman dibandingkan memompa. Suami mengatakan bahwa puting susu lecet menjadi keluhan utama informan utama dengan tambahan tiga informan mengatakan ASI yang keluar sedikit dan satu terjadi bendungan ASI. Satu pengasuh mengatakan tidak mengetahui kendala yang dialami informan utama, satu pengasuh mengatakan ASI keluar hanya sedikit, dan dua pengasuh mengatakan puting susu lecet.

Cara mengatasi ASI yang keluar hanya sedikit informan memilih untuk menjaga asupan makanan, minum vitamin, atau minum jamu, serta menjaga pikiran tetap tenang. Mengatasi puting susu lecet dengan minum obat atau memilih untuk membiarkan. Sedangkan mengatasi bendungan ASI dengan cara kompres air hangat dan minum obat pereda nyeri.

Pernyataan tersebut didukung oleh suami dan pengasuh mengenai cara mengatasi keluhan informan utama. Akan tetapi, satu pengasuh mengatakan tidak mengetahui cara mengatasi keluhan yang dialami.

Semua informan mengatakan suami mendukung pemberian ASIP meskipun pada awalnya ada satu informan yang merasa kurangnya kepedulian suami. Hal ini mungkin disebabkan oleh kurangnya informasi mengenai ASIP dan gencarnya media dalam mempromosikan susu formula. Semua informan triangulasi mengatakan bahwa suami mendukung pemberian ASIP.

Bentuk dukungan yang diberikan antara lain memberi fasilitas pelaksanaan ASIP, menemani ketika memerah, memberikan motivasi, memijat punggung, dan mendengarkan keluhan istri. Semua suami mengaku memberikan motivasi kepada istrinya melalui verbal, menemani saat memerah, dan menyanggupi permintaan informan utama seputar ASIP. Hal ini didukung dengan pernyataan dari pengasuh.

Informan menyatakan belum mengetahui kebijakan perusahaan mengenai ASIP. Informan menganggap praktik pemerahan ASIP diizinkan oleh pimpinan tetapi perusahaan belum menyediakan fasilitas khusus seperti ruang laktasi. Kekurangtahuan oleh informan utama membuat suami juga kurang mengetahui mengenai kebijakan perusahaan. Satu suami mengatakan belum ada kebijakan khusus perusahaan mengenai ASIP. Informan utama juga merasa tidak perlu bercerita pada pengasuh.

Informan memerah ASI di ruangan kantor atau laboratorium karena belum ada

ruang laktasi yang dapat digunakan sebagai tempat untuk memerah ASI. Satu suami tidak mengetahui di mana informan memerah ASI dan pengasuh semua tidak mengetahui di mana informan memerah ASI.

Manfaat yang dirasakan oleh informan dengan memberikan ASIP antara lain hemat, daya tahan tubuh anak bagus, kedekatan emosional dengan anak, serta berat badan turun dengan cepat. Pernyataan informan utama didukung oleh pernyataan suami dan pengasuh yang merasakan dampak pemberian ASIP adalah frekuensi anak sakit menjadi lebih jarang.

Semua informan utama tidak memiliki persepsi negatif mengenai ASIP, tetapi mengeluhkan perubahan bentuk payudara setelah menyusui. Sedangkan suami tidak ada yang memiliki persepsi negatif mengenai ASIP. Dua pengasuh menganggap ASIP lebih merepotkan dibandingkan dengan memberikan susu formula.

Praktik pemberian ASIP di FIKKES UNIMUS pada dasarnya sudah berjalan dengan baik. Pemahaman wanita pekerja akan pentingnya ASI juga sudah baik. Pengalaman dari orang lain dan dukungan dari keluarga serta pengasuh mendorong keberhasilan praktik pemberian ASIP.

Pemerahan ASI ada yang dilakukan sejak bayi lahir dan mendekati masa cuti habis. Sebaiknya begitu bayi lahir dan ASI sudah keluar ibu mulai memerah ASI dan disimpan guna persediaan pada saat ibu kembali bekerja. Akan tetapi, ibu yang paling mengerti kebutuhan bayi. Jadi selama tidak bayi tidak kekurangan pasokan ASI, waktu pemerahan dapat disesuaikan.

Pemerahan ASIP tidak terjadwalkan sesuai teori setiap 2 jam sekali, tetapi menunggu payudara terasa penuh. Hal ini dapat mengurangi produksi ASI. Lambung bayi biasanya kosong setiap 2 jam sekali sehingga diharapkan ibu tidak menunggu sampai payudara penuh. Akan tetapi, hisapan bayi berbeda dengan hisapan pompa. Rasa sakit menjadi alasan untuk menunggu payudara penuh terlebih dahulu agar pada saat

memompa tidak terlalu merasakan perih pada puting susu.

Penyimpanan ASIP di kantor diletakkan pada lemari pendingin dan lemari pembeku. ASIP segar sebaiknya diletakkan di lemari pendingin terlebih dahulu sebelum dipindahkan ke lemari pembeku untuk menjaga zat gizi dalam ASIP tidak rusak akibat suhu ekstrim.

Pemberian kode tanggal pada botol ASIP sebaiknya tetap dilakukan agar bisa diketahui manakah ASIP yang paling lama. Pemberian ASIP sebaiknya tidak menggunakan ASIP lama semua, tetapi diselingi satu ASIP segar.

Kebijakan khusus perusahaan mengenai ASIP belum dirasakan oleh informan. Selama memerah ASIP informan tidak mendapat larangan dari pimpinan, tetapi pemerahan dilakukan di laboratorium atau ruang kerja karena belum tersedia ruang khusus laktasi. Hal ini masih kurang sesuai dengan Peraturan Pemerintah RI No 33 tahun 2012 tentang pemberian ASI eksklusif. Seperti yang tertera pada pasal 30 ayat 1,2,3 yaitu (1) Pengurus Tempat Kerja dan penyelenggara tempat sarana umum harus mendukung program ASI Eksklusif, (2) Ketentuan mengenai dukungan program ASI Eksklusif di Tempat Kerja sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilaksanakan sesuai dengan peraturan perusahaan antara pengusaha dan pekerja/buruh, atau melalui perjanjian kerja bersama antara serikat pekerja/serikat buruh dengan pengusaha, (3) Pengurus Tempat Kerja dan penyelenggara tempat sarana umum harus menyediakan fasilitas khusus untuk menyusui dan/atau memerah ASI sesuai dengan kondisi kemampuan perusahaan.

Informan tidak memiliki persepsi negatif mengenai ASIP, tetapi mengeluhkan perubahan bentuk payudara. Payudara yang berubah bukan terjadi akibat menyusui ataupun memerah ASI, melainkan akibat terjadinya kehamilan. Payudara terdiri dari jaringan lemak, sehingga saat terjadi

pembesaran kecil kemungkinan kembali seperti semula karena berbeda dengan otot yang mudah dibentuk. Akan tetapi dengan persepsi yang baik mengenai manfaat ASI, diharapkan semua ibu pekerja tidak ragu memberikan ASIP untuk mencapai ASI eksklusif.

## SIMPULAN

1. Informasi mengenai ASIP diketahui melalui orang lain berdasarkan cerita atau pengalaman teman yang sudah melaksanakan ASIP.
2. Semua informan menganggap bahwa ASI adalah nutrisi yang terbaik bagi bayi dan ASIP menjadi solusi untuk wanita pekerja.
3. Pemerahan ASI dilakukan sejak bayi lahir dan mendekati masa cuti habis.
4. ASI diperah dengan cara dipompa untuk memberikan jumlah lebih optimal.
5. Pemerahan ASIP tidak terjadwalkan sesuai teori setiap 2 jam sekali, tetapi menunggu payudara terasa penuh. Sedangkan pemerahan ASIP di rumah pada malam hari dan pagi hari.
6. Penyimpanan ASIP di kantor diletakkan pada lemari pendingin dan lemari pembeku, sedangkan penyimpanan ASIP di rumah lebih banyak pada lemari pembeku dengan memberikan kode pada tiap botol ASIP.
7. Informan menyiapkan ASIP pada lemari pendingin sebelum berangkat bekerja.
8. Kendala yang dihadapi selama praktik pemberian ASIP adalah bendungan ASI, puting susu lecet, dan produksi ASI yang sedikit.
9. Cara mengatasi kendala yang dihadapi antara lain, menjaga pikiran tetap tenang, menjaga asupan makanan, pijat punggung, minum obat pereda nyeri, minum jamu, dan minum vitamin.
10. Informan menyatakan didukung oleh suami dalam pemberian ASIP dalam bentuk pemberian motivasi, pemberian

fasilitas seputar ASIP, menemani pada saat pemerah.

11. Kebijakan khusus perusahaan mengenai ASIP belum dirasakan oleh informan. Selama pemerah ASIP informan tidak mendapat larangan dari pimpinan, tetapi pemerahan dilakukan di laboratorium atau ruang kerja karena belum tersedia ruang khusus laktasi.
12. Manfaat yang dirasakan selama memberikan ASIP antara lain hemat, daya tahan tubuh bayi bagus, kedekatan emosional anak dengan ibu baik, serta penurunan berat badan pasca melahirkan menjadi lebih cepat.
13. Informan tidak memiliki persepsi negatif mengenai ASIP, tetapi mengeluhkan perubahan bentuk payudara.

Semarang. Semarang, Universitas Muhammadiyah Semarang. KTI

- Raharjo. 2006. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Satu Jam Pertama Setelah Melahirkan*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*. Vol 1
- Riordan. 2005. *Breastfeeding and Human Lactation (3<sup>rd</sup> ed)*. *Pediatrics 100* : 1035 – 1039
- Roesli, Utami. 2005. *Mengenal ASI Eksklusif*. Jakarta: Trubus Agriwidya Penel
- Scott JA, CW Binns, WH Oddy, KI Graham. 2006. *Predictors of Breastfeeding Duration: Evidence from a Cohort Study*. *Pediatrics 117*:e646-e655.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asosiasi Ibu Menyusui Indonesia. 23 Agustus 2011. *Ulasan Poling Juni 2011 “Penyimpanan ASI Perah”* (<http://aimi-asi.org/ulasan-poling-juni-2011-penyimpanan-asi-perah/> diakses 21 Maret 2013)
- Azisyah, Syasya. 2010. *Sukses Menyusui Meski Bekerja*. Jakarta: Gema Insani
- Herdiansyah, H. 2010. *Metode Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Kementrian Kesehatan RI. *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2012 Laporan Pendahuluan*
- Komalasari. 2012. *Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Persepsi Ketidacukupan ASI pada Ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Pancoran Mas Kota Depok* Jakarta, Universitas Indonesia. Skripsi
- Kristiyansari, W. 2009. *ASI: Menyusui dan Sadari*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Pangastuti, Devi. 2011. *Tingkat Pengetahuan Ibu Bekerja tentang Manajemen Laktasi Ibu Bekerja Berdasarkan Karakteristik Individu di Kelurahan Tugurejo Kecamatan Tugu Kota*