

Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kembalinya Menstruasi pada Ibu Menyusui di Desa Ngumpul , Jogoroto, Jombang

*Muzayyaroh¹, Listriana Fatimah²,
D-III Kebidanan FIK UNIPDU Jombang
Yarohmuzay@ymail.com*

Abstrak

Pola pemberian ASI berhubungan erat dengan kembalinya kesuburan, yang dapat diukur salah satunya dengan kembalinya menstruasi setelah ibu melahirkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kembalinya menstruasi ibu menyusui di Desa Ngumpul, Jogoroto, Jombang. Desain penelitian menggunakan jenis analitik dengan pendekatan cross sectional. Penelitian dilaksanakan bulan Januari sampai April 2012. Sampel penelitian sebagian ibu menyusui yang mempunyai bayi umur 6-12 bulan di Desa Ngumpul kecamatan Jogoroto Jombang sebanyak 40 responden, dengan teknik pengambilan sampel simple random sampling. Analisis data menggunakan Chi Square. Hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden (60%) non ASI Eksklusif dan sebagian besar responden kembalinya menstruasi cepat (52.5 %). Hasil uji Chi Square didapatkan sebesar 0,004 lebih kecil dari nilai signifikan 0,05 sehingga disimpulkan ada hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kembalinya menstruasi.

Kata Kunci: ASI eksklusif, menstruasi, menyusui

The Relationship Exclusive breastfeeding with The Return of Menstruation Breastfeeding Mothers in the Village Ngumpul, Jogoroto, Jombang

*Muzayyaroh 1, Listriana Fatimah 2,
D-III Midwifery FIK UNIPDU Jombang
Yarohmuzay@ymail.com*

Abstrack

Breastfeeding patterns are closely linked with the return of fertility, which can be measured either by the return of menstruation after delivery. This study aims to determine the relationship of exclusive breastfeeding with the return of menstruation breastfeeding mothers in the village Ngumpul, Jogoroto, Jombang. Type of design using analytical study with cross sectional approach. Reseach conducted months of January to April 2012. The samples partially breastfeeding mothers who have infants aged 6-12 months in the village Ngumpul, Jogoroto, Jombang as much as 40 respondents, with simple random sampling technique sampling. Data analysis using Chi Square. The study found the majority of respondents (60%) non-exclusive breastfeeding and the majority of respondents rapid return of menstruation (52.5%). Chi Square test results obtained for 0.004 less than the significant value of 0.05 ,so there is relationship of exclusive breastfeeding with the return of menstruation breastfeeding mothers.

Keywords: exclusive breastfeeding, menstruation

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) mengandung semua zat gizi yang diperlukan bayi dan diproduksi khusus oleh tubuh ibu untuk bayinya. Agar ASI cepat keluar maka dianjurkan bayi disusui dalam 30 menit pertama setelah dilahirkan. Komposisi ASI yang sesuai untuk kebutuhan bayi dan mengandung zat pelindung dengan kandungan terbanyak ada pada kolostrum. Kolostrum adalah ASI yang berwarna kekuningan yang dihasilkan tiga hari pertama setelah bayi lahir. Pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif kepada bayi 0-6 bulan sangat banyak manfaatnya disamping untuk bayi maupun untuk ibunya.

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2010 sebanyak 1,5 juta balita 0-6 bulan meninggal akibat pemberian makanan tambahan sebelum waktunya, dan dalam pemberian ASI diseluruh dunia sebesar 15% bayi diberi ASI, pemberian ASI terendah di Afrika Tengah dan Afrika Utara, Asia dan Amerika Latin (Depkes RI, 2009). Pemberian ASI saja (ASI Eksklusif) di Indonesia sekitar 52% ibu memberikan ASI Eksklusif. Cakupan pemberian ASI eksklusif di Propinsi Jawa Timur adalah 34,53% dari 57.208 (Laporan Tahunan Promkes tahun 2009). Data di desa Ngumpul praktek pemberian ASI eksklusif saja (bayi usia 0-6 bulan) hanya 16 orang.

Pemberian ASI eksklusif pada bayi, akan meningkatkan involusi rahim, sehingga mengurangi komplikasi masa nifas. Hal ini bisa menurunkan angka kesakitan dan kematian ibu pasca melahirkan. Pola pemberian ASI berhubungan erat dengan kembalinya kesuburan yang dapat diukur salah satunya dengan kembalinya menstruasi.

Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui hubungan pemberian ASI Eksklusif dengan kembalinya menstruasi pada Ibu Menyusui di desa Ngumpu, Jogoroto, Jombang.

Manfaat Penelitian

Untuk mengembangkan teori tentang ASI eksklusif dan siklus menstruasi pasca melahirkan serta menambah wawasan kepada tenaga kesehatan dan ibu-ibu tentang manfaat dari pemberian ASI eksklusif khususnya terhadap siklus menstruasi wanita pasca melahirkan.

Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kembalinya menstruasi pada ibu menyusui.

METODE

Desain Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan metode analitik dengan pendekatan *cross sectional*.

Populasi, Sampel dan Sampling

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang mempunyai bayi umur 6-12 bulan di Desa Ngumpul kecamatan Jogoroto Jombang sebanyak 45 orang. Sampel penelitian 40 responden dengan teknik *simple random sampling*.

Kriteria Sampel

Kriteria dalam penelitian ini yaitu: Ibu rumah tangga yang mempunyai bayi 6-12 bulan, bersedia menjadi responden dan bisa baca tulis.

Variabel Penelitian

1. Variabel Dependent : Pemberian ASI Eksklusif
Definisi Operasional : Pemberian ASI saja sampai usia 6 bulan tanpa makanan tambahan
Alat ukur : Kuesioner
Skala : Nominal
Kriteria : - ASI Eksklusif
- Non ASI Eksklusif
2. Variabel Independent : Kembalinya Menstruasi pada Ibu Menyusui
Definisi Operasional : Ibu menyusui mendapatkan menstruasi kembali setelah melahirkan
Alat ukur : Kuesioner
Skala : Nominal
Kriteria : - Cepat : kurang dari 6 bulan
- Lama : lebih dari 6 bulan

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Ngumpul, Jogoroto, Jombang pada bulan Januari – April 2012.

Analisis data

Analisa data menggunakan bantuan komputer SPSS 16 uji statistik *Chi Square* dengan taraf sig. 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Distribusi Frekuensi Pemberian ASI Eksklusif

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pemberian ASI Eksklusif

No	Kriteria	frekuensi	%
1	ASI Eksklusif	16	40
2	Non ASI Eksklusif	24	60
Jumlah		40	100

Berdasarkan tabel 1.1 diketahui sebagian besar responden (60%) non ASI Eksklusif.

2. Distribusi Frekuensi Kembalinya Menstruasi

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kembalinya Menstruasi pada Ibu Menyusui

No	Kriteria	frekuensi	%
1	Cepat	21	52.5
2	Lama	19	47.5
Jumlah		40	100

Berdasarkan tabel 1.2 diketahui sebagian besar responden (52.5%) kembali menstruasi cepat

3. Hubungan Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kembalinya Menstruasi

Tabel 3. Tabulasi Silang Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kembalinya Menstruasi

No	Pemberian ASI Eksklusif	Kembalinya Menstruasi			
		Cepat		Lama	
		F	%	f	%
1	ASI Eksklusif	4	25	12	75
2	Non ASI Eksklusif	17	70.8	7	29.2
Jumlah		21	52.5	19	47.5

Berdasarkan tabel 1.3 diketahui responden yang memberikan ASI Eksklusif kembalinya menstruasi lama sebanyak 75%, responden yang non ASI Eksklusif kembalinya menstruasi cepat sebanyak 29.2%.

Tabel 4 Uji Chi Square

	Value	Df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	8.087	1	0.004
N of Valid Cases	40		

Hasil uji statistik menggunakan Chi Square didapatkan nilai uji chi square $0.004 < \text{sig}.0.05$ yang berarti ada hubungan pemberian ASI Eksklusif dengan kembalinya menstruasi.

Hasil penelitian menyatakan ada hubungan pemberian ASI Eksklusif dengan kembalinya menstruasi. Hal ini didukung dari data diketahui responden yang memberikan ASI Eksklusif kembalinya menstruasi lama sebanyak 75%, responden yang non ASI Eksklusif kembalinya menstruasi cepat sebanyak 29.2%.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Vallengia, 2012 yang menyebutkan sebuah model baru dari regulasi dinamis amenore laktasi yang mengidentifikasi ketersediaan energi ibu sebagai penentu utama dimulainya kembali ovarium. Wanita yang menyusui bayinya akan mendapatkan menstruasi lebih lama dari pada wanita yang tidak menyusui (Henry, 1961). Hormon prolaktin hipofisis diyakini bertanggung jawab atas efek supresi laktasi pada fekunditas postpartum. Prolaktin dilepaskan sebagai respon terhadap stimulasi puting selama menyusui dan mempromosikan produksi susu oleh kelenjar susu. Penelitian Tyson (1977) menemukan bahwa pola temporal menyusui bisa penting dalam unmasking hubungan antara menyusui dan fungsi ovarium. Pola menyusui tampaknya begitu penting sehingga menjadi dasar untuk menjelaskan kesuburan-amenore laktasi. Regulator utama durasi amenore laktasi semakin intensif menyusui, semakin lama dampak pada kesuburan (McNeilly, 1993; McNeilly, 2001; McNeilly et al, 1994).

Penelitian lain yang sesuai dengan penelitian ini adalah penelitian Afifi, 2008 yang meneliti tentang metode amenorea laktasi (MAL) dan kontrasepsi pada wanita mesir. Menyatakan bahwa wanita dengan anak di bawah 2 tahun, penentu terjadinya amenore (tidak terjadi menstruasi) setelah melahirkan salah satunya karena menyusui secara eksklusif, sehingga ASI eksklusif dikaitkan dengan terjadinya amenore post partum.

Selama menyusui, penghisapan air susu oleh bayi menyebabkan perubahan hormonal dimana terjadi peningkatan hormon prolaktin. Prolaktin bukan hanya menyebabkan meningkatnya produksi ASI, tetapi juga mempengaruhi ovulasi siklus menstruasi. Maka dari itu hampir tidak mungkin bagi seorang wanita akan hamil bila menyusui. Pada kenyataannya prolaktin 90% efektif mencegah terjadinya sekresi hormon yang diperlukan untuk ovulasi yaitu GnRH dan FSH/LH. Bila kadar prolaktin meningkat dalam darah, ovulasi tidak terjadi. Selain itu prolaktin juga mempengaruhi siklus menstruasi (Kurniati, 2009).

Ibu menyusui secara efektif, akan mengalami perubahan hormonal, yang semula estrogen dan progesteron tinggi, setelah melahirkan akan mengalami penurunan, ditambah

lagi dengan adanya isapan bayi yang merangsang puting susu dan kadang payudara mengenai ujung-ujung saraf sensorif yang berfungsi sebagai reseptor mekanik. Rangsangan dilanjutkan ke hipotalamus yang akan menekan pengeluaran faktor-faktor yang menghambat prolaktin dan sebaliknya merangsang faktor-faktor yang mengacu prolaktin, kondisi ini akan mempengaruhi pada kembalinya menstruasi.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian disimpulkan ada hubungan pemberian ASI Eksklusif dengan kembalinya menstruasi pada ibu menyusui di Desa Ngumpul, Jogoroto, Jombang. Bagi tenaga kesehatan khususnya bidan hendaknya memberikan konseling pada ibu melahirkan untuk tetap memberi ASI secara eksklusif karena banyaknya manfaat yang bisa didapatkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifi, Mustafa. 2008. *Lactational Amenorrhoea and Modern Contraceptives Use among Nursing Women in Egypt 2003*.
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3282425/?tool=pmcentrez> (1 Maret 2012).
- Aulia. 2009. *Kupas Tuntas Menstruasi*. Millestone. Yogyakarta.
- Andira, Dita. 2010. *Seluk Beluk Kesehatan Reproduksi Wanita*. A Plus Books. Jogjakarta.
- Budiarto. Eko. 2002. *Untuk Kedokteran dan Kesehatan Masyarakat*. EGC. Jakarta.
- Fairus, Martini. 2011. *Buku Saku Gizi & Kesehatan Reproduksi*. EGC. Jakarta.
- Indiarti, 2010. *Nutrisi Bayi Sejak Dalam Kandungan Sampai Usia 1 Tahun*. Cahaya Ilmu. Jogjakarta.
- Maylani. 2008. *Be Happy Baby*. Afra Publishing. Surakarta.
- Nurchasanah. 2009. *Ensiklopedi Kesehatan Wanita*. Familia. Yogyakarta.
- Roesli, Utami. 2001. *ASI Eksklusif*. Agriwidjo. Jakarta.
- Sarwono. 2002. *Ilmu Kebidanan*. YBPS. Jakarta.
- Valeggia, Claudia and Ellison, Peter T. 2012. *Interactions between metabolic and reproductive functions in the resumption of postpartum fecundity*.
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3305908/?tool=pmcentrez&report>.
Diakses tanggal 1 Maret 2012.

