



Peran Suami dalam Mendukung ASI Eksklusif dan Hubungannya dalam Penurunan Angka Stres pada Ibu Menyusui: Sebuah Tinjauan Literatur

Fauzan Azmi Hasti Habibi Samosir¹, Muhammad Afif Rabbaanee¹, Bertrand Matahari Pustahasakti Siagian¹, Alya Anazwa Sinaga¹, Nashwa Zahra Putri Adlind Pasaribu¹, Bernard Bintang Pustahabima Siagian¹

¹Faculty of Medicine, Universitas Sumatera Utara, Medan, Indonesia, 20155

*Corresponding Author: aminpitoyono093@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history:

Received 18 June 2024

Revised 11 July 2024

Accepted 31 July 2024

Available online 15 August 2024

E-ISSN: 2686-0864

P-ISSN: 2088-8686

How to cite:

Samosir F, Rabbaanee M, Siagian B, Sinaga A, Pasaribu N, Siagian B. Peran Suami dalam Mendukung ASI Eksklusif dan Hubungannya dalam Penurunan Angka Stres pada Ibu Menyusui: sebuah Tinjauan Literatur. SCRIPTA SCORE Sci Med J. 2024 Aug 15;6(1):76-79

ABSTRACT

Background: Exclusive breastfeeding provides many benefits for mothers and babies, including protecting the baby's digestive system and preventing diarrhea and infection. In everyday life, exclusive breastfeeding has an impact on a mother's psychological condition, as a result of which breastfeeding mothers cause stress. Family support, especially the husband, can provide motivation for breastfeeding activities. **Objectives:** To find out the role of husbands in supporting exclusive breastfeeding and its relationship to reducing stress in breastfeeding mothers. **Methods:** This research uses a literature review method with 5 related scientific articles. Husband's support consists of several forms, such as emotional, physical, planning and informational support. **Discussion:** A wife must have all this support so that she can maximize exclusive breastfeeding for her child, although several studies show that support from a man is not the only factor in the absence of breast milk, because there are other factors that can reduce it. Husband's support can provide a wife with a feeling of comfort, love and respect so that children's growth and development becomes optimal, stress is reduced or disappeared and household harmony is maintained. **Conclusion:** Husbands have an important role in supporting the process of exclusive breastfeeding, especially in reducing stress levels in breastfeeding mother.

Keyword: Breastfeeding mother, Exclusive breastfeeding, husband, and Stress

ABSTRAK

Latar Belakang: Semua lipoprotein yang mengandung Apo-B berkontribusi Pemberian ASI eksklusif memberikan banyak manfaat bagi ibu dan bayi, diantaranya melindungi sistem pencernaan bayi dalam mencegah diare dan infeksi. Dalam kehidupan sehari-hari, pemberian ASI eksklusif berdampak pada keadaan psikis seorang ibu akibatnya ibu menyusui yang menyebabkan ibu menjadi stres. Dukungan keluarga terutama suami dapat memberikan motivasi terhadap kegiatan menyusui. **Tujuan:** untuk mengetahui peran suami dalam mendukung ASI eksklusif dan hubungannya terhadap penurunan stres pada ibu menyusui. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode *literature review* dengan 5 artikel ilmiah terkait. Dukungan suami terdiri dari beberapa bentuk, seperti dukungan emosional, fisik, perencanaan, dan informasional. **Diskusi:** Segala dukungan tersebut harus dimiliki oleh seorang istri agar dirinya dapat memaksimalkan pemberian ASI eksklusif kepada anaknya, meskipun beberapa penelitian menunjukkan bahwa dukungan dari seorang pria bukanlah satu-satunya faktor tidak adanya ASI, karena ada faktor lain yang dapat menurunkannya. Dukungan suami dapat memberikan rasa nyaman, dicintai, dan dihargai bagi istri sehingga tumbuh kembang anak menjadi optimal, stres menjadi berkurang ataumenghilang dan terjaganya keharmonisan rumah tangga. **Kesimpulan:** Suami memiliki peran penting dalam mendukung proses pemberian ASI eksklusif terutama dalam menurunkan angka stres pada istri yang menyusui.

Kata Kunci: ASI Eksklusif, Ibu menyusui, Stres, dan Suami



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International.

<https://doi.org/10.32734/scripta.v5i2.16925>

1. Introduction

Air susu ibu (ASI) merupakan makanan alami bayi yang banyak mengandung zat gizi. ASI dikeluarkan melalui payudara ibu dan berfungsi untuk menunjang kehidupan anak sejak lahir hingga dua tahun kehidupannya.^[1] ASI memiliki semua kebaikan zat gizi dan mengandung antibodi yang membantu bayi baru lahir melawan infeksi. Pemberian ASI eksklusif adalah pemberian ASI saja kepada bayi tanpa makanan atau minuman lain, kecuali vitamin, mineral, obat-obatan, dan garam rehidrasi oral yang diberikan selama 6 bulan sejak anak lahir.^[2] Pemberian ASI eksklusif memberikan banyak manfaat bagi ibu dan bayi, termasuk melindungi sistem pencernaan bayi serta mencegah diare dan infeksi. Menyusui melindungi ibu dari risiko kanker payudara dan rahim, serta memastikan efek kontrasepsi alamiah selama 6 bulan selama menyusui secara eksklusif. ASI stadium I disebut kolostrum, di mana kolostrum merupakan cairan yang disekresikan oleh kelenjar susu pada hari pertama hingga hari keempat setelah kelahiran. Komposisi kolostrum berubah menjadi ASI stadium II merupakan ASI peralihan yang keluar setelah kolostrum sebelum menjadi ASI stadium III atau ASI matur. ASI matur merupakan yang dikeluarkan mulai hari kesepuluh hingga seterusnya.^[3]

Persentase pemberian ASI eksklusif di beberapa negara belahan dunia masih cukup rendah, misalnya di Kanada pemberian ASI eksklusif pada usia 6 bulan sebesar 13,8%, sedangkan di Amerika hanya 10%. Sebuah survei terhadap responden di Singapura yang berasal dari tiga kelompok etnis, yaitu Tionghoa, Melayu, dan India, memberikan cakupan cukup rendah yaitu sebesar 21,1%, meskipun memiliki tingkat pemberian ASI yang cukup tinggi pada bulan pertama. Begitu pula dengan data Riskesdas Indonesia tahun 2023 yang masih memiliki angka pemberian ASI eksklusif sebesar 73,97%, masih kurang dari target nasional sebesar 80%.^[4] Banyak alasan yang menjadi faktor ibu memberi ASI eksklusif pada bayinya, penyebab utama adalah kesadaran akan pentingnya ASI, rasa percaya diri ibu yang masih kurang, rendahnya pengetahuan ibu tentang manfaat ASI dan kurangnya dukungan keluarga terutama suami dalam pemberian ASI.^[5] Keseluruhan hal tersebut dapat berdampak pada tingkat stres seorang ibu sehingga proses pemberian ASI eksklusif menjadi bermasalah terutama pada ibu yang baru saja melahirkan.^[6]

Stres pada ibu menyusui dapat muncul akibat kondisi psikologis ibu yang memikirkan kenyamanan tubuh, rasa sakit yang dialami saat persalinan, lamanya masa menyusui, dan menurunnya rasa percaya diri terhadap tubuh.^[5] Dukungan suami sangat diperlukan agar pemberian ASI eksklusif dapat tercapai. Suami memiliki peran penting dalam keberhasilan program ASI eksklusif. Selain itu, dukungan suami akan meningkatkan keharmonisan rumah tangga yang berpengaruh pada penurunan tingkat stres pada ibu menyusui dan mengoptimalkan tumbuh kembang anak di masa emas kehidupannya.^[7] Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran suami dalam mendukung ASI eksklusif dan kaitannya terhadap penurunan stres pada ibu menyusui.

2. Method

Desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *literature review* dengan jenis penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*Library research*). Proses pengumpulan referensi dan jurnal-jurnal penelitian yang mendukung tinjauan pustaka ini menggunakan data sekunder yang diperoleh dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya. *Data base* yang digunakan yaitu *Google Scholar* dan *pubmed*. Artikel yang relevan dicari menggunakan kata kunci “Peran Suami dalam Mendukung ASI Eksklusif” sehingga didapatkan 5 artikel terkait dengan tahun publikasi 2020 hingga 2024.

3. Result and Discussion

Penelitian ini berfokus pada 5 artikel, yaitu, “*The Role of Husband in Supporting Exclusive Breastfeeding among Teenage Moher in Boyolali, Indonesia*”, “*Husband Support during and after Labor in Kupang District*”, “*Mother’s Breastfeeding Experiences od National Support Needs: a Qualitative Study in Iran*”, “*The Influence of Collaborative Model between the Role of Husbands and Healthcare Workers on Mother;s Behaviour in Giving Exclusive Breastfeeding*”, dan “*The Important of Husband Support for Breastfeeding during Pandemic COVID-19*”. Dukungan merupakan upaya yang diberikan kepada orang lain baik moril maupun materil untuk memberikan motivasi orang tersebut dalam melakukan kegiatan. Dukungan juga mampu menyediakan sesuatu untuk dipenuhi kebutuhan orang lain. Dukungan juga bisa diartikan memberi motivasi atau dorongan, dan nasehat kepada orang lain dalam situasi pengambilan keputusan.^[8] Pada penelitian Wedani *et al.*, pada Tahun 2020 menyatakan keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu remaja sangat memerlukan dukungan berkelanjutan dari suaminya, sejak hamil hingga nifas. Kontak fisik antara ayah dan bayi sangat penting untuk meningkatkan interaksi dan membangun rasa percaya diri pada ayah untuk merawat bayinya. Ibu menyusui yang merencanakan masa kehamilan dan menyusui bayinya pasca melahirkan dengan kehadiran suami memiliki risiko depresi dan stres yang lebih rendah dan akan memiliki motivasi terus untuk menyusui bayinya.

Hal Ini adalah sebuah bentuk dukungan emosional suami yang baik untuk meningkatkan praktik pemberian ASI pada istrinya.^[9]

Bakoil dan Tuhana dalam penelitiannya menyatakan Dukungan suami selama masa menyusui seperti informational (informasi tentang kesehatan istri dan anak, makanan bergizi), dukungan emosional (mendorong untuk memberikan ASI eksklusif), dukungan fisik (merawat bayi, membantu proses persalinan istri dan kontrol tumbuh kembang bayi), dukungan perencanaan (merencanakan program keluarga berencana dan masa depan anak) sangat berdampak pada proses pemberian ASI eksklusif pada ibu dan anak. Ibu akan menjadi lebih tenang dan bermotivasi dalam memberikan ASI.^[10] Friedman dalam Putri (2020) menyatakan dukungan informasi pasangan berarti pasangan menyebarkan informasi tentang pentingnya ASI eksklusif. Informasi yang disampaikan dapat mempengaruhi persepsi seorang istri terhadap ASI eksklusif. Minimnya pengetahuan suami menyebabkan kurangnya pengetahuan dan kontribusi suami dalam membantu perempuan dalam menyelenggarakan ASI eksklusif. Hal tersebut disebabkan karena sebagian suami masih menganggap bahwa mengasuh anak bukanlah tanggung jawab suami sebagai kepala keluarga.^[11]

Dukungan emosional juga sangat berperan dalam menurunkan angka stres dan membantu proses kelancaran pemberian ASI eksklusif, Saghoooni et al. dalam penelitiannya menyatakan ada empat kategori kebutuhan emosional seorang istri yang dapat diberi suami sebagai bentuk dukungan emosional dalam proses menyusui, diantaranya kebutuhan akan ketenangan dan kenyamanan, rasa dicintai dan rasa memiliki, rasa menciptakan harapan, motivasi, dan kepercayaan diri, serta rasa empati akan menghilangkan stres dan kekhawatiran ibu sehingga menciptakan dan memelihara ketenangan pada ibu yang menyusui.^[12]

Tingkat pengetahuan dan perilaku suami terhadap proses menyusui juga sangat berdampak pada pemberian ASI. Tingkat pengetahuan suami yang baik terhadap perannya dalam pemberian ASI sangat dirasakan bermakna dibandingkan suami yang memiliki tingkat pengetahuan yang buruk. Hal ini dijelaskan oleh Stang *et al.* bahwa suami yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik paham akan pentingnya pelayanan antenatal, misalnya mencari, menyediakan dan mendiskusikan segala informasi tentang kehamilan, mempersiapkan istri untuk menyusui dan mendukung program ASI eksklusif. Di masa intranatal, suami sudah paham peran mereka, misalnya memberikan dukungan untuk mengurangi kecemasan saat melahirkan, membantu mempersiapkan Inisiasi Dini Menyusui (IMD) seperti topi dan selimut bayi. Selama perawatan pasca melahirkan mereka sudah memahami perannya, misalnya ikut serta dalam merawat bayi seperti: membantu mengganti popok bayi, memandikan, melakukan oksitosin pijat untuk memperlancar ASI, memberi ASI dan mengambil bayi untuk berjemur. Istri merasa nyaman dengan suami yang memiliki tingkat pengetahuan dan perilaku yang baik mengenai program ASI eksklusif.^[13]

Penelitian lainnya yang menyatakan bahwa dukungan suami sangat dibutuhkan dalam menurunkan tingkat stres seorang istri dimasa menyusui dapat dilihat dalam penelitian Natalia et al. di Tahun 2022. Suami mendukung pemberian ASI dalam beberapa faktor, yaitu, suami ingin bayinya mendapat nutrisi yang baik, selalu mendukung dan memenuhi kebutuhan ibu dalam proses menyusui, selalu menganjurkan ibu untuk menyusui susu dengan memperhatikan ibu dari kebiasaan makannya, ingatkan juga ibu untuk menyusui bayinya. Hal Ini didukung yang baik akan membuat istri lebih bertanggung jawab atas bayinya. Sehingga bayinya kebutuhan nutrisi terpenuhi. Tidak hanya dukungan material tetapi dukungan moral juga diperlukan.^[14] Dukungan suami sangat berdampak signifikan dalam penurunan angka stres pada ibu menyusui. Meskipun dalam masa pandemi yang memiliki tingkat stres yang tinggi, ibu yang menyusui dengan dukungan dari suami mereka tentang ASI eksklusif akan memiliki tingkat stres yang rendah.^[15]

4. Conclusion

Peran suami memiliki hubungan baik dalam menurunkan angka stres pada ibu menyusui terutama dimasa pemberian ASI eksklusif di mana ibu mendapatkan rasa nyaman, dicintai, dan dihargai dari suami sehingga tumbuh kembang anak dapat optimal dan keharmonisan rumah tangga dapat terjaga.

References

- [1] [Kemenkes. Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2019. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2019.
- [2] Issa, A. T., Tahergorabi, R. Milk Bacteria and Gastrointestinal Tract: Microbial Composition of Milk. *Journal of Dietary Interventions in Gastrointestinal diseases*. 2019; 22(1): 265-275. doi:10.1016/B978-0-12-814468-8.00022-3
- [3] Ulfa, Z. D., & Setyaningsih, Y. Tingkat Stres Ibu Menyusui dan Pemberian Asi pada Bulan Pertama.

- Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan IPTEK. 2020; 16(1): 15– 28. DOI: <https://doi.org/10.33658/jl.v16i1.145>
- [4] Badan Pusat Statistik. Persentase Bayi Usia Kurang dari 6 Bulan yang Mendapatkan ASI Eksklusif. Jakarta: Badan Pusat Statistik; 2023 [cited 2024 Feb 10]. Available from: <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTM0MCMMy/persentase-bayi-usia-kurang-dari-6-bulan-yang-mendapatkan-asi-eksklusif-menurut-provinsi--persen-.html>
- [5] Hubungan pengetahuan ibu hamil tentang imunisasi tetanus toksoid dengan partisipasi ibu hamil dalam melakukan imunisasi tetanus toksoid di Puskesmas Gondang Kabupaten Sragen. Naskah Publikasi. Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2016. (online). URL: <v.eprint.ums.ac.id/archive/etdetd/44860>, Diakses tanggal 25 Januari 2024,
- [6] Safitri, A., & Puspitasari, D. A. Upaya Peningkatan Pemberian Asi Eksklusif Dan Kebijakannya Di Indonesia. Penelitian Gizi Dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research). 2019; 41(1): 13–20. doi:10.22435/pgm.v41i1.1856
- [7] Bugis SH, Isa WML, Kasim J. 2022. Literatur Review: Pengaruh Tingkat Stres pada Ibu Post Partum dengan Kelancaran ASI. Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan. 2022; 2(1): 124-131. doi: <https://doi.org/10.35892/jimpk.v2i1.738>
- [8] Milenia NCN, Adriansyah AA, Ibad M, & Herdiani N. Relationship of husband Support with Breastfeeding Behaviour. Journal UNUSA. 2022; 9 (1): 1-10. doi:<https://doi.org/10.33086/mtphj.v6i1.3230>
- [9] Beggs B, Koshy L, Neiterman E. Women’s Perceptions and Experiences of Breastfeeding: a scoping review of the literature. BMC Public Health. 2021; 21(1): 2169-2175. doi:<https://doi.org/10.1186/s12889-021-12216-3>
- [10] Werdani KE, Wijayanti AC, Sari LE, Puspasari AY. The Role of Husband in Supporting Exclusive Breastfeeding among Teenage Mothers in Boyolali, Indonesia. Enfermeria Clinica. 2021; 31(1): 239-242. doi:10.1016/j.enfcli.2020.12.030
- [11] Bakoil MB, Tuhana VE. Husband Support During And After Labor in Kupang District. Internastional Journal of Nursing and Midwifery Science. 2021; 5(2): 88-101. doi: <https://doi.org/10.29082/IJNMS/2021/Vol5/Iss2/336>
- [12] Putri WA. Gambaran Dukungan Keluarga dalam Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu yang Memiliki Bayi 6-24 Bulan di Desa Karangasem Paliyan Gunung Kidul. Karya Tulis Ilmiah. Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Yogyakarta. 2020.
- [13] Saghooni NM, Karshki H, Esmaily H, Feroz FZ, Najmabadi KM. Mothers’ Breastfeeding Experiences of Emotional Support Needs: A Qualitative Study in Iran. Journal of Caring Science. 2021; 10(3): 169-176. doi: 10.34172/jcs.2021.023
- [14] Stang S, Abdullah T, Marwang S. The Influence of Collaborative Model between the Role of Husbands and Healthcare Workers on Mother’s Behavior in Giving Exclusive Breastfeeding. Macedonian Journal of Medical Sciences. 2021; 9(1): 794-797. doi: <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.6603>
- [15] Natalia MS, Yuliana W, Nulhakim, B. The Importance of Husband Support for Breastfeeding during Pandemic COVID-19. Bali Medical Journal. 2022; 11(3): 1354-1356. doi: <https://doi.org/10.15562/bmj.v11i3.3556>
- [16] Hidayati AN, Makrifah S, Chaliza SN, Nurdiantami Y. Pengaruh Dukungan Suami terhadap Istri dalam Pemberian ASI Eksklusif di Indonesia: A Systematic Review. Jurnal Kesehatan Tambusai. 2021; 2 (3): 112-120. doi: <https://doi.org/10.31004/jkt.v2i3.2019>