

## **EFEKTIVITAS GENTLE BIRTH TERHADAP PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF**

Maria Ulfah Kurnia Dewi  
Akademi Kebidanan Paguwarmas Maos Cilacap  
Jl. Raya Maos No.505 B Maos Cilacap  
Email: miu\_kd@yahoo.com

**ABSTRACT:** *Human forming in the womb begins from infant accompanied by the right first feeding with optimum quality and quantity. The first step to realize the generation that healthy, smart, and have a good personality is by giving exclusive breastfeeding. Breastfeeding is an ideal source of nutrition with a balanced composition suitable to the needs of the baby during growth. Gentlebirth method of delivery is a quiet, gentle, polite, and take advantage of all the natural elements in the body of a human. Gentlebirth among other implemented by using Hypno-Breastfeeding and Early Initiation of Breastfeeding. Mothers who carry gentlebirth with Hypno-Breastfeeding exercises regularly and Early Initiation of Breastfeeding during labor can produce more breastmilk fluently. The purpose of this study is to determine the effectiveness of gentlebirth to exclusive breastfeeding. Analytic type is survey research with cross sectional approach. Sampling was done by purposive sampling. The sample in this study amounted to 25 people. Statistical techniques using cross tabulation and to determine the relationship variables were tested using the Contingency Coefficient. The results showed  $p$  value  $< \alpha$  (0.05). Conclusions gentlebirth by method Hypno-Breastfeeding and Early Initiation of Breastfeeding effective towards exclusive breastfeeding.*

**Keywords :** *exclusive breastfeeding, gentlebirth*

**ABSTRAK: EFEKTIVITAS GENTLE BIRTH TERHADAP PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF.** Pembentukan manusia dimulai sejak bayi dalam kandungan disertai dengan pemberian makanan pertama yang benar dengan kualitas dan kuantitas optimal. Langkah awal untuk mewujudkan generasi yang sehat, cerdas, dan berkepribadian baik adalah melalui pemberian Asi Eksklusif. Asi merupakan sumber gizi yang sangat ideal dengan komposisi yang seimbang karena disesuaikan dengan kebutuhan bayi pada masa pertumbuhannya. *Gentlebirth* adalah metode persalinan yang tenang, lembut, santun, dan memanfaatkan semua unsur alami dalam tubuh seorang manusia. *Gentlebirth* antarlain dilaksanakan dengan menggunakan metode *Hypno-Breastfeeding* dan Inisiasi Menyusu Dini (IMD). Ibu yang melaksanakan *gentlebirth* dengan latihan *Hypno-Breastfeeding* secara rutin dan IMD pada saat persalinan dapat memproduksi Asi lebih lancar. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui efektivitas *gentlebirth* terhadap pemberian Asi Eksklusif di BPM Sayidah Kec. Kaliwungu Kab. Kendal. Jenis penelitian survey analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel dilakukan secara *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 25 orang. Teknik statistik menggunakan tabulasi silang dan untuk mengetahui hubungan variabel yang diuji menggunakan Koefisiensi Kontingensi. Hasil penelitian menunjukkan  $p$  value  $< \alpha$  (0,05). *Gentlebirth* dengan metode *Hypno-Breastfeeding* dan IMD efektif terhadap pemberian Asi Eksklusif.

**Kata kunci :** *Gentlebirth, Asi eksklusif*

## PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (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. ASI adalah hadiah yang sangat berharga yang dapat diberikan kepada bayi, dalam keadaan miskin mungkin merupakan hadiah satu-satunya, dalam keadaan sakit mungkin merupakan hadiah yang menyelamatkan jiwanya (UNICEF). Oleh sebab itu pemberian ASI perlu diberikan secara eksklusif sampai umur 6 (enam) bulan dan tetap mempertahankan pemberian ASI dilanjutkan bersama makanan pendamping sampai usia 2 (dua) tahun.

Kebijakan nasional untuk memberikan ASI eksklusif selama 6 (enam) bulan telah ditetapkan dalam SK Menteri Kesehatan No. 450/Menkes/SK/IV/2004. ASI eksklusif adalah Air Susu Ibu yang diberikan kepada bayi sampai bayi berusia 6 bulan tanpa diberikan makanan dan minuman, kecuali obat dan vitamin. Bayi yang mendapat ASI eksklusif adalah bayi yang hanya mendapat ASI saja sejak lahir sampai usia 6 bulan di satu wilayah kerja pada kurun waktu tertentu. Pemberian ASI eksklusif bukan hanya isu nasional namun juga merupakan isu global. Berdasarkan data yang diperoleh dari profil kesehatan kabupaten/kota tahun 2012 menunjukkan cakupan pemberian ASI eksklusif Provinsi Jawa Tengah hanya sekitar 25,6%, menurun dibandingkan tahun 2011 (45,18%).

*Gentlebirth* adalah metode persalinan yang tenang, lembut, santun, dan memanfaatkan semua unsur alami dalam tubuh seorang manusia. *Gentlebirth* antarlain dilaksanakan dengan menggunakan metode *Hypno-Breastfeeding* dan Inisiasi Menyusu Dini (IMD). Ibu yang melaksanakan *gentlebirth* dengan latihan relaksasi *Hypno-Breastfeeding* secara rutin dan IMD pada saat persalinan dapat memproduksi ASI lebih lancar.

BPM Sayidah Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal memberikan pelayanan *Gentlebirth* dengan metode relaksasi *hypnobirthing* dan Inisiasi Menyusu Dini (IMD). Hasil survey pendahuluan yang dilaksanakan oleh peneliti

dengan wawancara kepada Bidan Sayidah adalah mayoritas ibu dapat menyusui bayinya secara eksklusif setelah melaksanakan *gentlebirth* dengan metode relaksasi *Hypno-Breastfeeding* dan IMD. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektivitas *gentlebirth* terhadap pemberian Asi Eksklusif di BPM Sayidah Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini adalah survey analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Lokasi penelitian ini dilaksanakan di BPM Sayidah Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu menyusui yang memiliki bayi > 6 bulan yang mendapatkan pelayanan di BPM Sayidah Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan berbagai pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2006). Besar sampel penelitian ini yaitu 25 orang dengan kriteria sampel : ibu menyusui yang sehat fisik dan mental, ibu menyusui yang memiliki bayi sehat tanpa kelainan bawaan, ibu menyusui yang tinggal bersama bayinya. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variable bebas (variabel *independent*) yaitu *gentlebirth* dan variable terikat (variable *dependent*) yaitu pemberian Asi eksklusif.

Alat ukur yang digunakan adalah lembar isian tentang pelaksanaan *gentlebirth* dengan metode *hypno-breastfeeding* dan IMD dan pemberian ASI. Cara pengumpulan data dilakukan dengan pengambilan data melalui catatan medis ibu menyusui yang melahirkan pada BPM Sayidah. Pada tahap akhir dilakukan analisis data untuk mengetahui efektivitas *gentlebirth* terhadap pemberian Asi Eksklusif. Analisis Bivariat dilakukan dengan pengujian statistik yaitu dengan uji Koefisien Kontingensi (*Contingensi Coefficient*). Pengambilan keputusan  $H_0$  diterima atau ditolak dengan melihat taraf signifikansi. Pada penelitian ini menggunakan taraf signifikansi 5% ( $\alpha = 0,05$ ) dengan kriteria pengujian ditetapkan  $H_0$  ditolak apabila  $p\ value \leq 0,05$ .

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAAN

Penelitian dilaksanakan di BPM Sayidah yang memberikan pelayanan bidang Kesehatan Ibu dan Anak (KIA), KB dan memberikan pelayanan dengan metode *Gentlebirth*. Hasil analisis univariat, pelaksanaan *gentlebirth* menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah ibu menyusui yang melaksanakan *gentlebirth* sejumlah 20 orang (80%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki minat yang tinggi terhadap pelayanan *gentlebirth* yang mempunyai konsep persalinan minim trauma dan memberikan hak-hak bayi.

Hasil penelitian pemberian Asi eksklusif menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah ibu menyusui yang berhasil memberikan Asi Eksklusif pada bayinya sejumlah 21 orang (84%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki motivasi yang tinggi dalam upaya memberikan Asi saja sebagai makanan terbaik pada bayi usia 0-6 bulan.

Hasil analisis bivariat ditunjukkan pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. *Cross tab* antara pelaksanaan *gentlebirth* dengan pemberian ASI Eksklusif

<i>Gentlebirth</i>	Pemberian Asi				Total	
	Tidak Eksklusif		Eksklusif		f	%
	f	%	f	%		
Tidak melaksanakan <i>gentlebirth</i>	4	16	1	4	5	20
Melaksanakan <i>gentlebirth</i>	0	0	20	80	20	80
Total	4	16	21	84	25	100
( $\alpha$ 0,05)	<i>p value</i> 0,000				C 0,658	

Hasil uji statistik menggunakan *coefficient contingensi* menunjukkan nilai 0,658 dan *p value* 0,000 ( $\alpha=0,05$ ). Hal ini berarti  $H_0$  ditolak, yang berarti *gentlebirth* dengan metode *hypno-breastfeeding* dan IMD efektif terhadap pemberian ASI Eksklusif pada BPM Sayidah Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal.

Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa pengertian *hypno-breastfeeding* adalah upaya alami menggunakan energi bawah sadar agar proses

menyusui berjalan dengan nyaman lancar, dan ibu dapat menghasilkan asi yang mencukupi untuk kebutuhan tumbuh-kembang bayi serta Inisiasi Menyusui Dini akan sangat membantu dalam rangka kelangsungan *pemberian ASI eksklusif* dan juga lamanya pemberian ASI dari sang ibu kepada bayinya nantinya. Dengan demikian bayi akan terpenuhi akan hal terkait dengan kebutuhan akan zat gizi dan nutrisinya minimal sampai dengan anak nantinya berumur 2 tahun.

Palmer L, *et al* (2010) menyatakan bahwa merawat ibu menyusui memerlukan perspektif ilmu peduli untuk membantu ibu memperkuat kepercayaan diri untuk mampu menyusui bayi baru lahir. Dalam penelitian ini disarankan pergeseran paradigma dari bahwa menyusui hanya sebagai cara pemberian makanan untuk bayi menjadi menyusui adalah sebagai cara untuk menjalin ikatan kasih sayang antara ibu dan bayi. Hal ini dikarenakan kepercayaan diri ibu menyusui merupakan proses afirmasi positif yang digunakan dalam *gentlebirth* dengan metode *hypno-breastfeeding* juga akan mendukung produksi ASI dengan baik.

Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan White AL, *et al* (2012) menyatakan dalam penelitiannya bahwa pada populasi dimana terdapat budaya kuat keinginan ibu untuk memberikan ASI kepada bayinya dan disertai praktek menyusui yang kuat terdapat tingginya angka waktu menyusui yang lama meskipun angka kontak *skin to skin* masih rendah. Hasil penelitian tersebut tidak sepenuhnya memiliki kesesuaian dengan konsep *gentlebirth* yaitu afirmasi positif mendukung pemberian Asi sedangkan tidak dengan pelaksanaan kontak dini *skin to skin* dengan bayi atau IMD.

Awi DD and Alikor EA (2006) menulis bahwa 34% ibu yang melahirkan per vaginam memberikan ASInya lebih dini dibandingkan ibu yang melahirkan dengan *Sectio Caesaria*. Penundaan dalam memperbaiki luka episiotomi dan lama persalinan kurang dari 12 jam mendukung pemberian ASI secara dini. Selain itu kontak dini antara ibu dan bayi dan kehadiran pendamping persalinan lebih dari satu orang juga memberikan pengaruh positif pada pemberian ASI secara dini. Kontak dini antara ibu dan bayi baru lahir dengan pendamping

persalinan yang mendukung menyusui merupakan prediksi paling tinggi dalam pemberian ASI secara dini.

Peran tenaga kesehatan dalam membantu ibu baru dalam menyusui sangat berpengaruh dalam pemberian ASI dan merekomendasikan hak bayi untuk menyusui pada ibunya. Penelitian tersebut menyatakan bahwa selain pelaksanaan afirmasi positif dalam menyusui (*hypnobreast-feeding*) dan pelaksanaan kontak dini *skin to skin* dengan bayi atau IMD mendukung dalam pemberian ASI, dinyatakan bahwa penundaan dalam memperbaiki luka episiotomi dan lama persalinan kurang dari 12 jam, pendamping persalinan lebih dari satu orang, tenaga kesehatan dalam membantu ibu baru dalam menyusui juga memberikan pengaruh yang sama. Semua hal tersebut dilaksanakan dalam rangka memberikan hak pada bayi untuk menerima ASI secara eksklusif.

## KESIMPULAN

Ibu menyusui sejumlah 20 orang pada BPM Sayidah Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal yang melaksanakan *gentlebirth* dengan metode *hypno-breastfeeding* dan IMD pada saat persalinan seluruhnya memberikan ASI Eksklusif (100%). Ibu menyusui sejumlah 5 orang yang tidak melaksanakan *gentlebirth* dengan metode *hypno-breastfeeding* dan IMD pada saat persalinan sebanyak 4 ibu menyusui (80%) gagal memberikan ASI Eksklusif. *Gentlebirth* dengan metode *hypnobirthing* dan IMD efektif terhadap pemberian ASI Eksklusif pada BPM Sayidah Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S.2006. *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Awi, DD and Alikor, EA. 2006. *Barriers to timely initiation of breastfeeding among mothers of healthy full-terms babies who deliver at University of Port Harcourt Teaching Hospital*. Nigerian journal of clinical practice 2006 Jun; Vol 9 (1), pp.57-64. Diakses tanggal 15 Desember 2013.
- Effendi, N. 1998. *Dasar-Dasar Keperawatan Kesehatan Masyarakat*. EGC. Jakarta.
- Notoadmodjo, S. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta.

- Oswari, E. 2004. *Perawatan Ibu Hamil dan Bayi*. Kresna Prima Persada. Jakarta.
- Palmer, *et al.* 2010. *Breastfeeding: An Existential Challenge-Women's Lived Experiences of Initiating Breastfeeding Within The Context of Early Home Discharge in Sweden*. International journal of qualitative studies on health and well being 2010. Vol.5. Date of electronic publication 2010 Oct 22. Diakses tanggal 15 Desember 2013.
- Perinasia. 1994. *Melindungi, Meningkatkan, dan Mendukung Menyusui*. WHO, UNICEF. Binarupa Aksara. Jakarta.
- White, AL. 2012. *High Initiation and Long Duration of Breastfeeding Despite Absence of Early Skin to Skin Contact in Karen Refugees on Thai-Myanmar Border : a Mix Methods Study*. International Breastfeeding jurnal 2012 Dec 13; Vol 7 (1), pp.19. Date of electronic publication: 2012 Dec 13. Diakses tanggal 15 Desember 2013.
- Riordan, J dan Auerbach, KG.1999. *Breastfeeding and Human Lactation*. Jones and Bartlett Publisher. London.
- Roesli,U. 2000. *Mengenal Asi Eksklusif*. Trubus Agriwidya. Jakarta.
- Saryono. 2008. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Mitra Cendekia. Yogyakarta.
- Soegiyono. 2006. *Statistika untuk Penelitian*. Cetakan ke-9. Bandung. CV Alfabeta.
- Soetjiningsih.1997. *ASI. Petunjuk untuk Tenaga Kesehatan*. EGC. Jakarta.