

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Air Susu Ibu (ASI) merupakan suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam-garam anorganik yang disekresi oleh kelenjar mammae ibu, yang berguna sebagai makanan bayi bayinya (WHO, 2004). Menurut DEPKES RI (2014) ASI eksklusif adalah pemberian ASI tanpa makanan dan minuman tambahan lain pada bayi berumur nol sampai enam bulan, termasuk air putih tidak diperbolehkan.

Menyusui merupakan hal yang penting bagi ibu setelah melahirkan bayinya karena memiliki banyak manfaat. Manfaat tersebut tidak hanya dirasakan oleh ibu tetapi juga bayinya. Manfaat menyusui bagi ibu antara lain menimbulkan ketenangan dan kenyamanan ketika ibu menyusui bayinya, adanya perasaan ikatan yang unik antara ibu dan bayi, meningkatkan pencapaian peran sebagai seorang ibu, dan mengurangi risiko terjadinya kanker rahim serta kanker payudara (Holmbeng, 2014). Menyusui dilakukan selama bayi mau, rata-rata sampai 15 sampai 30 menit pada beberapa minggu pertama (Fredregill, 2010). Pada saat menyusui ibu biasanya harus duduk minimal 20 menit, karena rentang waktu cukup untuk bayi dan ibu terpaksa untuk memposisikan diri dan bayi secara tepat agar proses menyusui dapat berjalan lancar. Ibu akan dalam posisi tersebut berkali-kali setiap harinya sampai enam bulan atau

lebih, kondisi tersebut akan menimbulkan sensasi ketidaknyamanan bagi ibu (Fahma, 2010).

Proses menyusui adalah suatu rangkaian pemberian ASI dari payudara ibu kepada bayinya. Proses menyusui yang benar dapat memberikan kepuasan kepada ibu dan bayinya sehingga menyusui menjadi efektif. Tanda-tanda menyusui efektif apabila ibu dapat berkomunikasi efektif dengan bayi dan menyusui dengan cara yang benar, sedangkan pada bayi ditandai dengan kemampuan menghisap dan menelan secara teratur dan terus menerus, merasa puas dan kenyang setelah menyusui dan terjadi peningkatan berat badan dan pola eliminasi sesuai usia (NANDA, 2010).

Kenyamanan adalah unsur perasaan manusia yang muncul sebagai akibat minimalnya atau tidak adanya gangguan pada sensasi tubuh. Kenyamanan sangat ditentukan oleh adanya keseimbangan antar faktor dalam diri manusia dengan faktor lingkungan yang mempengaruhinya. Kondisi yang nyaman, membuat manusia merasa sehat, betah melakukan aktivitas, dan mampu berprestasi (Rusdjijan, 2008). Namun yang kemudian menjadi masalah adalah munculnya ketidaknyamanan.

Secara umum ketidaknyamanan digunakan dalam ilmu ergonomis untuk menunjukkan satu masalah fisik antara pekerja dengan pekerjaan (Karwowski dan Marras, 2009). Menurut Stanton (2008), adanya sensasi ketidaknyamanan merupakan tanda peringatan dari tubuh bahwa ada beberapa faktor dari pekerjaan yang harus diubah. Banyak cedera muskuloskeletal yang berawal dari ketidaknyamanan. Jika dibiarkan, maka

ketidaknyamanan ini akan menjadi faktor risiko untuk memunculkan atau meningkatkan keparahan gejala, dan dari ketidaknyamanan ini akan berkembang menjadi sakit atau *Muskuloskeletal Disorders* (MSDs).

Pada ibu menyusui ketidaknyamanan posisi pada saat menyusui diperkirakan disebabkan karena prinsip ergonomis belum diterapkan dalam kegiatan menyusui yang dilakukan oleh ibu menyusui pada umumnya, padahal kegiatan menyusui merupakan kegiatan sehari-hari bagi ibu yang baru melahirkan. Masalah yang muncul adalah ketidaknyamanan ibu selama proses menyusui berlangsung, akibat dari posisi menyusui ibu bertahan selama 20-30 menit berkali-kali setiap hari. Hal ini diperkuat dengan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Januari 2013 terhadap 10 ibu menyusui di Kelurahan Pisangan.

Ibu yang menyusui harus berada pada posisi yang tepat dan dalam kondisi nyaman karena hal ini akan mempengaruhi proses menyusui Roesli (2009). Hal ini diperkuat dengan pernyataan Sudarmiasi (2012) bahwa akan menjadi kendala tersendiri bagi ibu jika selama proses menyusui, kursi yang ditempati tidak sesuai dengan kondisi fisiologi tubuh sang ibu. Sikap tubuh saat menyusui yang tidak fisiologis akan menyebabkan timbulnya keluhan bagi ibu menyusui. Keluhan yang muncul antara lain cepat lelah, keluhan sakit atau nyeri pada otot tertentu, dan kondisi kurang merasa nyaman pada sikap tubuh saat menyusui. Ibu yang bekerja dan menyusui sepulang kerja akan mempengaruhi motivasinya dalam memberikan ASI eksklusif dalam enam bulan pertama sejak kelahiran bayi. Munculnya keluhan pada ibu menyusui biasanya

sakit pada bagian otot tertentu pada tubuh setelah menyusui, seperti keluhan otot leher, pinggang, dan betis. Salah satu penyebab keluhan ibu adalah posisi/sikap dalam menyusui yang tidak alamiyah (karena tempat menyusui tidak sesuai dengan antropometri), sehingga munculnya kelelahan ini juga akan menurunkan motivasi sang ibu untuk memberikan ASI eksklusifnya.

Pemerintah sudah mengeluarkan kebijakan UU No. 36/2009 yang menyatakan bahwa Pemerintah Daerah dan masyarakat harus menyediakan fasilitas khusus untuk ibu menyusui pada sarana umum (seperti bandara, stasiun, terminal, tempat kerja). Di negara maju, pada kendaraan bus umum sudah disediakan tempat untuk ibu menyusui. Ruang khusus untuk ibu menyusui tersebut biasanya juga diberikan tempat duduk untuk sang ibu menyusui bayinya. Akan tetapi jika tempat duduk ini tidak sesuai dengan antropometri sang ibu, maka akan timbul keluhan cepat lelah, sakit pada otot tertentu, dan ketidak nyamanan dalam pemakaian. Fasilitas kerja yang tidak ergonomis akan menyebabkan keluhan subjektif seperti keluhan pada sistem otot skeletal (Yusuf & Santiana, 2014). Mengatasi cepat lelah karena sikap dan posisi kerja yang tidak fisiologis dapat dilakukan dengan cara meyesuaikan antropometri manusia tersebut dengan bidang kerja pada saat mendesain tempat.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada ibu menyusui yang dilaksanakan di kelurahan Pisangan Ciputat Timur pada bulan Juli 2013 dengan cara mengobservasi MSDs, kelelahan, dan kenyamanan Maulidi (2010). Hasil studi pendahuluan mengenai MSDs, diketahui 10

responden yang mengeluhkan MSDs sebanyak 90% (9 orang). Perincian keluhan berdasarkan area tubuh sebagai berikut: pada bagian leher sebesar 40%, bagian bahu sebesar 70%, bagian lengan atas dan bawah sebesar 70%, bagian pergelangan tangan sebesar 70%, bagian tangan sebesar 30%, bagian punggung sebesar 70%, bagian pinggang sebesar 50%, bagian bokong sebesar 40%, bagian pantat sebesar 70%, bagian paha sebesar 20%, bagian lutut sebesar 40%, bagian betis sebesar 40%, pergelangan kaki sebesar 40%, bagian kaki sebesar 70%.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan mengenai kelelahan adalah sebagai berikut: pada 10 orang menyusui dibawah 6 bulan diketahui rata-rata ibu menyusui mengalami kelelahan ringan 80% dan kelelahan menengah 20%. Artinya, dari 10 orang yang diwawancarai diketahui seluruh ibu menyusui mengalami kelelahan dalam menyusui.

Hasil studi pendahuluan mengenai ketidaknyamanan menunjukkan bahwa ada dua macam sikap duduk ibu saat menyusui, yaitu duduk diatas kursi sofa (23%) dan duduk tanpa menggunakan kursi yaitu duduk diatas lantai dengan dan/atau tanpa alas duduk (75%). Berdasarkan hasil observasi ditemukan bahwa postur tubu ibu saat menyusui dengan duduk tersebut tidak berbeda pada postur duduk yang baik., yaitu ibu agak membungkuk, pandangan ibu mengarah ke bayi sehingga ibu menekukkan kepala dan membengkokkan leher, lengan atas dan lengan bawah ibu menyangga beban bayi yang rata-rata lebih dari 4,5 kg sehingga hal ini menyebabkan juga bahu ibu tidak relaks. Ibu yang duduk dengan menggunakan kursi saat menyusui, tidak menggunakan sandaran punggung,

tinggi sandaran, dan sandaran tangan yang ada. Berdasarkan kuesioner *Body Part Discomfort Scale*, dari 80% ibu yang menyusui dengan duduk 75% ibu mengalami ketidaknyamanan pada beberapa bagian tubuh, yaitu leher (23%), punggung bagian atas (23%), punggung bagian bawah (17%), lengan bawah (12%), pergelangan tangan (10%), bahu (10%), dan pinggul (5%).

Kursi yang digunakan ibu saat menyusui ini saat diukur ternyata ada beberapa dimensi kursi yang kurang sesuai dengan keantropometri ibu. Dimensi kursi yang kurang sesuai ini adalah kedalaman alas kursi dan tinggi sandaran kursi. Untuk kedalaman alas kursi yang ukurannya 56cm ternyata ukuran antropometri tubuh ibu untuk dimensi kedalaman alas kursi ini sebesar 46,7 cm. Bila dilihat dari ukuran itu ada perbedaan 9-10 cm, sehingga ibu berpeluang tidak menggunakan sandaran kursi tersebut untuk posisi yang relaks dan akan memposisikan punggung agak membungkuk kedepan dan bagian lengan atas kursi akan menekan daerah tepat dibelakang lutut, hal ini dapat menghambat aliran darah ke kaki dan menimbulkan ketidaknyamanan.

Berdasarkan studi pendahuluan diatas, maka saya bermaksud melakukan “Inovasi *Chair Breastfeeding* Dalam Meningkatkan Kenyamanan Proses Menyusui di Desa Kalikesur Kecamatan Kedungteng Kabupaten Banyumas”.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang di atas dapat dirumuskan masalah yaitu “Bagaimana inovasi *Chair Breastfeeding* dalam meningkatkan kenyamanan proses menyusui?”

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui inovasi *Chair Breastfeeding* dalam meningkatkan kenyamanan proses menyusui di Desa Kalikesur Kecamatan Kedungbanteng Kabupaten Banyumas.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik ibu menyusui
- b. Untuk mengetahui kenyamanan dalam proses menyusui di Desa Kalikesur Kecamatan Kedungbanteng Kabupaten Banyumas
- c. Untuk mengetahui inovasi chair breastfeeding dalam meningkatkan kenyamanan proses menyusui di Desa Kalikesur Kecamatan Kedungbanteng Kabupaten Banyumas
- d. Untuk mengetahui kenyamanan proses menyusui dengan uji coba inovasi chair breastfeeding di Desa kalikesur Kecamatan Kedungbanteng kabupaten Banyumas

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti lain untuk melakukan inovasi *Chair Breastfeeding* ergonomis bagi ibu menyusui.

2. Bagi Ibu Menyusui

Hasil penelitian ini berupa produk *Chair Breastfeeding* ergonomis yang dapat menjadi salah satu solusi ibu menyusui dalam menyelesaikan salah satu risiko kesehatan seperti MSDs.

3. Bagi Institusi Terkait

Memberikan informasi tentang lingkup penerapan ilmu ergonomis di masyarakat umum (ibu menyusui)

E. PENELITIAN TERKAIT

1. Sri Lisdiana (2013), Judul penelitian Pengaruh Penggunaan Kursi Ergonomis Terhadap Kenyamanan Posisi Duduk Pada Ibu Menyusui Bayi Usia Sampai Enam Bulan Di Kelurahan Pisangan Kecamatan Ciputat Timur Kota Tangerang Selatan Tahun 2013. Kecenderungan posisi duduk ibu saat menyusui adalah tanpa sandaran, leher dan punggung membungkuk dengan membentuk posisi yang sama statis dan monoton. Hal ini tidak dibenarkan karena dapat menimbulkan ketidaknyamanan saat menyusui. Metode penelitian ini yaitu eksperimen dengan rancangan *pretest-posttest control group design* dengan jumlah sampel 34 orang yang dibagi menjadi kelompok

ekperimen dan kelompok kontrol, masing-masing sebanyak 17 responden. Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menyatakan bahwa pada *P-Value* 0,015 diketahui terdapat perbedaan rata-rata secara signifikan skor ketidaknyamanan antara sebelum dan setelah pada kelompok eksperimen. Sedangkan pada uji yang sama dengan *P-Value* 0,977 menunjukkan tidak terdapat perbedaan signifikan skor ketidaknyamanan antara sebelum dan setelah pada kelompok kontrol. Perbedaan penelitian Sri Lisdiana terletak pada keefektifan kursi ergonomis, sedangkan penelitian ini terletak pada pengembangan model terbaru *Chair Breastfeeding*. Persamaan penelitian ini terletak pada meningkatkan kenyamanan proses menyusui.

2. Muhammad Iqbal (2013), Judul penelitian Pengembangan Model Kursi Menyusui Yang Ergonomis Berdasarkan Ukuran Antropometri (Uji Coba di Kelurahan Pisangan Ciputat Timur) Tahun 2013. Sebagian besar kursi dipasaran tidak menerapkan prinsip ergonomis. Hal tersebut dikarenakan kursi-kursi dipasaran tidak melakukan pengukuran terhadap ukuran tubuh para konsumennya, sehingga banyak orang mengalami pegal-pegal pada leher, punggung, pinggang, dan tangan akibat terlalu lama duduk di kursi yang tidak nyaman. Penelitian ini merupakan penelitian laboratorium dengan melakukan langkah-langkah rancang bangun yang dilakukan pada bulan Juli sampai Februari 2013. Jumlah sampel 15 responden dilakukan perbandingan antara data nasional dengan data kelurahan pisangan. Hasil uji coba tersebut, bahwa ukuran untuk dimensi rancangan kursi ini adalah lebar

sandaran 53cm, panjang tanan 43cm, tinggi sandaran 90cm, sandaran tangan 19cm, lebar alas kursi 49cm, panjang kedalaman kursi 30cm, tinggi alas kursi 38cm, sudut kursi >100 derajat, ketebalan bantal 4cm. Perbedaan penelitian ini terletak pada penelitian laboratorium, jumlah responden 15 orang, penelitian dilakukan di Kelurahan Pisangan Ciputat Timur, bentuk kursi menyusui yang berbeda, sedangkan penelitian ini menggunakan metode *research and development* (R&D), jumlah responden 6 orang, penelitian ini dilakukan di Desa Kalikesur Kecamatan Kedungbanteng Kabupaten Banyumas. Persamaan penelitian ini mengembangkan dan menginovasi kursi menyusui menjadi lebih ergonomis.

3. Made anom santiana (2017), judul penelitian Desain kursi Ibu Menyusui Menurunkan Keluhan Otot Dan Meningkatkan Motivasi Pemberian ASI Eksklusif. Pemberian ASI eksklusif merupakan tanggung jawab ibu setelah melahirkan. Suatu kendala tersendiri bagi sang ibu jika selama proses menyusui jika tempat tidak sesuai dengan kondisi fisiologi tubuh. Keluhan yang muncul antara lain cepat lelah, sakit atau nyeri pada otot tertentu, dan kondisi kurang nyaman pada tubuh saat menyusui. Penelitian ini dilakukan menggunakan metode eksperimen dengan rancangan group within treatment (sama subyek). Tempat penelitian di Klinik Bersalin “CB” Kabupaten Badung, Bali. Jumlah sampel 12 ibu menyusui. . Keluhan otot skeletal ibu menyusui diprediksi dengan kuesioner *Nordic Body Map*, dan motivasi pemberian ASI eksklusif diukur dengan menggunakan kuesioner

motivasi dengan 5 skala Likert. Data di analisis secara deskriptif dan inferensial. Untuk mengetahui perbedaan perlakuan, data dianalisis menggunakan uji t-pair. Hasil penelitian diperoleh bahwa ada perbedaan yang signifikan pada keluhan otot skeletal dan motivasi pemberian ASI Eksklusif antara perlakuan 1 (menggunakan kursi lama) dengan perlakuan 2 (menggunakan kursi perbaikan). Terjadi penurunan keluhan otot skeletal sebesar 32,4% dan peningkatan motivasi pemberian ASI Eksklusif sebesar 29,7%. Perbedaannya dengan penelitian ini terletak pada variabel terikat penelitian yaitu menurunkan keluhan otot dan meningkatkan motivasi pemberi ASI eksklusif. Sedangkan variabel terikat pada penelitian ini adalah meningkatkan kenyamanan proses menyusui. Persamaannya adalah menggunakan kuesioner *Nordic Body Map*.

4. Effendi Mohamad dkk (2017). Ergonomic Design Chair for Postpartum Mother. Penelitian ini berusaha untuk mengatasi masalah yang dihadapi oleh ibu postpartum ketika mereka sedang duduk. Ini akan membantu mengatasi rasa sakit mereka karena luka episiotomi ketika mereka duduk di ruang tunggu klinik selama 20 hingga 60 menit. Penelitian dilakukan di Klinik Kesehatan Ayer Keroh di Melaka. Mendesain kursi ergonomis, pertama, kita mengidentifikasi area masalah, termasuk persyaratan teknis ibu postpartum. Desain baru fitur (s) diintegrasikan ke kursi, yang kemudian diverifikasi dalam hal kegunaan dan kelayakan. Berdasarkan padapersyaratan teknis, kuesioner disiapkan dan House of Quality (HOQ) dan Analytic

Hierarchy Process (AHP) digunakan untuk analisis data. Desain yang dipilih, di antara tiga desain konseptual, kemudian diberi makan ke perangkat lunak Solid Works. Untuk dimensi kursi, Minitab 17 digunakan untuk menghitung tanggal 5, 50, dan 95 persentil berdasarkan pengukuran antropometri ibu postpartum. Proses menguatkan dipertimbangkan metode teknis yang menggunakan pemetaan tekanan dan metodologi subjektif survei. Kursi yang ergonomis model dan kursi saat ini di ruang tunggu klinik dibandingkan untuk menentukan tekanan kontak responden. Di daerah perineum, ditemukan bahwa tekanan kontak menurun pada normal, kelebihan berat badan dan obesitas kategori masing-masing sebesar 5%, 3% dan 52%. Persyaratan teknis ibu postpartum diperiksa melalui hasil proyeksi dari desain kursi dan jika luka episiotomi menurun dengan ergonomis desain kursi. Perbedaannya dengan penelitian ini adalah tempat penelitian dilakukan di Klinik Kesehatan Ayer Keroh di Melaka, menggunakan kuesioner House of Quality (HOQ) dan Analytic Hierarchy Process (AHP). Sedangkan penelitian ini dilakukan di Desa Kalikesur Kecamatan Kedungbanteng Kabupaten Banyumas, menggunakan kuesioner *Nordic Body Map*. Persamannya adalah mengionovasi kursi ergonomis untuk ibu menyusui .