

PENGARUH PENGGUNAAN METODE POMPA ASI (MPA) TERHADAP PEMBERIAN ASI EKSLUSIF PADA IBU PEKERJA DI WILAYAH TOLOGOMAS KOTA MALANG

Septi Anggreni¹⁾, Sri Mudayatiningsih²⁾, Neni Maemunah³⁾

¹⁾ Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

²⁾ Dosen Program Studi Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang

³⁾ Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang
E-mail: Septianggreni98@gmail.com

ABSTRAK

Kandungan zat yang terdapat di dalam Air susu ibu (ASI) merupakan makanan yang paling baik untuk bayi karena komponen zat makanan tersedia dalam bentuk yang ideal. Pemberian ASI secara eksklusif mempunyai manfaat positif seperti berat badan yang idel, sistem kekebalan tubuh yang kuat serta tulang bayi akan lebih kuat. Melakukan Metode Pompa ASI (MPA) dilakukan untuk meningkatkan penggunaan ASI eksklusif maka di lakukan MPA akan meningkatkan produksi ASI dan menyediakan kebutuhan ASI pada ibu pekerja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penggunaan MPA terhadap pemberian ASI eksklusif di Wilayah Tlogomas Kota Malang. Desain penelitian ini adalah *quasi eksperimen* dengan pendekatan *case control*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan populasi sebanyak 30 responden dan yang memenuhi kriteria inklusi sebanyak 20 responden yang terbagi 10 responden kelompok perlakuan dan 10 responden kelompok kontrol. Pengumpulan data MPA dan ASI eksklusif menggunakan kuesioner. Hasil penelitian diperoleh dari 20 responden, 10 responden kelompok perlakuan diketahui sebagian besar dikategorikan baik yaitu sebanyak 6 orang (60%), dan 10 responden kelompok kontrol di ketahui seluruhnya dikategorikan cukup yaitu sebanyak 10 orang (100%). Terdapat Pengaruh penggunaan MPA terhadap pemberian ASI eksklusif pada ibu pekerja. Hasil analisis menggunakan uji *Mann-whitney U-Test* diketahui $\text{sig} = 0,000 \leq 0,05$, yang menunjukkan pengaruh penggunaan Metode Pompa ASI (MPA) terhadap pemberian ASI eksklusif pada ibu pekerja di Wilayah Tlogomas Kota Malang. Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti dengan variabel yang sama dengan menambah sampel penelitian sehingga hasilnya lebih akurat.

Kata Kunci : ASI Eksklusif, Ibu Pekerja, Metode Pompa ASI (MPA).

EFFECT BREASTMILK PUMPING METHOD (BPM) ON EXCLUSIF BREAST FEDING ON WORKING METHORS IN TLOGOMAS MALANG CITY

ABSTRACT

The content of substances in breast milk is the best food for babies because the components of food is available in an. Exclusive breastfeeding has positive benefits such as ideal weight, strong immune system and baby's bones will be stronger. Do breast milk pumping method (BPM) will increase milk production and to provide breastfeeding needs on working mother. The purpose of this research was to know the influence of BPM application to exclusive breastfeeding in Tlogomas, Malang. This research design was Quasi Experiment with case control approach. The Sampling used purposive sampling technique (population according to the needs of the researcher) with a population of 30 respondents and who met the inclusion criteria as many as 20 respondents divided into 10 respondents of treatment groups and 10 respondents of control group. BPM and exclusive breastfeeding data collection used questionnaires. The results obtained from 20 respondents, 10 respondents of treatment group were known mostly categorized as good as many as 6 people (60%), and 10 respondents of control group were categorized as enough as many as 10 people (100%). There was an influence of BPM application on exclusive breastfeeding on working mothers withthe data analysis using Mann-Whitney U test was known as sig = 0,000 ($\alpha \leq 0,05$). This meant that there was an influence of Breastmilk Pumping Method (BPM) to exclusive breastfeeding on working mothers in Tlogomas Malang. It is Expected For Further Researchers to examine with the same variable by increasing the sample of the study so that the results are more accurate.

Keywords: *Breastmilk Pumping Method (BPM), Exclusive Breast Milk, Working Mother.*

PENDAHULUAN

Metode pompa ASI (MPA) merupakan salah satu metode paling cepat dan efisien untuk meningkatkan produksi air susu ibu (ASI), selain itu akan memberikan rasa nyaman pada ibu dan rasa percaya diri untuk terus menyusui juga semakin bertambah. Hal

ini akan berdampak pada ibu untuk memberikan ASI secara eksklusif bertambah.

Beberapa maanfaat dari MPA yang akan di terima bayi dan ibu adalah menghemat tenaga, menstimulasi payudara agar menghasilkan produksi ASI yang banyak, mudah dan hemat waktu, dapat memompa ASI sambil

menyusui bayi sekaligus. Di Indonesia ibu yang menggunakan Pompa ASI hanya sekitar 20% Riskesdes (2010). Produksi ASI yang melimpah yang di hasilkan oleh Metode MPA dapat memenuhi kebutuhan ASI bayi (Sulistiwaty, 2009).

ASI merupakan makanan yang paling baik untuk bayi komponen zat makanan tersedia dalam bentuk yang ideal dan seimbang untuk dicerna dan diserap secara optimal oleh bayi. ASI mengandung antibody yang berfungsi membunuh virus, bakteri dan menjaga kekebalan tubuh bayi, dan berfungsi sebagai pemenuhan asupan nutrisi bayi, untuk mendukung program pemberian ASI eksklusif pemerintah menggalakan program wajib memberikan ASI selama 6 bulan pertama pasca melahirkan tidak terkecuali untuk ibu pekerja diharuskan memberikan ASI selama 6 bulan pertama yang disebut dengan pemberian ASI eksklusif (Roesli, 2010).

ASI eksklusif merupakan pemberian ASI Selama 6 bulan tanpa makanan pendamping apapun Roesli (2008). ASI mengandung semua zat gizi dan cairan yang dibutuhkan untuk memenuhi seluruh gizi bayi pada 6 bulan pertama. Menurut Roesli, 2008 pemberian ASI merupakan metode pemberian makanan terbaik untuk bayi, ASI yang dikeluarkan seorang ibu dalam 30 menit pertama setelah bayi baru lahir yang berwarna kuning dan kental merupakan nutrisi yang baik untuk bayi

yang disebut dengan kolostrum (Lee, 2009).

Beberapa penelitian yang dilakukan diantaranya adalah penelitian Sulistiwaty (2009) Hasil : Bayi yang mendapat ASI eksklusif hingga umur 6 bulan baru mencapai 15,3 % selebihnya 84,7% bayi tidak mendapatkan ASI eksklusif. Metode: Analitik dengan pendekatan secara kuantitatif untuk menganalisa perilaku ibu dalam memberikan ASI eksklusif. Responden : Semua ibu yang mempunyai bayi usia 6-12 bulan Kelurahan Japaran.

Penelitian Astutik (2014) Hasil : Ada hubungan yang signifikan antara pekerjaan ibu dengan kegagalan atau ketidakefektifan ASI eksklusif. Berdasarkan hasil Penelitian di ketahui bahwa kegagalan pemberian ASI eksklusif lebih banyak di dominasi oleh ibu yang bekerja sebanyak 47 orang (87,0%), ibu yang tidak bekerja sejumlah 19 orang (50%) alasan mereka tidak memberikan ASI eksklusif yaitu karena tidak menganggap ASI mengenyangkan bagi bayi sehingga ibu memilih untuk memberikan makanan lain sebelum bayi berumur 6 bulan. Metode : Menggunakan metode survey analitik, metode pendekatannya adalah *cross sectional* Responden : semua ibu yang memiliki bayi berumur > 6 bulan sampai dengan 2 tahun.

Berdasarkan survei BPS tahun (2013), Jumlah angkatan kerja wanita terus meningkat setiap tahunnya. Saat ini

dari 114 juta jiwa (94%), 38% diantaranya adalah pekerja perempuan (43,3 juta jiwa) yang 25 juta diantaranya berada pada usia reproduktif (BPS, Februari 2013). Secara fisiologis kelompok pekerja perempuan mengalami siklus haid, hamil dan menyusui yang memerlukan fasilitasi agar pekerjaan tidak terganggu dan kondisi fisik lainnya tidak mengurangi kinerja.

Berdasarkan Data riset kesehatan Dasar menunjukkan pemberian Asieksklusif di Indonesia saat ini masih memprihatinkan. Presentase bayi yang menyusu eksklusif sampai 6 bulan hanya 15,3 % Riskesdes (2010). Ibu yang memberikan ASI secara eksklusif selama 6 bulan pasca melahirkan di wilayah Kota Malang, Jawa Timur, masih sangat minim yaitu di bawah rata_rata 80% dari 100 %. Kesadaran kaum perempuan yang baru melahirkan untuk memberikan ASI eksklusif di daerah ini hanya sekitar 60% padahal angka minimal seharusnya 80% dari jumlah ibu yang melahirkan. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kaum perempuan untuk memberikan ASI eksklusif tersebut di antaranya karena kesibukan (wanita karier dan wanita pekerja) sehingga tidak punya waktu untuk menyusui bayi minimal selama 6 bulan pertama pasca melahirkan. Dinkes Kota Malang juga akan terus memantau keberadaan ruang laktasi sudah memadai atau belum dan apakah sudah di manfaatkan secara maksimal.

Ibu Pekerja adalah ibu yang aktif melakukan kegiatan komersial seperti bekerja di kantor atau pabrik, menjalankan usaha pribadi sebagai tambahan penghasilan yang banyak menyita waktu di luar rumah, memilih menggunakan MPA karena dianggap lebih praktis. Berdasarkan hasil Penelitian Astutik (2014) diketahui bahwa kegagalan pemberian ASI eksklusif lebih banyak di dominasi oleh ibu yang bekerja sebanyak 47 orang (87,0%), sedangkan ibu yang tidak bekerja sejumlah 19 orang (50%) alasan mereka tidak memberikan asi eksklusif yaitu karena tidak menganggap ASI mengenyangkan bagi bayi sehingga ibu memilih untuk memberikan makanan lain sebelum bayi berumur 6 bulan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 26 November 2016 di Posyandu Tlogomas Kota Malang, berdasarkan wawancara terhadap 15 orang ibu yang bekerja dan sedang menyusui dikatakan bahwa tidak memberikan ASI dengan alasan ibu harus bekerja sehingga tidak ada waktu untuk menyusui, tidak mengetahui tentang Metode Pompa ASI (MPA), tidak mengetahui cara penggunaan metode MPA, dan tidak mengetahui kandungan yang ada didalam ASI yang sangat diperlukan oleh bayi., dan pemberian ASI eksklusif di daerah Tlogomas masih belum terlaksana, karena kesibukan bekerja dan kurangnya

pengetahuan tentang Metode Pompa ASI (MPA). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Penggunaan Metode Pompa ASI (MPA) terhadap pemberian ASI eksklusif pada ibu pekerja di Wilayah Tlogomas Kota Malang.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini bersifat *Quasi eksperimen* dengan pendekatan *case control*. Penelitian ini dilakukan dengan cara mencari Perbedaan dua kelompok yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol Penelitian ini dilakukan di Wilayah Tlogomas Kota Malang. Waktu Penelitian Pada bulan Maret 2017. Populasi dalam penelitian ini adalah Seluruh ibu pekerja yang mempunyai bayi berumur 4 – 6 bulan dan ibu yang masih menyusui di wilayah Tlogomas Kota Malang sebanyak 30 orang. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 20 responden yang memenuhi kriteria inklusi.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah Ibu yang bersedia menjadi responden, Ibu yang mempunyai balita 4-6 bulan, Ibu yang bekerja, dan Ibu yang menggunakan pompa ASI. Dalam variabel penelitian variabel independen adalah Metode Pompa ASI dan variable dependen adalah ASI eksklusif, 10 responden sebagai kelompok perlakuan dan 10 responden sebagai kelompok kontrol. Pengolahan data dalam

penelitian ini menggunakan tahapan – tahapan sebagai berikut yaitu *Editing, Cording, Scoring, Tabulating*. Analisa data dalam penelitian ini yaitu analisa univariat Uji yang di gunakan adalah *Uji Mann-whitney U Test* dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Responden (Ibu)
 Berdasarkan Usia, Pendidikan,
 Pekerjaan

Keterangan	Kategori	f	(%)
Usia	17-25 tahun	7	35
	26 – 35 Tahun	9	45
	36-45 tahun	4	20
	Total	20	100
Pendidikan	SMA	7	35
	D3	6	30
	S1	6	30
	S2	1	5
	Total	20	100
Pekerjaan	Dosen/Guru	4	20
	Karyawan	9	45
	Pegawai	2	10
Perawat/Bidan		3	15
Wiraswasta		2	10
Total		20	100

Berdasarkan Tabel 1. menunjukkan data usia ibu tertinggi yaitu sebanyak 9 orang (45%), data terendah untuk usia ibu yaitu sebanyak 4 orang (20%), data pendidikan tertinggi yaitu sebanyak 7 orang (35%), data terendah pendidikan

ibu yaitu sebanyak 1 orang (50%), data pekerjaan tertinggi yaitu sebanyak 9 orang (45%) data terendah pekerjaan ibu yaitu sebanyak 2 orang (10%).

Tabel 2. Karakteristik Responden (Anak) Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin

Keterangan	Kategori	f	(%)
Usia	4 bulan	5	25
	5 bulan	6	30
	6 bulan	9	45
	Total	20	100
Jenis, Kelamin	Laki-laki	11	55
	Perempuan	9	45
	Total	20	100

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan data usia anak terbanyak adalah usia berusia 6 bulan, sebanyak 9 orang (45%), data terendah usia bayi 5 orang (50%) dan data jenis kelamin anak tertinggi yaitu 11 orang (45%) berjenis kelamin laki – laki.

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan data pemberian ASI pada kelompok perlakuan sebanyak 6 orang (60%) yang dikatakan (eksklusif) dan sebanyak 4 orang (40%) yang dikatakan (non eksklusif), pemberian ASI pada kelompok kontrol sebanyak 1 orang (10%) yang dikatakan (Eksklusif) dan 9 orang (90%) yang dikatakan (non eksklusif),

Tabel 3. Kategori Pemberian ASI pada kelompok perlakuan yang Menggunakan Metode Pompa ASI (MPA) dan kelompok Kontrol yang Tidak Menggunakan Metode Pompa ASI (MPA)

Keterangan	Kategori	f	(%)
Kelompok Perlakuan	Eklusif	6	60
	Non Eksklusif	4	40
	Total	10	100
Kelompok Kontrol	Non Eksklusif	9	90
	Eklusif	1	10
	Total	10	100

Berdasarkan Tabel 4 diketahui sig = 0,000 ($\alpha \leq 0,05$). Apabila nilai *p value* \leq batas kritis (0,05) maka terdapat perbedaan bermakna antara dua kelompok yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Artinya ada pengaruh penggunaan Metode Pompa ASI (MPA) terhadap pemberian ASI eksklusif pada ibu pekerja di Wilayah Tlogomas Kota Malang.

Tabel 4. Analisis *Mann-whitney U Test*

Variabel	N	Sig.
Kelompok Perlakuan	10	0,000
Kelompok Kontrol	10	

Identifikasi Pemberian ASI pada Kelompok Perlakuan Metode Pompa ASI (MPA)

Berdasarkan Tabel 3, diketahui bahwa Metode Pompa ASI (MPA) di Wilayah Tologomas Kota Malang sebagian besar dikategorikan baik yaitu sebanyak 6 orang (60%). Kelompok perlakuan dalam penelitian ini adalah kelompok yang melakukan Metode Pompa ASI (MPA). Responden pada kelompok perlakuan sebagian besar dikategorikan baik dapat disebabkan oleh tingkat pengetahuan yang dimiliki ibu tentang Metode Pompa ASI (MPA).

Tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh ibu menyusui berperan penting dalam melaksanakan Metode Pompa ASI (MPA), karena dengan memiliki pengetahuan manfaat MPA, ibu bekerja yang sedang menyusui akan melakukan MPA untuk meningkatkan pemberian ASI eksklusif kepada bayi. Tingkat pendidikan ibu menyusui ikut berperan dalam pengetahuan tentang MPA. Seperti yang diketahui dalam hasil penelitian bahwa hampir setengah responden yaitu sebanyak 7 orang (35%) berpendidikan SMA. Adapun Astuti (2011) mengungkapkan bahwa tingkat pendidikan yang lebih tinggi akan mempermudah seseorang atau masyarakat untuk memperoleh dan menerima informasi dalam menerapkan hidup sehat. Berdasarkan pendapat tersebut maka dengan pengetahuan yang dimiliki oleh ibu, maka ibu berperilaku

yang ekstra dalam meningkatkan pemberian ASI eksklusif kepada bayi dengan melakukan MPA. MPA merupakan salah satu Metode yang dapat memfasilitasi pemberian ASI bagi wanita bekerja, untuk menyediakan kebutuhan ASI metode MPA secara langsung akan mendukung program pemberian ASI secara eksklusif pada ibu pekerja. Metode ini pun tidak mengganggu proses pekerjaan, mempunyai fleksibilitas waktu bekerja. adanya sistem pendukung meliputi dukungan dari supervisor, dukungan dari grup pendukung laktasi, fleksibilitas waktu bekerja dan adanya penitipan anak di tempat kerja. mengidentifikasi 5 fasilitas yang dapat disediakan oleh tempat kerja untuk tetap memberikan ASI adalah pompa ASI, ruangan untuk pemerah ASI atau ruangan untuk menyusui, waktu istirahat untuk pemerah ASI atau untuk menyusui, adanya lemari pendingin untuk tempat menyimpan ASI dan adanya dukungan dari tempat bekerja (Danuatmaja, 2007).

Metode pompa ASI (MPA) adalah metode paling cepat dan efisien untuk meningkatkan produksi ASI, selain itu akan memberikan rasa nyaman pada ibu dan rasa percaya diri untuk terus menyusui juga semakin bertambah. Sehingga keinginan untuk menyusui secara eksklusif itu bertambah (Sulistiawaty, 2009). Banyak manfaat dari MPA yang akan diterima bayi, ASI mengandung berbagai vitamin dan nutrisi

yang sangat dibutuhkan oleh bayi. Terdapat 2 jenis MPA yang biasa dipilih yakni manual dan elektrik keduanya memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing. Berikut jenisnya tipe manual : diperuntukkan untuk ibu menyusui yang ingin memompa ASI dengan frekuensi tidak terlalu sering, atau sesuai dengan kebutuhan. Tipe elektrik adalah ditunjukkan bagi ibu yang memompa lebih sering atau dalam jumlah banyak, kelebihannya ibu dapat memompa lebih mudah, cepat dan ringkas (Sulistiawaty, 2009).

Metode yang dapat memfasilitasi pemberian ASI bagi wanita bekerja. Metode metode tersebut meliputi pendidikan prenatal, program laktasi di tempat kerja, adanya sistem pendukung meliputi dukungan dari supervisor, dukungan dari grup pendukung laktasi, fleksibilitas waktu bekerja dan adanya penitipan anak di tempat kerja, dan Faktor usi dan pendidikan dan pekerjaan juga dapat mempengaruhi dalam pemberian ASI.

Identifikasi Pemberian ASI pada Kelompok Kontrol Metode Pompa ASI (MPA)

Berdasarkan Tabel 3, diketahui bahwa Hasil penelitian diketahui bahwa pemberian ASI pada kelompok kontrol Metode Pompa ASI (MPA) di Wilayah Tologomas Kota Malang seluruhnya dikategorikan cukup yaitu sebanyak 10 orang (100%). Kelompok kontrol dalam

penelitian ini adalah kelompok yang tidak melakukan Metode Pompa ASI (MPA). Responden pada kelompok kontrol seluruhnya dikategorikan cukup, dapat disebabkan oleh tingkat pengetahuan yang dimiliki ibu tentang Metode Pompa ASI (MPA). Kurangnya tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh ibu menyusui menyebabkan ibu tidak mencari solusi dalam meningkatkan pemberian ASI eksklusif.

Ibu pekerja yang berada di luar rumah sangat rentan terhadap rendahnya anak mendapatkan ASI eksklusif. Menurut *Encyclopedia of Child's Health*, ibu bekerja adalah seorang ibu yang bekerja di luar rumah untuk mendapatkan penghasilan disamping membesarkan dan mengurus anak dirumah. Singh (2010) mengungkapkan bahwa ibu yang bekerja di luar rumah secara signifikan berhubungan dengan tingkat yang lebih rendah dalam menyusui dan lebih pendek waktunya dalam pemberian ASI eksklusif.

Perbedaan Pengaruh Penggunaan Metode Pompa ASI (MPA) terhadap Pemberian ASI Eksklusif pada Kelompok Perlakuan dan Kontrol

Berdasarkan Tabel 4, diketahui bahwa Hasil analisis data dengan menggunakan uji *Mann-whitney U Test* diketahu sig = 0,000 ($\alpha \leq 0,05$). Apabila nilai *p value* \leq batas kritis (0,05) maka terdapat perbedaan bermakna antara dua kelompok yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Artinya ada pengaruh

penggunaan Metode Pompa ASI (MPA) terhadap pemberian ASI eksklusif pada ibu pekerja di Wilayah Tlogomas Kota Malang.

Hal yang menjadi perhatian bagi wanita bekerja dalam pemberian ASI adalah bagaimana mempertahankan produksi ASI selama jam kerja. Pengeluaran ASI yang teratur dan adanya fasilitas penyimpanan ASI merupakan salah satu cara untuk mengatasi masalah tersebut karena pengeluaran ASI secara teratur akan merangsang produksi ASI lebih banyak. Lima fasilitas yang dapat disediakan oleh tempat kerja untuk tetap memberikan ASI yaitu: pompa ASI, ruangan untuk memerah ASI atau ruangan untuk menyusui, waktu istirahat untuk memerah ASI atau untuk menyusui, adanya lemari pendingin untuk tempat menyimpan ASI dan adanya dukungan dari tempat bekerja (Novayelinda, 2012).

Terdapat 2 jenis cara untuk memerah ASI yaitu memerah ASI dengan tangan dan menggunakan pompa ASI. Memerah ASI dengan tangan sangat disarankan karena paling mirip dengan perilaku bayi pada saat menyusui pada ibunya. Memerah ASI dengan tangan akan memberikan stimulasi taktil pada areola yang akan memberikan tekanan pada kantong ASI. Ibu yang memerah ASI menggunakan tangan akan terhindar dari masalah mekanis yang ditemui pada ibu yang memompa ASI seperti pompa yang rusak, baterai atau

listrik yang tidak bekerja. Secara umum terdapat 2 jenis pompa ASI yaitu pompa ASI manual dan pompa listrik. Penggunaan pompa listrik disarankan pada ibu yang bekerja lebih dari 8 jam dan memiliki masalah dengan waktu memompa (Novayelinda, 2012).

Slusser *et al.* (2004) telah meneliti tentang praktek manajemen laktasi pada wanita bekerja. Penelitiannya dilakukan pada suatu perusahaan yang memberikan fasilitas memiliki fasilitas laktasi termasuk adanya pompa ASI dua corong di ruang laktasi pada saat jam kerja. Penelitian ini menemukan bahwa wanita yang bekerja selama 8 jam membutuhkan waktu selama 2-3 kali selama 30 menit untuk memompa ASI. Penelitian ini menyarankan kepada ibu bekerja untuk memerah atau memompa ASI setiap 3 jam termasuk pada waktu makan siang. Sehingga wanita bekerja yang menyusui harus mengatur waktunya sebaik mungkin sehingga memiliki waktu untuk istirahat dan makan siang yang akan mempengaruhi produksi ASI. ASI yang telah dipompa dapat disimpan dalam wadah tertutup rapat dan dapat disimpan pada suhu ruangan selama maksimal 8 jam. Jika disimpan di lemari pendingin ASI dapat disimpan selama 8 jam sedangkan jika disimpan di dalam freezer ASI dapat disimpan selama 12 bulan (Novayelinda, 2012).

KESIMPULAN

- 1) Pemberian ASI pada kelompok perlakuan Metode Pompa ASI (MPA) sebagian besar dikategorikan baik yaitu sebanyak 6 orang (60%).
- 2) Pemberian ASI pada kelompok kontrol Metode Pompa ASI (MPA) seluruhnya dikategorikan sedang yaitu sebanyak 10 orang (100%).
- 3) Ada pengaruh penggunaan Metode Pompa ASI (MPA) terhadap pemberian ASI eksklusif pada ibu pekerja di Wilayah Tologomas Kota Malang, hal ini dibuktikan dengan nilai signifikan sebesar 0,000 ($\alpha \leq 0,05$).

SARAN

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti dengan variabel yang sama dengan menambah sampel penelitian sehingga hasilnya lebih akurat.

DAFTAR PUSTAKA

- Astutik.2014. *Payudara dan laktasi*
Jakarta: Trans Infomidia.
- Astuti, W. 2011.*Ilmu Gizi*. Jakarta:
Rineka Cipta.
- BPS. 2013. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*.
Jakarta:EGC
- Lee. 2009.*Cara Pintar Merawat Bayi 0-
12 Bulan Panduaan Bagi Ibu*
Cerdas. Yogyakarta: 9 months
Publishing
- Novayelinda. 2012. Telaah Literatur
Pemberian ASI dan Ibu Bekerja.
Jurnal Ners Indonesia, Vol.2, No.2,
Maret 2012. Universitas
Surakarta[http://id.portalgaruda.org/
?ref=browse&mod=viewjournal&j
ournal=2290](http://id.portalgaruda.org/?ref=browse&mod=viewjournal&journal=2290) Diakses pada tanggal
12 Agustus 2017.
- Riskedes.2010. *Pedoman Umum
Pemberian Makanan Pendamping
Air Susu Ibu (MP-ASI) Lokal
Tahun
2006*.[http://gizi.depkes.go.id/asi/Pe
doman%20MP-ASI%20Lokal.pdf](http://gizi.depkes.go.id/asi/Pedoman%20MP-ASI%20Lokal.pdf)
Diakses pada tanggal 6 Oktober
2013
- Roesli, Utami. 2008. *Inisiasi menyusui
Dini Plus ASI Eksklusif*. Jakarta :
Pustaka Bunda
- Roesli, Utami. 2010.*Indonesia Menyusui*.
Jakarta: Badan Penerbitan
IDAI.Pp:13-24
- Singh. 2010. *Faktor-Faktor yang
berhubungan dengan Perilaku Ibu
Multipara dalam Pemberian ASI
Eksklusif di KIA (Kesehatan Ibu
dan Anak)*. Depok: FKM UI
[http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20
320714-S-Dewi%20Wulandari.pdf](http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20320714-S-Dewi%20Wulandari.pdf)
Diakses pada tanggal 12 Maret
2017
- Slusser. 2004. *Wanita Karir dan
Pemberian ASI*. [http://www.gizi-
net](http://www.gizi-net). Diakses pada tanggal 27
Februari 2017

Sulistiawaty, Ari. 2009. *Asuhan Kebidanan pada ibu nifas*. Yogyakarta: Andi

Danuatmadja, B. 2007. *40 Hari Pasca Persalinan*. Jakarta: Puspa Swara.