

Karakteristik Ibu Menyusui dalam Persepsi dan Perilaku terhadap Terapi Komplementer untuk Produksi ASI di Kalimantan Utara

Nurrahmi Umami ^{*1}, Ririn Ariyanti ², Annisa Eka Permatasari ³

^{1,2,3} Jurusan Kebidanan, Universitas Borneo Tarakan

Email: ^{1,*}nurrahmi.umami@borneo.ac.id, ²ririn.ariyanti@borneo.ac.id, ³aekapermatasari95@gmail.com

Email Penulis Korespondensi: nurrahmi.umami@borneo.ac.id

Article History:

Received Apr 14th, 2025

Accepted May 23th, 2025

Published Jun 2nd, 2025

Abstrak

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi utama bagi bayi dan berperan penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Namun, banyak ibu menyusui mengalami tantangan dalam produksi ASI yang dirasa kurang optimal. Salah satu upaya yang mulai dikenal untuk mengatasi hal tersebut adalah terapi komplementer. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi karakteristik ibu menyusui serta persepsi dan perilaku mereka terhadap terapi komplementer dalam meningkatkan produksi ASI di wilayah kerja Puskesmas Pantai Amal, Kota Tarakan, Kalimantan Utara. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan jumlah responden sebanyak 62 orang. Data dikumpulkan melalui observasi dan wawancara terbuka terhadap 10 responden terpilih. Hasil menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia produktif (20–35 tahun), memiliki pendidikan dasar hingga menengah, dan tidak bekerja di sektor formal. Pengetahuan terhadap terapi komplementer masih rendah, dan sebagian besar belum pernah secara sadar melakukan terapi tersebut. Meski demikian, sebagian besar responden menyatakan ketertarikan untuk mencoba terapi komplementer jika mendapatkan edukasi yang tepat dari tenaga kesehatan. Penelitian ini menegaskan perlunya intervensi edukatif untuk meningkatkan literasi kesehatan ibu menyusui terkait terapi komplementer.

Kata Kunci: Ibu menyusui, Terapi komplementer, Produksi ASI, Persepsi, Pengetahuan

Abstract

Breast milk (ASI) is the primary source of nutrition for infants and plays a vital role in their growth and development. However, many breastfeeding mothers experience challenges, particularly related to low milk production. One emerging solution is the use of complementary therapies. This study aimed to identify the characteristics of breastfeeding mothers and their perceptions and behaviors towards complementary therapy to enhance breast milk production in the working area of Pantai Amal Public Health Center, Tarakan City, North Kalimantan. A descriptive quantitative design was used with 62 respondents selected through simple random sampling. Data were collected using observation sheets and open interviews with 10 selected mothers. The results showed that most respondents were of reproductive age (20–35 years), had basic to intermediate education, and were not formally employed. Knowledge about complementary therapy was generally low, and most respondents had never consciously used it. However, most expressed interest in trying complementary therapy if provided with appropriate education by health workers. These findings highlight the need for targeted health education interventions to improve maternal health literacy regarding complementary therapies in breastfeeding.

Keyword: Breastfeeding mothers, Complementary therapy, Breast milk production, Perception, Knowledge

1. PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi terbaik bagi bayi, terutama selama enam bulan pertama kehidupan [1]. Kandungan ASI tidak hanya mencakup zat gizi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi, tetapi juga antibodi alami yang membantu meningkatkan daya tahan tubuh. Namun, tidak sedikit ibu menyusui yang mengalami tantangan dalam proses menyusui, terutama terkait dengan produksi ASI yang dirasa kurang optimal. Masalah ini menjadi salah satu hambatan utama dalam pencapaian keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Faktor yang mempengaruhi kurangnya produksi ASI antara lain: Usia [2], Kecemasan [3], perawatan payudara, dan perokok pasif [2], [4]. Kondisi geografis, sosial budaya, dan akses terbatas terhadap layanan kesehatan turut memperumit tantangan ini, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Pantai Amal, Kota Tarakan, Kalimantan Utara.

Upaya untuk meningkatkan cakupan pemberian ASI eksklusif dengan memberikan informasi yang benar dan tepat mengenai berbagai manfaat ASI eksklusif bagi ibu maupun bayi sehingga dapat meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif [5]. Salah satu pendekatan yang dapat mendukung keberhasilan pemberian ASI adalah melalui terapi komplementer, seperti pijat oksitosin, teknik relaksasi, aromaterapi, serta konsumsi herbal alami, akupunktur [6] yang bertujuan untuk menstimulasi produksi ASI secara alami dan meningkatkan kenyamanan ibu selama proses menyusui [7], [8]. Terapi komplementer merupakan salah satu layanan inovatif yang bersifat komprehensif yang dapat diberikan pada kehamilan, persalinan, nifas, perawatan bayi, balita hingga menopause [9] Namun, persepsi dan perilaku ibu menyusui terhadap terapi ini di Kalimantan Utara belum banyak diteliti, padahal pemahaman ini penting untuk merancang intervensi yang sesuai dengan kebutuhan dan kepercayaan lokal.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi karakteristik ibu menyusui dalam persepsi dan perilaku mereka terhadap terapi komplementer untuk meningkatkan produksi ASI di Kalimantan Utara. Hasil studi ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan program promosi ASI yang efektif dan berbasis bukti.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif untuk menggambarkan karakteristik ibu menyusui serta persepsi dan perilaku terhadap terapi komplementer guna meningkatkan produksi ASI. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu menyusui dengan bayi berusia 0-24 yang berada di wilayah kerja Puskesmas Pantai Amal, Kota Tarakan Kalimantan Utara. Sampel penelitian berjumlah 62 responden, yang dipilih dengan teknik pengambilan sampel *simple random sampling*.

Teknik pengumpulan data menggunakan lembar observasi dan wawancara terbuka. Instrumen wawancara dirancang untuk menggali informasi mengenai persepsi dan perilaku ibu menyusui terhadap terapi komplementer dalam meningkatkan produksi ASI.

Tahap awal penelitian dimulai dengan identifikasi responden, kemudian membagikan lembar observasi sebanyak dua lembar, dengan lembar pertama adalah lembar persetujuan menjadi responden (*informed consent*), dan lembar kedua berisi data karakteristik responden, yang diisi secara mandiri oleh partisipan. Selanjutnya kepada 10 responden terpilih, dilakukan wawancara sederhana dengan pertanyaan terbuka oleh peneliti untuk menggali informasi terkait persepsi dan perilaku ibu menyusui terhadap terapi komplementer untuk meningkatkan produksi ASI.

Analisa data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti yaitu, umur, tingkat pendidikan, dan status pekerjaan responden.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

Analisis Univariat

a) Umur

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik berdasarkan usia

Umur	Frekuensi	Presentase (%)
<20 tahun	1	1,6
20-35 tahun	56	90,3
>35 tahun	5	8,1
Jumlah	62	100

Data Primer, 2024

Berdasarkan data pada tabel 1, menunjukkan mayoritas responden berada pada rentang usia 20-35 tahun, yaitu sebanyak 56 orang (90,3%). Kelompok usia ini merupakan usia reproduksi aktif dan ideal untuk proses menyusui, baik dari segi kesiapan fisik maupun psikologis. Sementara itu terdapat 5 responden (8,1%) yang berusia diatas 35 tahun, dan hanya 1 responden (1,6%) berusia kurang dari 20 tahun.

b) Tingkat Pendidikan

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik berdasarkan tingkat pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	Presentase (%)
Sekolah Dasar (SD)	27	43,5
Sekolah Menengah Pertama (SMP)	21	33,9
Sekolah Menengah Atas (SMA)	14	22,6
Perguruan Tinggi (PT)	0	0
Jumlah	62	100

Data Primer, 2024

Berdasarkan data pada tabel 2, sebagian besar ibu menyusui yang menjadi responden memiliki tingkat pendidikan pada jenjang Sekolah Dasar (SD), yaitu sebanyak 27 orang (43,5%), diikuti oleh lulusan Sekolah Menengah Pertama (SMP) sebanyak 21 orang (33,9%), dan Sekolah Menengah Atas (SMA) sebanyak 14 orang (22,6%). Tidak terdapat responden yang memiliki latar belakang pendidikan Perguruan Tinggi (0%).

c) Status Pekerjaan

Berdasarkan data pada tabel 3 berikut, hasil distribusi status pekerjaan menunjukkan bahwa seluruh responden dalam penelitian ini berstatus tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga (IRT), yaitu sebanyak 62 orang (100%). Tidak terdapat responden yang memiliki pekerjaan di luar rumah (0%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik berdasarkan status pekerjaan

Status Pekerjaan	Frekuensi	Presentase (%)
Bekerja	0	0
Tidak Bekerja (IRT)	62	100
Jumlah	62	100

Data Primer, 2024

Hasil Wawancara

Tabel 4. Ringkasan hasil wawancara terbuka terhadap ibu menyusui (n=10)

Pertanyaan	Temuan Utama	Jumlah Responden (n)	Contoh kutipan responden
Apakah Ibu mengetahui tentang terapi komplementer untuk meningkatkan ASI?	Mayoritas tidak mengetahui istilah dan jenis terapi komplementer	8	Saya belum pernah dengar apa itu terapi komplementer (R3)
Dari mana Ibu mengetahui informasi tentang terapi komplementer?	Bidan, kunjungan posyandu dan teman sebaya yang juga memiliki bayi usia 0-24 bulan	2	Dengar pada saat kunjungan posyandu (R1), Tetangga saya yang mengkonsumsi produk herbal (R5)
Apakah Ibu pernah melakukan terapi komplementer (pijat, relaksasi, herbal)?	Seluruh responden belum pernah secara sadar melakukan terapi tersebut	10	Minum ramuan dari jahe, tapi tidak tahu kalau itu terapi komplementer (R7)
Apa alasan Ibu tidak menggunakan terapi komplementer?	Tidak tahu, tidak yakin efektivitas, dan khawatir terhadap keamanan	7	Tidak tahu, takut karena tidak pernah sebelumnya (R6)
Apakah Ibu tertarik mencoba jika dijelaskan oleh tenaga kesehatan?	Sebagian besar tertarik mencoba jika mendapat edukasi dari tenaga kesehatan	9	Selama itu aman dan baik untuk produksi ASI, saya mau (R2)

Pada tabel 4 diatas, menunjukkan hasil wawancara terhadap 10 ibu menyusui menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang terbatas terkait terapi komplementer untuk meningkatkan produksi ASI. Ketidaktahuan ini mencakup baik pemahaman terhadap jenis-jenis terapi, seperti pijat oksitosin, konsumsi herbal, teknik relaksasi, maupun aromaterapi, maupun pemahaman mengenai mekanisme kerja terapi tersebut dalam mendukung keberhasilan menyusui.

Fakta bahwa mayoritas responden belum pernah mendapatkan informasi dari tenaga kesehatan atau sumber informasi terpercaya menunjukkan bahwa edukasi kesehatan belum menyentuh aspek terapi komplementer secara menyeluruh. Hal ini berdampak pada persepsi ibu yang cenderung ragu atau tidak yakin terhadap efektivitas terapi tersebut, dan lebih memilih metode yang bersifat tradisional atau berdasarkan kebiasaan turun-temurun yang belum tentu memiliki dasar ilmiah.

Sebaliknya, responden yang memiliki sedikit pengetahuan tentang terapi komplementer menyatakan bahwa informasi tersebut diperoleh dari pengalaman orang tua, kelompok ibu menyusui, atau penyuluhan di puskesmas, meskipun belum sepenuhnya dipahami dan dipraktikkan secara konsisten.

Interpretasi ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dan eksposur informasi berpengaruh besar terhadap persepsi dan perilaku ibu dalam menyikapi terapi komplementer.

3.2 Pembahasan

3.2.1 Karakteristik Responden

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu menyusui dalam penelitian ini berada pada kelompok usia produktif dan matang, yang secara teori memiliki pemahaman dan kesiapan lebih baik dalam menjalani proses menyusui, termasuk dalam mempertimbangkan penggunaan terapi komplementer untuk meningkatkan produksi ASI.

Usia ibu memiliki pengaruh terhadap praktik pemberian ASI karena berhubungan erat dengan tingkat kematangan pola pikir. Seiring bertambahnya usia, seseorang umumnya memperoleh lebih banyak pengalaman dan pengetahuan, yang dapat mendorong terjadinya perubahan perilaku ke arah yang lebih positif. Ibu yang berada dalam rentang usia reproduksi sehat diharapkan mampu menghadapi tantangan, termasuk saat menyusui, dengan lebih tenang dan bijaksana [2].

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan dasar hingga menengah pertama. Kondisi ini berimplikasi pada rendahnya literasi kesehatan, yang dapat memengaruhi kemampuan dalam memahami informasi medis, termasuk terkait terapi komplementer. Rendahnya tingkat pendidikan juga berdampak pada keterbatasan dalam menyaring informasi berbasis bukti. Oleh karena itu, pendekatan edukatif perlu disesuaikan dengan latar belakang pendidikan, menggunakan bahasa sederhana dan media yang mudah dipahami agar pesan kesehatan dapat diterima dengan baik. Selain itu, seluruh responden dalam penelitian ini berstatus sebagai ibu rumah tangga (100%), yang berarti mereka tidak memiliki pekerjaan formal di luar rumah. Kondisi ini sebenarnya membuka peluang karena ibu memiliki lebih banyak waktu untuk fokus dalam perawatan anak dan diri, termasuk potensi menerapkan terapi komplementer. Namun, waktu luang ini belum tentu dimanfaatkan secara optimal jika tidak disertai dengan pengetahuan yang cukup. Maka dari itu, dukungan dari tenaga kesehatan dan keluarga menjadi faktor penting dalam mengarahkan perilaku ibu menyusui ke arah yang lebih positif.

3.2.2 Pengetahuan terhadap terapi komplementer

Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang terbatas mengenai terapi komplementer dalam peningkatan produksi ASI. Sebanyak 8 dari 10 responden menyatakan belum pernah mendengar istilah terapi komplementer, sementara dua responden lainnya hanya pernah mendengarnya tanpa pemahaman yang jelas mengenai jenis atau manfaatnya. Pemahaman yang baik terhadap manfaat terapi komplementer dapat mendorong penggunaannya secara lebih optimal [10].

Hal ini menegaskan bahwa Pentingnya peran petugas kesehatan dalam memberikan edukasi kepada ibu cara aman dalam menggunakan asuhan komplementer khususnya jamu yang dapat dibuat secara mandiri di rumah [11].

3.2.3 Persepsi dan perilaku dalam penerapan terapi komplementer

ASI merupakan sumber nutrisi utama yang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi. Keberhasilan pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kondisi psikologis ibu, termasuk persepsinya terhadap kecukupan produksi ASI.

Konsep *Perceptions of Insufficient Milk Supply* (PIM) merujuk pada keyakinan ibu bahwa produksi ASI-nya tidak mencukupi untuk kebutuhan bayi, meskipun secara fisiologis produksinya normal. PIM dapat menurunkan motivasi ibu untuk menyusui dan menjadi faktor pemicu berhentinya pemberian ASI eksklusif lebih awal, terutama jika ibu tidak memiliki dukungan emosional dan edukasi yang memadai [4]. Dalam konteks budaya, sebagian ibu menyusui telah menerapkan praktik asuhan komplementer secara turun-temurun dari orang tua atau keluarga tanpa menyadari bahwa tindakan tersebut termasuk dalam kategori terapi komplementer [12]. Contohnya, mengonsumsi bahan herbal seperti jahe, daun katuk, atau kacang-kacangan sering dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI [13]. Praktik ini mencerminkan bahwa budaya lokal dan kearifan tradisional dapat menjadi aset dalam promosi terapi komplementer, asalkan disertai dengan informasi yang benar dan berbasis bukti.

Sebagai upaya memperkuat pemahaman ibu melalui edukasi yang sesuai konteks dan budaya, persepsi dan perilaku terhadap terapi komplementer dapat diarahkan secara positif, sehingga terapi tersebut menjadi bagian integral dari dukungan menyusui yang efektif. Oleh karena itu, pemahaman terhadap proses ini penting untuk merancang strategi edukasi yang tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga memperkuat literasi dan kepercayaan diri ibu dalam membuat keputusan terkait kesehatan dirinya dan bayinya [14].

4. KESIMPULAN

Mayoritas ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Pantai Amal, Kalimantan Utara belum memiliki pengetahuan yang kurang memadai tentang terapi komplementer dan belum menerapkannya dalam perilaku menyusui. Diperlukan intervensi edukatif oleh tenaga kesehatan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman ibu terkait manfaat terapi komplementer sebagai alternatif pendukung produksi ASI.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Borneo Tarakan atas dukungan dan fasilitas yang diberikan selama proses pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh pihak yang telah membantu, termasuk responden dan petugas kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Pantai Amal, Kota Tarakan, Kalimantan Utara.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] M. Miraturrofi'ah, "Efektifitas Terapi Komplementer : Tuina Akupoin Dan Facial Loving Touch Dalam Meningkatkan Produksi Asi," *J. Asuhan Ibu Dan Anak*, Vol. 7, No. 1, Pp. 21–28, Mar. 2022, Doi: 10.33867/Jaia.V7i1.311.
- [2] R. Armalini And S. Nisa, "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kurangnya Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Basung Tahun 2020," *As-Shiha J. Med. Res.*, Vol. 3, No. 1, Jun. 2022, Doi: 10.69922/Asshiha.V3i1.41.
- [3] M. Karmelia, "Hubungan Kecemasan Terhadap Pemberian Asi Eksklusif Di Pmb S Tahun 2024," *Bunda Edu-Midwifery J.*, Vol. 8, No. 2, Pp. 1–7, Mar. 2025, Doi:

10.54100/Bemj.V8i2.349.

- [4] E. P. Rahayu And Nur Masruroh, “Analisis Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Volume Asi Perah Ibu Menyusui Selama Bekerja Di Lingkungan Universitas Nu Surabaya,” *J. Heal. Sci.*, Vol. 12, No. 02, Pp. 54–661, Jul. 2019, Doi: 10.33086/Jhs.V12i02.834.
- [5] A. Herman, M. Mustafa, S. Saida, And W. O. Chalifa, “Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Pemberian Asi Eksklusif,” *Prof. Heal. J.*, Vol. 2, No. 2, Pp. 84–89, Jun. 2021, Doi: 10.54832/Phj.V2i2.103.
- [6] Q. N. Bao *Et Al.*, “Efficacy And Safety Of Acupuncture For Postpartum Hypogalactia: A Systematic Review And Meta-Analysis Of Randomized Controlled Trials,” *Plos One*, Vol. 19, No. 6 June, Jun. 2024, Doi: 10.1371/Journal.Pone.0303948,.
- [7] S. Patimah, I. D. Mashoedi, And S. Hadisaputro, “The Effect Of Lactapuncture Massage On Breast Milk Production Through Prolactin Hormone Levels Changes In Dr. M. Ashari Hospital, Pemalang, Central Java,” *Indones. J. Med.*, Vol. 4, No. 1, Pp. 15–20, 2019, Doi: 10.26911/Theijmed.2019.04.01.03.
- [8] R. Mundari, I. Fitri Agustina, And Megawati Megawati, “Pengaruh Pemberian Ekstrak Daun Kelor Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui,” *J. Kebidanan Besurek*, Vol. 8, No. 1, Pp. 27–36, Jun. 2023, Doi: 10.51851/Jkb.V8i1.409.
- [9] R. A. Nur And A. Wuri Astuti, “Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Bidan Pada Pelayanan Komplementer Di Pmb Kabupaten Sleman,” *Bunda Edu-Midwifery J.*, Vol. 8, No. 2, Pp. 122–131, Apr. 2025, Doi: 10.54100/Bemj.V8i2.392.
- [10] H. Al-Riyami, A. Al-Maskari, S. K. Nadar, And M. Almaskari, “Knowledge, Attitudes And Practices Regarding Traditional And Complimentary Medicine In Oman,” *Sultan Qaboos Univ. Med. J.*, Vol. 23, No. 1, Pp. 90–98, Feb. 2023, Doi: 10.18295/Squmj.1.2022.007,.
- [11] D. D. Bilgin *Et Al.*, “Reasons, Associated Factors, And Attitudes Toward Breastfeeding Mothers’ Use Of Complementary Medicine Products: A Study From Türkiye,” *Int. Breastfeed. J.*, Vol. 20, P. 3, 2025, Doi: 10.1186/S13006-024-00687-0.
- [12] N. Umami *Et Al.*, “Sosialisasi Edukasi Tentang Asuhan Kebidanan Berbasis Budaya Guna Meningkatkan Pengetahuan Pada Kelompok Ibu Hamil,” *Selaparang J. Pengabd. Masy. Berkemajuan*, Vol. 7, No. 3, Pp. 1688–1692, Sep. 2023, Accessed: Jan. 19, 2024. [Online]. Available: [Http://112.78.38.8/Index.Php/Jpmb/Article/View/16484](http://112.78.38.8/Index.Php/Jpmb/Article/View/16484).
- [13] R. Ariyanti *Et Al.*, “Galaktogue Pada Jahe Dapat Meningkatkan Produksi Asi: Literatur Review,” *J. Ilm. Permas J. Ilm. Stikes Kendal*, Vol. 13, No. 2, Pp. 639–644, Mar. 2023, Doi: 10.32583/Pskm.V13i2.956.
- [14] L. A. J. Barnes, L. Barclay, K. Mccaffery, And P. Aslani, “Complementary Medicine Products: Information Sources, Perceived Benefits And Maternal Health Literacy,” *Women And Birth*, Vol. 32, No. 6, Pp. 493–520, Dec. 2019, Doi: 10.1016/J.Wombi.2018.11.015.