

Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Menyusui

Relationship of Using Hormonal Contraceptives on Breast Milk Production in Breastfeeding Mothers

Meutia Chaizuran¹, Hernita²

¹Prodi Profesi Ners, STIKes Darussalam Lhokseumawe, Sultan Iskandar Muda No 24F Lhokseumawe

²Prodi Ilmu Keperawatan, STIKes Darussalam Lhokseumawe, Sultan Iskandar Muda No 24F Lhokseumawe

*Koresponding Penulis: [1mchaizuran@gmail.com](mailto:mchaizuran@gmail.com) ; [2hernitafahmi@gmail.com](mailto:hernitafahmi@gmail.com)

Abstrak

Salah satu faktor yang mempengaruhi produksi ASI adalah penggunaan kontrasepsi hormonal yang mengandung hormon estrogen dan progesteron selama menyusui. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan produksi ASI pada ibu menyusui di desa Alue Igeuh Kecamatan Pandrah Kabupaten Bireuen. Desain penelitian bersifat deskriptif koleratif dengan pendekatan *cross sectional study* dan menggunakan tehnik total populasi sebanyak 33 responden. Hasil analisa uji *chi-square* menunjukkan bahwa nilai p value $0,042 < 0,05$ yang artinya ada hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan produksi ASI pada ibu menyusui di desa Alue Igeuh Kecamatan Pandrah Kabupaten Bireuen. Peneliti mengharapkan kepada pihak pelayanan kesehatan memberikan informasi kepada setiap wanita yang ingin menggunakan kontrasepsi khususnya bagi wanita yang sedang menyusui mengenai kelebihan dan kekurangan dari masing-masing jenis kontrasepsi yang akan digunakan, serta efek terhadap produksi ASI.

Kata Kunci: Kontrasepsi, Produksi ASI, Ibu Menyusui

Abstract

One of the factors that affect breast milk production is using hormonal contraceptives that containing estrogen and progesterone hormone during breastfeeding. This study aims to determine the relationship between the use of hormonal contraception and milk production in breastfeeding mothers in the village of Alue Igeuh, Pandrah District, Bireuen Regency. This study using cross sectional study approach with 33 respondents. Chi-square test analysis showed p value $< 0.002 < 0.05$, means there is a significant relation between using of hormonal contraception and milk production in breastfeeding mothers in Alue Igeuh Village, Pandrah District, Bireuen Regency. Researchers hope health provider will provide information to woman who wants to use contraception, especially for breastfeeding mother, regarding the advantages and disadvantages of each type of contraception to be used, as well as the effect on breastmilk production.

Keywords: Contraception, Breastmilk production, Breasfeeding mother

PENDAHULUAN

Makanan terbaik untuk bayi adalah ASI. ASI terdiri atas unsur hara mikro dan unsur hara makro. Karbohidrat, protein dan lemak merupakan makronutrien, sedangkan vitamin dan mineral merupakan mikronutrien. Hampir 90% ASI terdiri dari air (Roesli, 2012). Pada awal kehidupan bayi, ASI merupakan satu-satunya zat gizi yang dapat memenuhi kebutuhan tumbuh kembang bayi. Pertumbuhan dan perkembangan bayi terus berlanjut sampai dewasa. Fase pertumbuhan ini didasarkan pada beberapa faktor, salah satunya adalah makanan yang diberikan kepada anak. ASI merupakan makanan yang baik untuk bayi karena ASI digunakan sebagai makanan pokok bayi hingga usia 6 bulan (Arisdiani, 2016).

Keluarga Berencana (KB) atau *Family Planning/Planned Parenthood* adalah suatu usaha untuk menjarangkan atau merencanakan jumlah dan jarak kehamilan dengan memakai alat kontrasepsi sehingga dapat mewujudkan keluarga kecil bahagia dan sejahtera (Maritalia, 2014). Penggunaan KB saat ini (cara modern maupun cara tradisional), untuk angka nasional meningkat dari 55,8% (2010) menjadi 59,7% (2013), provinsi terendah di Papua (19,8%) dan yang tertinggi di Lampung (70,5%) dan di Sulawesi Selatan (56,0%). Dari 59,7% yang menggunakan KB saat ini, 59,3% menggunakan cara modern: 51,8% penggunaan KB hormonal, dan 7,5% non-hormonal (Rikesdas, 2013). Sedangkan menurut data Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), dari segi metode pemakaian kontrasepsi, pengguna kontrasepsi hormonal sebesar (84,57%) dan (19,35%) non hormonal (Magas, Kundre & Masi, 2016).

Ada banyak faktor yang mempengaruhi pasangan suami istri dalam memilih metode kontrasepsi, diantaranya : efektivitas, keamanan, frekuensi pemakaian dan efek samping, kemauan dan kemampuan untuk melakukan kontrasepsi secara teratur dan benar, biaya, agama dan kultur budaya mengenai kontrasepsi tersebut, frekuensi bersenggama, kemudahan untuk hamil kembali serta efek samping dalam hal laktasi. Kontrasepsi dalam masa nifas harus bertujuan untuk memperpanjang masa laktasi tanpa mengganggu kualitas dan kuantitas ASI-nya (Maritalia, 2014).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yuliasari (2015) tentang hubungan penggunaan KB Pil dengan produksi ASI pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Bernung Kabupaten Pesawaran pada 96 responden, 35 orang menggunakan pil dan 61 orang yang tidak menggunakan pil. Dari 35 responden yang menggunakan pil, sekitar 57,1% yang produksi ASI-nya tidak cukup dan 42,9% yang produksi ASI-nya cukup. Kemudian dari 61 responden yang tidak menggunakan pil, 68,9% yang produksi ASI-nya cukup dan hanya 31,1%

yang produksi ASI-nya tidak cukup. Ada hubungan penggunaan KB Pil dengan produksi ASI pada ibu menyusui.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan desain *cross sectional* dengan pendekatan *observasional analitical*. Penelitian dilaksanakan di desa Alue Igueh Kecamatan Pandrah Kab.Bireuen pada bulan Januari. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling* sebanyak 33 orang ibu dengan kriteria yaitu (1) ibu yang aktif menyusui bayi secara DBF (*Direct Breastfeeding*), (2) Bayi dibawah ≤ 6 bulan, serta (3) menggunakan kontrasepsi hormonal.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner yang berisi mengenai data karakteristik responden (Usia ibu, usia bayi, pendidikan terakhir, status pekerjaan). Untuk variable penggunaan kontrasepsi hormonal berupa jenis kontrasepsi hormonal yang digunakan, dan variable produksi ASI berupa lembar lembar kuesioner yang terdiri dari 10 pernyataan, diukur menggunakan pendekatan skala Likert. Adapun penilaiannya yaitu: sangat sering diberi skor 4, sering diberi skor 3, kadang-kadang diberi skor 2 dan tidak pernah diberi skor 1. Pengumpulan data dilakukan dengan cara menjumpai responden secara *door to door* yang dibantu oleh Bidan Desa Alue Igueh. Uji analisa dalam penelitian ini menggunakan analisa univariat dan bivariate menggunakan uji *chi-square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan table 1 distribusi frekuensi responden menunjukkan bahwa dari 33 orang responden, untuk usia Ibu mayoritas adalah dewasa awal sebanyak 24 orang (72,7%). Untuk kategori usia bayi mayoritas berusia 5-6 bulan yaitu sebanyak 20 orang (51,3%). Untuk kategori pendidikan responden sebagian besar merupakan pendidikan menengah (SMA/Sederajat) sebanyak 28 orang (84,8%), sedangkan untuk status pekerjaan mayoritas merupakan ibu yang tidak bekerja sebanyak 31 orang (93,9%).

Untuk variabel independen jenis kontrasepsi yang digunakan oleh ibu sebagian besar menggunakan jenis suntik sebanyak 21 orang (64%). Sedangkan untuk variabel dependen produksi ASI sebagian besar berada dalam kategori cukup sebanyak 23 orang (70%).

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Responden

No	Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Usia Ibu		
	Dewasa Muda (<21 tahun)	2	6,1
	Dewasa Awal (21 – 35 tahun)	24	72,7
	Dewasa Pertengahan (>35 tahun)	7	21,2
2	Usia Bayi		
	0-2 bulan	3	10
	3-4 bulan	10	30
	5-6 bulan	20	60
3	Pendidikan Ibu		
	Pendidikan Rendah (SD/SMP)	5	15,2
	Pendidikan Menengah (SMA)	28	84,8
	Pendidikan Tinggi (PT)	0	0
4	Status Pekerjaan		
	Bekerja	2	6,1
	Tidak Bekerja	31	93,9
5	Jenis Kontrasepsi		
	Pil Kombinasi	6	18
	Suntik	21	64
	Implan	6	18
6	Produksi ASI		
	Tidak Cukup	10	30
	Cukup	23	70

Berdasarkan table 2 hasil bivariat uji statistic *Fisher Exact test* yang merupakan alternatif dari *chi-square* didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,042 < \alpha = 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh penggunaan kontrasepsi hormonal dengan produksi ASI pada Ibu menyusui di Desa Alue Igueh Kec. Pandrah Kab.Bireuen.

Tabel 2
Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Terhadap Produksi ASI
Pada Ibu Menyusui

Jenis Kontrasepsi	Produksi ASI				Total		$p\text{-value}$
	Tidak Cukup		Cukup		N	%	
	f	%	f	%			
Pil Kombinasi	4	67	2	33	6	100	0,042
Suntik 3 bulan + Implan	7	26	20	74	27	100	

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal terhadap produksi ASI pada Ibu menyusui. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kelancaran produksi ASI di antaranya seperti frekuensi pengeluaran ASI, berat badan bayi saat lahir, usia ibu dan paritas, stress dan penyakit akut, inisiasi menyusui dini, serta penggunaan alat kontrasepsi (Dewi, 2019). Bentuk atau jenis kontrasepsi yang akan digunakan harus memperhatikan status kesehatan, efek samping, konsekuensi kegagalan. Ada juga yang perlu diperhatikan yaitu penggunaan alat kontrasepsi pada ibu menyusui agar tidak menekan produksi ASI. Kondom, IUD, pil khusus menyusui, atau suntik hormonal 3 bulan adalah contoh kontrasepsi yang bisa digunakan.

Dari tabel 2 didapatkan bahwa dari 33 responden, yang menggunakan kontrasepsi pil kombinasi produksi ASI mayoritas tidak mencukupi sebanyak 4 orang (67%) dan produksi ASI cukup sebanyak 2 orang (33%). Sedangkan untuk kontrasepsi jenis suntik 3 bulan + implant mayoritas produksi ASI tidak mencukupi sebanyak 7 orang (26%), dan produksi ASI cukup sebanyak 20 orang (74%).

Menurut asumsi peneliti, responden yang menggunakan kontrasepsi pil kombinasi sebagian besar produksi ASInya tidak cukup disebabkan karena pil kombinasi tersebut mengandung hormon estrogen dan progesteron yang berkaitan dengan volume dan durasi produksi ASI. Hal ini sesuai dengan pendapat Sebayang (2013), bahwa penggunaan alat kontrasepsi yang mengandung estrogen dan progesteron merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi produksi ASI. Bagi ibu yang dalam masa menyusui tidak dianjurkan menggunakan kontrasepsi yang mengandung hormon estrogen, karena hal ini dapat mengurangi jumlah produksi ASI bahkan dapat menghentikan produksi ASI secara keseluruhan.

Namun, terdapat juga responden yang memiliki produksi ASI yang baik walaupun menggunakan kontrasepsi jenis pil kombinasi. Hal ini bisa saja disebabkan karena frekuensi menyusui bayi yang lebih sering, *Let Down Reflex* yang baik, faktor makanan bergizi yang dikonsumsi ibu ataupun karena ibu menggunakan suplemen/obat-obatan herbal yang membantu untuk meningkatkan produksi ASI. Hal ini sesuai dengan penelitian Angriani dkk (2017) yang menyatakan bahwa frekuensi menyusui yang sering akan meningkatkan peluang 2,438 kali lebih besar untuk memiliki produksi ASI yang lancar. Demikian juga dengan makanan, menurut Kemenkes (2014) dan Astuti (2010), jika ibu berhasil memenuhi gizi seimbang saat menyusui, maka pertumbuhan bayi juga akan berhasil dan tubuh ibu

bisa menjadi sehat dan kuat serta kualitas dan kuantitas produksi ASI menjadi baik.

Sementara untuk kontrasepsi jenis suntik + implant mayoritas tidak mengganggu produksi ASI pada responden, dimana produksi ASI cukup sebanyak 20 orang (74%). Hal ini disebabkan karena jenis kontrasepsi ini hanya mengandung progesterin, selain itu jenis kontrasepsi ini juga tidak punya efek samping terhadap proses laktasi, karena hormon ini tidak menekan kerja hormon prolactin (Saifuddin, 2010). Tetapi penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwaningsih (2011) yang menunjukkan bahwa dari 53 responden, yang menggunakan suntik 3 bulan sebagian besar produksi ASI responden tidak lancar (nilai $p = 0,011 < 0,05$).

Namun, terdapat juga responden yang memiliki produksi ASI yang tidak cukup. Hal ini dikarenakan ada banyak faktor yang dapat mempengaruhi produksi ASI, diantaranya : faktor makanan, perawatan payudara, ketenangan jiwa dan pikiran, faktor isapan anak atau frekuensi menyusui (Martalita, 2014). Oleh karena itu menurut peneliti, Hal-hal yang mempengaruhi produksi ASI tidak hanya dari jenis kontrasepsi yang digunakan, namun aspek dari bayi seperti hisapan, perlekatan, frekuensi menyusui lebih memiliki peranan dalam hal produksi ASI pada ibu menyusui.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh penggunaan alat kontrasepsi hormonal terhadap produksi ASI. Disarankan ibu menggunakan alat kontrasepsi non hormonal untuk mendukung laktasi dan alternatif lain adalah menggunakan kontrasepsi yang mengandung hormon progesterin saja karena tidak mengganggu produksi ASI dan perkembangan bayi.

SARAN

Bagi tenaga kesehatan diharapkan dapat memberikan informasi kepada setiap wanita yang ingin menggunakan kontrasepsi khususnya bagi wanita yang sedang menyusui mengenai kelebihan dan kekurangan dari masing-masing jenis kontrasepsi yang akan digunakan, serta efek terhadap produksi ASI. Kepada Ibu menyusui diharapkan dapat memahami factor-faktor apa saja yang dapat meningkatkan produksi ASI sehingga proses menyusui dapat terlaksana sampai dengan 24 bulan.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti. (2010). *Manajemen Laktasi Buku Panduan Bagi Bidan dan Petugas Kesehatan di Puskesmas*. Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat Direktorat Gizi Masyarakat: Jakarta.
- Arisdiani T, Studi P (2016)Keperawatan I: *Describe the Mother's Attitude about Exclusive Breastfeeding*. J Keperawatan.;4(2):137–40
- Dewi ADC (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kelancaran Produksi Asi. J 'Aisyiyah Med. 4(1).
- Kemendes RI (2011). *Makanan Sehat Ibu Menyusui*. Kementrian Kesehatan RI: Direktorat Bina Gizi
- Maritalia, D. (2014). *Asuhan kebidanan nifas dan menyusui*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta
- Magas, M. M, Kundre, R. M & Masi, G. N (2016). *Perbedaan Siklus Menstruasi Ibu Pengguna Kontrasepsi Suntik Cyclofem Dengan Depo Medroxy Progesterone Asetat Di Wilayah Kerja Puskesmas Bontang Utara 1*. e-Journal Keperawatan (e-Kp) Volume 4 Nomor 1, Mei 2016, 1-8.
- Riset Kesehatan Dasar (2013), *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, Kementerian Kesehatan RI
- Roesli U (2012). *Panduan Konseling Menyusui Dukungan Bunda Memberikan yang Terbaik Bagi Si Buah Hati*. Jakarta: Pustaka Bunda
- Saifuddin AB. (2010).*Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Yuliasari, D. (2015). *Hubungan Penggunaan KB Pil Kombinasi dengan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui di Puskesmas Bernung Kabupaten Pesawaran Tahun 2014*. Jurnal Kesehatan Holistik , 183-186.