

Kudus banyak yang bekerja di pabrik untuk memenuhi kebutuhan ekonominya. Wanita yang bekerja hanya mendapatkan cuti melahirkan maksimal selama tiga bulan dengan distribusi satu bulan sebelum hari perkiraan lahir dan dua bulan setelah melahirkan. Kondisi yang demikian menjadi faktor pemicu rendahnya pemberian ASI. Pemberian ASI selama enam bulan di Kabupaten Kudus berdasarkan laporan survey diketahui hanya 19,56%.²

Status sosial ekonomi sering dinilai sebagai kombinasi dari pendidikan, pekerjaan dan pendapatan, hal ini umumnya dikonseptualisasikan sebagai status sosial atau kelas dari seorang individu atau kelompok. Kondisi sosial ekonomi yang rendah berkaitan dengan pendidikan, kemiskinan dan kesehatan yang buruk sehingga akan memengaruhi kondisi masyarakat secara keseluruhan. Faktor sosial ekonomi merupakan salah satu faktor yang berkontribusi pada status kesehatan seseorang.³ Status ekonomi diukur dengan melihat pendapatan sedangkan status sosial diukur dengan melihat pendidikan seseorang.⁴

Status kesehatan seseorang sendiri dapat dilihat berdasarkan keadaan sejahtera baik dari aspek fisik, mental maupun sosial, bukan hanya bebas dari penyakit atau kelemahan. Selama ini pengukuran morbiditas dan mortalitas hanya dapat mengukur derajat kesehatan saja dan sedikit mengungkapkan aspek penting lain dari kesehatan individu atau komunitas seperti disfungsi, kecacatan, cedera dan masalah kesehatan lainnya.

Saat ini status kesehatan dipandang sebagai bentuk yang multidimensi sebagai bentuk dari kualitas hidup, karena dampak kesehatan yang diukur tidak hanya atas dasar menyelamatkan nyawa tetapi juga sebagai upaya perbaikan.⁵

Selaras dengan hal tersebut maka dapat dikatakan bahwa baik atau tidaknya kualitas hidup seseorang dapat dilihat dari status kesehatannya. Kualitas hidup sendiri adalah istilah yang mengungkap maksud secara keseluruhan dari kesejahteraan, termasuk aspek kebahagiaan dan kepuasan dengan kehidupan secara menyeluruh. Konsep ini

cenderung luas dan subjektif daripada spesifik dan objektif. Dalam surveilan kesehatan, kondisi fisik dan mental serta fungsinya merupakan komponen penting yang dianggap sebagai indikator yang valid dari kualitas hidup.⁵

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah penelitian analitik dengan pendekatan observasional *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu menyusui di kecamatan Kaliwungu, Kota, Dawe, Jekulo dan Undaan Kabupaten Kudus yang memenuhi kriteria inklusi dengan teknik pengambilan sampel gugus bertahap dan diperoleh 140 responden. Data yang telah dikumpulkan dianalisis statistik univariabel, bivariabel dengan uji korelasi *Rank Spearman*, serta multivariabel dengan analisis regresi linier. Kualitas hidup diukur berdasarkan kuesioner *short-form* 36 dan sosial ekonomi berdasarkan jumlah pengeluaran per bulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian lama menyusui dan status sosial ekonomi disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 1: Karakteristik ibu menyusui

Variabel dan kategori	n = (140)	%
Umur (tahun)		
< 20	14	10
20-34	117	83.6
>=35	9	6.4
Paritas		
1	71	50.8
2	50	35.7
> 3	19	13.5
Lama menyusui (bulan)		
1	20	14.3
2	26	18.6
3	31	22.1
4	18	12.9
5	12	8.6
6	33	23.6
Status Sosial Ekonomi		
Pendidikan		
SD	37	26.4

SMP	60	42.9
SMA	36	25.7
Perguruan Tinggi	7	5
Pekerjaan		
Tidak bekerja	95	67.9
Bekerja	45	32.1
Penghasilan		
<median	68	48.6
>=median	72	51.4

Berdasarkan tabel 1 tampak bahwa umur ibu menyusui bervariasi. Distribusi umur yang paling banyak adalah ibu menyusui yang berumur 20-34 tahun. Distribusi paritas yang dimiliki terbanyak yaitu 1. Distribusi lama menyusui bervariasi pada masing-masing ibu yang menyusui mulai dari satu bulan sampai dengan enam bulan. Distribusi terbanyak adalah ibu yang menyusui se lama enam bulan. Tingkat pendidikan, pekerjaan dan penghasilan ibu bervariasi, distribusi pendidikan terbanyak adalah Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan distribusi pekerjaan terbanyak adalah ibu yang tidak bekerja. Penghasilan ibu dihitung berdasarkan jumlah pengeluaran biaya pokok dan biaya tambahan, distribusi terbesar adalah ibu yang mempunyai penghasilan sama dengan dan lebih dari median.

Tabel 2: Deskripsi Statistik Kualitas Hidup

Kualitas hidup (Sub-variabel)	Ukuran statistic			
	Me an	SD	Median	Rentang
Fungsi fisik	76,3	25.4	85	5-100
Peran fisik	64,2	30,7	75	0-100
Nyeri	85,2	17,8	90	22,5-100
Kesehatan umum	77,9	17,5	85	25-100
Vitalitas	79	14,4	80	40-100
Emosi	65,8	31,6	66	0-100
Sosial	85	18,2	87,5	25-100
Kesehatan mental	83	14,2	85,5	48-100

Tabel 2 menyajikan ukuran statistik skor kualitas hidup masing-masing sub-variabel yang kemudian dijadikan tolok ukur kualitas

hidup ibu menyusui berdasarkan lama menyusui dan status sosial ekonomi.

Tabel 3: Korelasi Lama Menyusui dengan Kualitas Hidup Ibu Menyusui

Variabel lama menyusui dengan kualitas hidup	r_s	Nilai p
Fungsi fisik	0,242	0,004
Peran fisik	0,433	< 0,001
Nyeri	0,241	0,004
Emosi	0,391	<0,001
kualitas hidup rata-rata	0,430	<0,001

Keterangan : Nilai p dihitung berdasarkan Uji Rank Spearman's

Tabel 3 menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara lama menyusui dengan skor fungsi fisik, keterbatasan peran fisik, nyeri, dan kondisi emosional ibu yang menyusui. Hal ini berarti semakin lama ibu menyusui semakin baik fungsi fisiknya, mampu menyelesaikan pekerjaan/tugasnya, nyeri ringan dan kondisi emosionalnya.

Tabel 4: Korelasi Status Sosial Ekonomi dengan Kualitas Hidup Ibu

Variabel sosial ekonomi dengan kualitas hidup	r_s	Nilai p
Penghasilan		
Kesehatan umum	-0,342	0,000
Vitalitas	-0,194	0,021
Fungsi sosial		
Kesehatan	-0,289	0,001
mental		
Pendidikan		
Fungsi sosial	-0,176	0,038
Pekerjaan		
Vitalitas	-0,194	0,022

Keterangan : Nilai p dihitung berdasarkan Uji Rank Spearman's

Tabel 4 menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif antara penghasilan, dengan skor kesehatan umum, vitalitas, fungsi sosial dan kesehatan mental ibu menyusui. Masing-masing aspek tersebut memiliki hubungan yang lemah. Hal ini bermakna bahwa korelasi antara penghasilan dengan skor kesehatan umum, vitalitas, fungsi sosial dan kesehatan mental mempunyai korelasi yang lemah, signifikan, dan tidak searah.

Pada sub-variabel pendidikan terdapat korelasi negatif antara pendidikan dengan skor fungsi sosial. Hal ini berarti bahwa korelasi antara tingkat pendidikan dengan fungsi sosial mempunyai korelasi yang lemah, signifikan dan tidak searah. Variabel pendidikan yang semakin tinggi diikuti dengan fungsi sosial yang semakin rendah. Pada sub-variabel pekerjaan juga terdapat korelasi negatif antara status pekerjaan dengan vitalitas.

Tabel 5: Model persamaan regresi linier lama menyusui dan status sosial ekonomi dengan kualitas hidup ibu

Variabel	Koefisien β	Koefisien korelasi	Nilai p
Lama menyusui	2,983	0,416	<0,001
Penghasilan	-0,01	-0,053	0,563
Pendidikan	-3,06	-0,021	0,822
Konstanta	70,987		
Lama menyusui	2,975	0,424	<0,001
Penghasilan	-0,001	-0,63	0,413
Konstanta	70,760		

Ket: Uji statistik regresi linier

Dari persamaan regresi linier di atas diperoleh nilai konstanta sebesar 70,760. Artinya, setiap penambahan satu bulan lamanya menyusui akan menambah nilai sebesar 2,975 kualitas hidup. Untuk melihat nilai kualitas hidup ibu yang menyusui selama enam bulan dapat diprediksikan sebagai berikut yaitu kualitas hidup = $70,760 + 2,975(6) = 88,61$. Hal ini berarti ibu yang menyusui selama enam bulan mempunyai skor kualitas hidup 88,61. Pada koefisien regresi variabel

bebas menunjukkan arah hubungan dari variabel yang bersangkutan dengan kualitas hidup ibu menyusui. Koefisien regresi untuk variabel bebas lama menyusui bernilai positif yaitu 0,424 dengan nilai $p < 0,001$ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan searah antara lama menyusui dengan kualitas hidup ibu. Persamaan yang diperoleh mampu menjelaskan kualitas hidup sebesar 17,3% sedangkan sisanya dijelaskan oleh variabel lain yang tidak diteliti.

Berbeda dengan penelitian di Taiwan yang rata-rata usia ibu adalah 27 – 32 tahun, pada penelitian ini menunjukkan bahwa usia ibu menyusui masih relatif muda sedangkan untuk paritas terdapat kesamaan karakteristik subjek yaitu rata-rata paritas satu.

Faktor usia sering dikaitkan dengan periode ibu menyusui karena ibu yang mempunyai usia lebih muda cenderung memiliki pengalaman menyusui yang kurang. Menyusui membutuhkan waktu dan kesabaran, ibu mungkin akan kehilangan waktu selama masa menyusui, kesulitan pada awal menyusui dapat menyebabkan ibu tidak mempunyai rasa percaya diri sehingga berpotensi untuk lebih cepat menghentikan periode menyusui. Paritas satu memungkinkan ibu memberikan perhatian penuh kepada bayinya dan memperoleh kesempatan untuk dapat menyusui lebih lama.

Hal tersebut sesuai dengan penelitian di Bangladesh yang melaporkan bahwa ibu yang usianya lebih tua memiliki potensi yang lebih rendah untuk menghentikan menyusui dibandingkan dengan ibu yang usianya lebih muda. Tingginya paritas dikaitkan dengan peningkatan risiko penghentian masa menyusui.⁶

Keuntungan menyusui pada masa awal yaitu terbentuknya ikatan antara ibu dengan bayi. Ikatan dini ibu dan bayi memengaruhi serangkaian perubahan sel otak dengan pelepasan hormon laktasi. Peningkatan hormon prolaktin ini menyebabkan keadaan ibu menjadi tenang dan memungkinkan ibu untuk dapat bertahan dari tekanan selama mengasuh anak dan perubahan peran menjadi orang tua.⁷

Hasil ini sesuai dengan penelitian Chen YC yang melaporkan bahwa terdapat korelasi positif antara pola kebiasaan pemberian makanan pada bayi dengan kualitas hidup ibu. Ibu yang menyusui selama enam bulan atau lebih mempunyai kualitas hidup yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang menyusui kurang dari enam bulan atau tidak pernah menyusui sama sekali. Secara khusus, para ibu yang menyusui selama enam bulan mempunyai skor lebih tinggi daripada ibu yang tidak menyusui dalam hal fungsi fisik, kesehatan umum dan kesehatan mental. Temuan ini menunjukkan bahwa menyusui membantu meningkatkan kualitas hidup ibu dengan durasi menyusui sebagai faktor kunci.⁸

Peningkatan kualitas hidup ibu menyusui ini menurut Mezzacappa *et al* salah satunya disebabkan karena ibu menyusui mempunyai sedikit gangguan gastrointestinal, gangguan saluran pernafasan dan sedikit kunjungan ke dokter. Kavanaugh *et al* juga melaporkan bahwa ibu dari bayi prematur mempunyai keuntungan khusus secara emosional dari pengalaman menyusui mereka. Ibu yang menyusui mempunyai tekanan darah yang rendah dan respon emosional serta stres fisik yang rendah dibandingkan dengan wanita yang tidak menyusui.^{8,9}

Semakin lama ibu menyusui membuat kondisi emosional ibu semakin baik. Ibu merasa lebih tenang dan damai karena lebih sering berinteraksi secara emosional dengan bayinya melalui kontak mata, kulit dan dekapan ibu ke bayi saat ia menyusui. Ibu menjadi merasa lebih percaya diri karena kehadirannya selalu ditunggu dan dibutuhkan oleh bayinya.

Kondisi tersebut dikarenakan menyusui memiliki peran penting untuk kesehatan mental ibu. Groer dan Davis mencatat bahwa menyusui menyebabkan perubahan psikoneuroimunologi yang bermanfaat bagi ibu yaitu mengurangi dampak stres. Secara fisiologis tubuh manusia dirancang untuk merespon dengan cara tertentu ketika merasa terancam. Respon fisiologis akan sama saat tubuh mengalami ancaman fisik dan atau psikologis. Gangguan tidur, rasa sakit dan

trauma sangat relevan dengan ibu yang baru menyusui.¹⁰

Tingkat pendidikan berkaitan dengan tingkat penghasilan yang diperoleh. Tingkat pendidikan juga membuat seseorang mempunyai pandangan yang berbeda dalam mensikapi permasalahan hidup. Di pedesaan, mereka yang berpendidikan sedang cenderung mampu menyesuaikan dalam kehidupan bermasyarakat, sedangkan mereka yang berpendidikan perguruan tinggi lebih sulit dalam menyesuaikan kehidupan bermasyarakat karena mungkin berbeda dalam pendapat. Secara emosional di lingkungan desa mereka yang berpendidikan menengah cenderung mengabaikan perasaan tidak nyaman dengan alasan tidak ingin mempunyai konflik sosial dengan keluarga maupun masyarakat. Idealnya, semakin tinggi penghasilan seseorang akan membuat kebebasan seseorang dalam menentukan pilihan serta upaya meningkatkan standar hidup. Penghasilan mampu membuat seseorang mencapai kesehatan yang lebih baik, hidup berkecukupan dan terhindar dari tekanan hutang yang dapat mengurangi rasa percaya diri serta mengganggu kehidupan sosial bermasyarakat.

Di Kabupaten Kudus, khususnya di desa masih muncul pendapat bahwa wanita yang tidak bekerja mempunyai standar hidup yang lebih, artinya mereka yang bekerja sebagai buruh pabrik disebabkan karena tuntutan ekonomi atau karena penghasilan suami tidak mencukupi kebutuhan sehari-hari. Ibu yang tidak bekerja berpersepsi bahwa mereka jauh lebih dapat menikmati hidup dibandingkan dengan mereka yang bekerja di pabrik. Kuatnya kepercayaan adat jawa bahwa wanita adalah “konco wingking” juga menyebabkan wanita merasa jauh lebih baik tinggal di rumah daripada bekerja sebagai buruh pabrik. Keputusan ibu untuk bekerja dan tidak bekerja setelah menikah bergantung pada ijin suami.

Temuan ini sejalan dengan temuan penelitian di Iran yang melaporkan bahwa wanita yang dipekerjakan memiliki perasaan yang berbeda dengan wanita yang tidak dipekerjakan/wanita profesional. Wanita yang mempunyai profesi memiliki

kemandirian/kebebasan dan kesehatan yang lebih baik.¹¹

Hal ini karena semakin tinggi penghasilan seseorang maka upaya yang dilakukan untuk memperoleh penghasilan tersebut juga semakin besar sehingga mereka lebih rentan mengalami gangguan kesehatan umum, vitalitas menurun karena kelelahan, waktu untuk bersosialisasi juga berkurang serta memungkinkan untuk mengalami kelelahan mental akibat beban kerja yang ditanggung. Tingkat pendidikan akan mengubah pola pikir seseorang dan berdampak pada pekerjaan seseorang sehingga semakin tinggi pendidikan maka waktu untuk menjalankan fungsi sosial juga akan berkurang. Tingkat pendidikan seseorang turut membentuk persepsi seseorang akan makna dari sehat. Secara emosional orang dengan pendidikan yang cukup akan mampu mengendalikan emosional dan menjaga fungsinya dalam kehidupan sosial. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka peran untuk menjalankan fungsi sosial juga semakin rendah. Pekerjaan memungkinkan seseorang untuk mengalami kelelahan fisik dan mental sehingga menurunkan vitalitas.

Menyusui selama enam bulan dapat membantu meningkatkan fungsi fisik, mengurangi keterbatasan peran karena masalah fisik, mengurangi nyeri dan membuat emosi ibu lebih stabil. Tingginya tingkat pendidikan menyebabkan kondisi kesehatan dan emosi seseorang menjadi lebih baik karena terjadi perubahan minat, selera dan etiket. Pekerjaan menyebabkan timbulnya nyeri, menurunnya vitalitas dan fungsi fisik ibu. Penghasilan yang tinggi menyebabkan seseorang kehilangan waktu untuk menjalankan fungsi sosial, menurunnya kesehatan umum dan kesehatan mental karena kelelahan. Penghasilan memengaruhi lamanya menyusui, penghasilan yang tinggi cenderung mengurangi waktu ibu untuk menyusui.

SIMPULAN

Simpulan yang diperoleh dalam penelitian ini adalah menyusui selama enam bulan dapat membantu meningkatkan kualitas hidup ibu,

khususnya membantu meningkatkan fungsi fisik, mengurangi keterbatasan peran karena masalah fisik, mengurangi nyeri dan membuat emosi ibu lebih stabil. Sedangkan status sosial ekonomi tidak memengaruhi kualitas hidup

REFERENSI

- Weber D, Janson A, Nolan M, Wen LM, Risse C. Females employees perceptions of organisational support for breastfeeding at work: findings from an Australian health service workplace. 2011. BMC Res.
- Pemkab Kudus. Upaya Kesehatan Pemerintah Kabupaten Kudus. 2010. Kudus Jawa Tengah
- Tavallai SA, Einollahi B, Farahani MA, Namdari M. Socioeconomic links to health-related quality of life, anxiety and depression in kidney transplant recipients. *IJKD*. 2009;1(3):40-4.
- US Department of health and human Service. Social determinant of health. CDC. [diunduh 12 Januari 2012]. Tersedia dari : <http://www.cdc.gov>
- U.S Department of health and human service. Measuring healthy days. CDC. 2000 [diunduh 5 Januari 2012]. Tersedia dari: <http://www.cdc.gov>
- Akter S, Rahman M. Duration of breastfeeding an its correlates in Bangladesh. *Health Popul Nutr*. 2010;28(6).
- Azza A.F, Ehzan FM, Kolkaliah N, The Psychological benefit of continued breastfeeding into the second year mother and child. *Int.J.Ch.Neuropsychiatry*. 2005;2(2):143-53
- Chen YC, Chie WC, Kuo SC, Lin YH, Lin SJ, Chen PC. The association between infant feeding pattern and mother's quality of life in Taiwan. *Epub*. 2007;16(8):1281-8.
- Gribble KG. Mental health, attachment and breastfeeding: implications for adopted children and their mothers. *Int Breastfeed J*. 2006;1(5):1-5.

- Azar IAS. Heidari M. Bidmeskhi EA. Forghani F. Basirani N. Multiple roles and women's quality of life in Iran(Zabol). Iran J Psychiatry.2008;3(3). Hlm 93-9
- Kendall T. A new paradigm for depression in new mothers:the central role of inflammation and how breastfeeding and anti-inflammatory treatments protect maternal mental health.Int Breastfeed J.2007; 2(6):1-