

Peningkatan durasi pemberian asi pada ibu post partum melalui relaksasi autogenic training

Farida Juanita, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20488570&lokasi=lokal>

Abstrak

Sebagian besar penyebab kegagalan menyusui berasal dari ketidakpercayaan diri ibu. Salah satu intervensi yang dapat dilakukan untuk membantu keberhasilan menyusui adalah melalui autogenic training untuk mengurangi kecemasan dan meningkatkan kepercayaan diri ibu. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan bahwa ada pengaruh relaksasi autogenic training terhadap durasi menyusui. Penelitian ini menggunakan desain eksperimental posttest only non equivalent control group design. Sampel sebanyak 30 diambil dari populasi yang memenuhi kriteria inklusi, dibagi menjadi kelompok kontrol dan perlakuan. Intervensi autogenic training dilakukan ibu di rumah selama 3 minggu. Post-test dilakukan home visite pada bulan pertama, ketiga dan keenam. Data dianalisis menggunakan one tailed independent t test dengan $\alpha = 0,05$. Hasil analisis menunjukkan bahwa kelompok perlakuan dapat memberikan ASI lebih lama dibandingkan kelompok kontrol ($p = 0,005$). Dapat disimpulkan bahwa relaksasi autogenic training berpengaruh terhadap peningkatan durasi pemberian ASI. Penerapan hasil penelitian ini dapat dilakukan untuk membantu ibu untuk keberhasilan menyusui eksklusif.

.....The failures of breastfeeding are mostly caused by mothers inconfidence. Nurses can give psychological support by autogenic training relaxation which strengthens mothers` confidence to breastfeed exclusively. This method teaches mothers in building a positive intention and motivation to help the process of breastfeeding. This study aims to prove that autogenic training relaxation may extend the duration of breastfeeding. By using an experimental, posttest only - non equivalent control group design, 30 subjects are taken based on the criteria and divided into two groups. After providing autogenic training for 3 weeks, post-test conducted on the first, third and sixth months. Data were analyzed using one-tailed independent t test with $\alpha = 0.05$. The analysis showed that the intervention group could breastfeed longer than control group ($p = 0.005$). It can be concluded that autogenic training affected the duration of breastfeeding. These results can be considered that autogenic training as an intervention in support for exclusive breastfeeding.