

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Air Susu Ibu (ASI)

2.1.1 Pengertian

Air Susu Ibu (ASI) merupakan suspensi lemak dan protein dalam larutan karbohidrat mineral. Ibu yang menyusui dapat dengan mudah menghasilkan 600 ml susu per hari, dan berat badan ibu sewaktu hamil tidak mempengaruhi kuantitas atau kualitasnya. (Leveno, Hauth B, Rouse, 2013)

ASI adalah air susu ibu yang diberikan kepada anaknya langsung setelah lahir sampai usia 6 bulan tanpa tambahan makanan atau minuman apapun (Roesli. 2008). Air Susu Ibu (ASI) adalah nutrisi esensial yang mengandung sel-sel darah putih, imunoglobulin, enzim, hormon dan protein spesifik serta zat gizi lainnya yang diperlukan untuk kelangsungan tumbuh kembang kehidupan bayi (Sherwood. 2012). Nutrisi merupakan salah satu faktor penentu pertumbuhan yang optimal yang dijadikan indikator dari keberhasilan atas pemberian asupan gizi yang baik (Sjarif et al., 2014). Air Susu Ibu (ASI) dikategorikan sebagai makanan terbaik bayi yang merupakan karunia Tuhan dan tidak dapat ditiru oleh para ahli makanan manapun karena komposisinya selalu berubah yang disesuaikan dengan pertumbuhan bayi dari hari ke hari (Pratiwi & Mardiana, 2016).

2.1.2 Manfaat ASI dan Menyusui

Menyusui memiliki banyak manfaat yang dapat ditinjau dari beberapa aspek; Apabila dilihat dari komposisinya, ASI mengandung kolostrum yang merupakan cairan pelindung bayi yang kaya akan zat anti-infeksi, protein tinggi

dan garam anorganik. Kolostrum ini merupakan air susu pertama yang keluar 1-2 hari setelah ibu melahirkan dan berwarna kekuningan. ASI pun mengandung taurin yang berfungsi sebagai neuro transmitter serta berperan dalam proses maturasi sel otak, susunan saraf serta pertumbuhan retina (Utami, Roesli, 2008 & Nurbaeti, Irma dkk, 2013). Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) menyebutkan bahwa kadar lemak dalam ASI lebih tinggi dibanding susu formula. Tinggi kadar lemak ini dibutuhkan untuk mendukung pertumbuhan otak yang cepat selama masa ini. Apabila dilihat dari segi psikologi, interaksi antara ibu dan bayi akan menumbuhkan ikatan kasih sayang dan rasa nyaman yang timbul karena adanya sentuhan kulit antara keduanya (*skin to skin contact*). Bayi pun akan merasa aman karena mendengar denyut jantung ibu yang sudah dikenal sejak bayi dalam kandungan (depkes RI. 2001). Jika ditinjau dari segi ekonomi, menyusui sangat praktis, mudah diberikan dan akan menghemat pengeluaran rumah tangga karena ibu tidak membutuhkan biaya tambahan.

Menyusui dapat menunda kehamilan karena merupakan alat kontrasepsi alamiah yang dikenal dengan istilah Metode Amenorea Laktasi (MAL) (depkes RI. 2015).

2.1.3 Produksi ASI

Proses laktasi atau menyusui adalah proses pembentukan ASI yang melibatkan hormon prolaktin dan hormon oksitosin. Hormon prolaktin selama kehamilan akan meningkat akan tetapi ASI belum keluar karena masih terhambat hormon estrogen yang tinggi. Dan pada saat melahirkan, hormon estrogen dan progesterone akan menurun dan hormon prolaktin akan lebih dominan sehingga terjadi sekresi ASI (Rini Yuli Astutik, 2014). Proses pembentukan ASI di mulai

sejak awal kehamilan, ASI (Air Susu Ibu) di produksi karena pengaruh faktor hormonal, proses pembentukan ASI di mulai dari proses terbentuknya laktogen dan homon- hormon yang mempengaruhi terbentuknya ASI, proses pembentukan laktogen dan hormon produksi ASI sebagai berikut :

1. Laktogenesis I

Pada fase akhir kehamilan, payudara perempuan memasuki fase pembentukan laktogenesis I, dimana payudara mulai memproduksi kolostrum yang berupa cairan kuning kental. Pada fase ini payudara perempuan juga membentuk penambahan dan pembesaran lobules-alveolus. Tingkat progesteron yang tinggi dapat menghambat produksinya ASI. Pada fase ini kolostrum yang keluar pada saat hamil atau sebelum bayi lahir tidak menjadikan masalah sedikit atau banyaknya ASI yang akan di produksi.

2. Laktogenesis II

Pada saat melahirkan dan plasenta keluar menyebabkan menurunnya hormon progesterone, estrogen dan human placental lactogen (HPL) secara tiba-tiba, akan tetapi kadar hormone prolaktin tetap tinggi yang menyebabkan produksi ASI yang berlebih dan fase ini di sebut fase laktogenesis II. Pada fase ini, apabila payudara dirangsang, kadar prolaktin dalam darah akan meningkat dan akan bertambah lagi pada perode waktu 45 menit, dan akan kembali ke level semula sebelum rangsangan tiga jam kemudian. Hormon prolaktin yang keluar dapat menstimulasi sel di dalam alveoli untuk memproduksi ASI, hormon prolaktin juga akan keluar dalam ASI. Level prolaktin dalam susu akan lebih tinggi apabila produksi ASI

lebih banyak., yaitu pada pukul 2 pagi sampai 6 pagi, akan tetapi kadar prolaktin akan menurun jika payudara terasa penuh. Selain hormon prolaktin, hormon lainnya seperti hormo insulin, tiroksin dan kortisol terdapat dalam proses produksi ASI, tetapi peran hormon tersebut tidak terlalu dominan. Penanda biokimiawia mengindikasikan jika proses laktogenesis II di mulai sekitar 30-40 jam setelah melahirkan, akan tetapi ibu yang setelah melahirkan merasakan payudara penuh sekitar 2-3 hari setelah melahirkan. Jadi dari proses laktogenesis II menunjukkan bahwa produksi ASI itu tidak langsung di produksi setelah melahirkan. Kolostrum yang di konsumsi oleh bayi sebelum ASI, mengandung sel darah putih dan antibody yang tinggi dari pada ASI sebenarnya, antibody pada kolostrum yang tinggi adalah immunoglobulin A (IgA), yang membantu melapisi usus bayi yang masih rentan dan mencegah kuman masuk pada bayi. IgA juga mencegah alergi terhadap makanan, dalam dua minggu setelah melahirkan, kolostrum akan mulai berkurang dan tidak ada, dan akan di gaantikan oleh ASI seutuhnya.

3. Laktogenesis III

Fase laktogenesis III merupakan fase dimana system control hormone endokrin mengatur produksinya ASI selama kehamilan dan beberapa hari setelah melahirkan. Pada saat produksi ASI mulai stabil, sistem kontrol autokrin dimulai. Pada tahap ini apabila ASI banyak dikeluarkan, payudara akan memproduksi ASI lebih banyak. Payudara akan memproduksi ASI lebih banyak lagi jika ASI sering banyak dikeluarkan, selain itu reflek menghisap bayi pula akan dapat mempengaruhi produksi ASI itu sendiri.

2.1.4 Jenis – jenis ASI, yaitu sebagai berikut :

1. *Foremilk*

Foremilk merupakan ASI yang encer yang dapat di produksi pada awal proses menyusui dengan kadar air tinggi dan mengandung protein, laktosa serta nutrisi lainnya, akan tetapi kadar lemak pada *foremilk* rendah. *Foremilk* di simpan pada saluran penyimpanan dan keluar pada awal menyusui. Cairan *foremilk* lebih encer dibandingkan *hindmilk*, *foremilk* merupakan ASI yang keluar pertama dan dapat mengatasi haus pada bayi.

2. *Hindmilk*

Hindmilk merupakan ASI yang mengandung tinggi lemak dan memberikan zat tenaga/energi dan diproduksi pada akhir proses menyusui. ASI *hindmilk* keluar setelah *foremilk*, sehingga bisa dikatakan lain sebagai asupan utama setelah asupan pembukan. ASI *hindmilk* sangat banyak, kental dan penuh lemak bervitamin. *Hindmilk* mengandung lemak 4 – 5 kali dibandingkan dengan *foremilk*. Akan tetapi seorang bayi tetap membutuhkan *foremilk* dan *hindmilk* (Rini Yuli Astutik, 2014).

2.2 Kandungan dalam ASI

ASI mengandung komponen nutrien makro dan mikro. Contoh makronutrien berupa karbohidrat, protein dan lemak. Sedangkan mikronutrien berupa vitamin dan mineral. ASI tersusun atas 90% air, volume dan komposisinya dapat berbeda pada setiap ibu menyusui, bergantung pada kebutuhan bayi. Hal ini dapat terlihat pada masa menyusui mulai dari kolostrum, ASI transisi, ASI matang, dan ASI saat penyapihan.

2.2.1 Karbohidrat

ASI mengandung laktosa yang merupakan karbohidrat utama dan berfungsi sebagai sumber energi otak. Kadarnya hampir 2 kali lipat lebih banyak dalam ASI dibanding susu sapi maupun susu formula. Laktosa dalam ASI lebih mudah diserap bayi, sehingga menurunkan angka kejadian diare karena tidak dapat mencerna laktosa (intoleransi laktosa). Kadar karbohidrat meningkat terutama pada ASI transisi (7-14 hari setelah melahirkan) dan cenderung stabil setelahnya.

2.2.2 Protein

Memiliki kadar yang cukup tinggi dalam ASI. Komposisinya berbeda dengan protein susu sapi, ia tersusun lebih banyak protein *whey* daripada *casein*. Protein *whey* lebih mudah diserap usus bayi, dibandingkan sedangkan *casein* yang terdapat dalam susu sapi.

2.2.3 Lemak

Lemak memiliki kadar yang paling tinggi diantara susu sapi dan susu formula. Namun jenisnya berbeda pada ASI, diantaranya kandungan omega 3 dan omega 6 yang bermanfaat pada perkembangan otak bayi, asam doksoheksanoik (DHA) dan asam arakidonat (ARA) yang berperan untuk jaringan saraf dan retina mata. 9, 10 Selain itu ASI juga mengandung asam lemak jenuh dan tak jenuh dalam komposisi yang seimbang, namun susu sapi cenderung lebih banyak asam lemak jenuh. Asam lemak jenuh ini tidak baik untuk jantung dan pembuluh darah jika dikonsumsi berlebih.

2.2.4 Karnitin

ASI mengandung karnitin yang tinggi, terutama di tiga minggu awal menyusui, kadarnya lebih tinggi didalam kolostrum. Karnitin ini berfungsi membantu membentuk energi yang diperlukan oleh tubuh.

2.2.5 Vitamin K

Vitamin K merupakan zat yang penting bagi tubuh terutama untuk membantu pembekuan darah. Di dalam ASI kadar vitamin K hanya seperempatnya dari susu formula. Sehingga bayi yang hanya mendapat ASI perlu diberikan vitamin K tambahan agar mengurangi risiko terjadinya perdarahan.

2.2.6 Vitamin D

Jumlah vitamin D hanya sedikit dalam ASI, namun kekurangan vitamin ini dapat disiasati dengan menjemur bayi pada pagi hari. Sehingga kebutuhan bayi terpenuhi dan dapat mencegah penyakit tulang karena defisiensi vitamin D.

2.2.7 Vitamin E

Vitamin E berperan mencegah terjadinya kerusakan sel darah merah yang dapat menyebabkan anemia (anemia hemolitik). Kandungan vitamin E tinggi pada ASI terutama kolostrum dan transisi awal.

2.2.8 Vitamin A

ASI memiliki vitamin A dan beta karoten dalam jumlah yang tinggi. Vitamin A berperan untuk pembelahan sel, kekebalan tubuh, dan pertumbuhan. Sehingga bayi yang mendapat ASI tumbuh kembang dan daya tahan tubuhnya baik.

2.2.9 Vitamin yang Larut dalam Air

Kadar vitamin seperti vitamin B, asam folat, dan vitamin C terdapat dalam ASI. Kadar vitamin ini jumlahnya bergantung pada status gizi ibu. Seperti kadar asam folat, vitamin B6, B12 yang rendah pada ibu yang status gizinya kurang. Padahal vitamin seperti B6 dibutuhkan saat awal perkembangan syaraf bayi, sehingga perlu ditambahkan vitamin ini pada ibu yang menyusui. Kadar vitamin B12 yang rendah dapat diatasi dengan makanan sehari-hari, kecuali ibu yang vegetarian.

2.2.10 Mineral

Mineral juga terdapat dalam ASI, namun jumlahnya tidak dipengaruhi oleh makanan ataupun status gizi ibu. Mineral dalam ASI memiliki kualitas yang lebih baik jika dibandingkan dengan terdapat di susu sapi. Mineral yang terdapat di ASI yang utama yaitu kalsium. Kalsium ini berfungsi sebagai pertumbuhan jaringan, otot, dan rangka. Kadarnya sedikit dalam ASI, namun penyerapannya lebih besar. Penyerapan ini dipengaruhi oleh fosfor, magnesium, lemak, dan vitamin D dalam. Kekurangan kalsium dapat mengakibatkan kejang otot dan hal ini lebih banyak ditemukan pada bayi yang mendapat susu formula. Mineral lainnya yaitu zat besi, kandungannya dalam ASI lebih sedikit dibanding susu formula, namun sama dengan kalsium, zat besi dalam ASI lebih mudah diserap, perbandingannya sekitar 20-50% pada ASI dan hanya 4-7% pada susu formula. Oleh karena itu, bayi yang mendapat ASI lebih kecil risikonya terhadap kekurangan zat besi dibanding bayi yang mendapat susu formula. Penyakit seperti *acrodermatitis enterophatica*, diare kronik, gelisah, dan gagal tumbuh dapat disebabkan oleh kekurangan zink dalam tubuh bayi. ASI juga mengandung

mineral zink ini, namun jumlahnya juga lebih sedikit dibanding susu formula. Walaupun demikian, kadar zink dalam ASI lebih mudah diserap, sekitar 60% pada ASI dan 43-50 % pada susu sapi, dan 27-32% pada susu formula. Begitu juga dengan mineral lain yang kadarnya tinggi dalam ASI, selenium yang diperlukan untuk pertumbuhan anak dengan cepat.

2.3 Waktu Produksi ASI

Berdasarkan waktu diproduksi, ASI dapat dibagi menjadi 3 yaitu:

1. Kolostrum

Adalah cairan yang disekresi oleh kelenjar mammae berwarna kekuningan saat sebelum dan sesudah melahirkan bayi. Kolostrum disekresi dari hari pertama hingga hari ketiga atau keempat dari masa laktasi. Kolostrum bermanfaat bagi bayi untuk membersihkan meconium di usus bayi yang baru lahir agar siap menerima makanan selanjutnya. Selain itu ia juga bermanfaat karena mengandung antibodi yang banyak sehingga dapat melindungi bayi di 6 bulan pertama kehidupannya. Volumennya berkisar 150-300 ml/24 jam.

2. Air Susu Masa Peralihan (Masa Transisi)

Peralihan dari kolostrum menjadi ASI matur, ASI ini disekresi pada hari ke 4 hingga hari ke 10 masa laktasi. ASI ini memiliki kadar protein yang rendah, namun kadar lemak dan karbohidrat semakin tinggi jumlahnya.¹³

3. Air Susu Matur

Pada hari ke 10 dan seterusnya ASI matur disekresi, ASI ini merupakan makanan yang baik bagi bayi dari segi komposisi maupun volumenya. Warnanya putih kekuning-kuningan, karena mengandung casienat,

riboflavin, dan karotin. Volume ASI ini 350-850ml /24 jam. Selain itu ASI ini juga mengandung *anti microbacterial factor* seperti Antibodi terhadap bakteri dan virus, enzim (*lysozyme, lactoperoxidase*), Protein (lactoferrin, B12 *binding Protein*), faktor resisten terhadap *staphylococcus* dan komplemen (C3 dan C4).

2.4 Jumlah Produksi Air Susu Ibu (ASI)

Air Susu Ibu (ASI) yang diproduksi setelah melahirkan pada hari pertama adalah berupa kolostrum dengan volume 10 – 100cc, dan pada hari ke 2 sampai ke 4 akan meningkat dengan volume sekitar 150 – 300ml/24 jam. Produksi ASI setelah 10 hari dan seterusnya melahirkan sampai bayi berusia tiga bulan atau disebut dengan ASI matur, ASI dapat berproduksi sekitar 300 - 800ml/hari, dan ASI akan terus meningkat pada hari atau minggu seterusnya (Rini Yuli Astutik, 2014).

2.5 Manfaat Air Susu Ibu (ASI)

Pemberian ASI sangat bermanfaat bagi bayi, khususnya pemberian ASI secara eksklusif, ASI eksklusif merupakan pemberian minum ASI secara murni yaitu bayi hanya di berikan ASI saja tanpa ada makanan atau minuman tambahan selama 6 bulan penuh. Manfaat pemberian ASI juga bermanfaat bagi ibu bayi, manfaat pemberian ASI bagi ibu dan bayi sebagai berikut :

2.5.1 Manfaat ASI bagi bayi

1. ASI Sebagai Nutrisi

ASI merupakan sumber gizi yang sangat ideal dengan komposisi yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan bayi. ASI adalah makanan bayi yang kualitas maupun kuantitas yang sempurna. Oleh

karena itu pemberian ASI akan cukup memenuhi kebutuhan bayi hingga usia 6 bulan.

2. ASI Meningkatkan Daya Tahan Tubuh Bayi

Bayi yang baru lahir secara alamiah mendapat immunoglobulin (zat kekebalan tubuh) dari ibunya. Namun zat kekebalan ini akan menurun dengan cepat segera setelah bayi lahir. Dengan pemberian ASI, zat kekebalan yang menurun ini dapat di dapatkan bayi. Dalam penelitian terbukti dengan menyusui eksklusif selama 6 bulan memberikan risiko yang lebih kecil terhadap penyakit infeksi seperti diare, infeksi saluran napas infeksi telinga, pneumonia, infeksi saluran kemih dan penyakit lainnya (obesitas, diabetes, alergi, penyakit inflamasi saluran cerna, kanker) di kemudian hari. Keperluan akan rawat inap pun lebih sedikit pada bayi yang mendapat ASI dibanding bayi yang mendapat susu formula.

3. ASI Dapat Mengurangi Kejadian Karies Gigi

Kejadian karies gigi lebih banyak ditemukan pada bayi yang menggunakan susu formula. Hal ini disebabkan adanya kebiasaan menyusui dengan botol sebelum tidur akan menyebabkan kontak dengan sisa susu formula menjadi lebih lama sehingga akan menyebabkan kerusakan pada gigi.

4. Kesehatan Saluran Cerna

Dalam tubuh bayi, ASI lebih mudah dicerna dibanding susu formula. ASI juga ikut berperan dalam proses pematangan saluran cerna dan kaya akan oligosakarida. Oligosakarida ini berperan dalam

pertumbuhan bakteri *Bifidobacteria* dan *Lactobacillus* yang merupakan bakteri baik yang dapat meningkatkan kekebalan tubuh. Selain itu ASI juga dapat membuat suasana asam dalam saluran cerna, sehingga dapat meningkatkan pembentukan sIgA dan mukus pada permukaan saluran cerna yang berfungsi untuk meningkatkan pertahanan saluran cerna dari infeksi.

2.5.2 Manfaat ASI bagi ibu bayi

Mencegah perdarahan setelah melahirkan Kandungan hormon oksitosin pada tubuh ibu setelah melahirkan dapat merangsang kontraksi uterus sehingga dapat menjepit pembuluh darah yang bisa mencegah terjadi perdarahan Mempercepat involusi uterus Hormon oksitosin yang di keluarkan dapat merangsang kontraksi uterus sehingga proses involusi dapat berlangsung secara maksimal. Mengurangi resiko anemia Pada ibu menyusui, kontraksi uterus berlangsung secara baik, sehingga mencegah terjadi perdarahan yang hebat Mencegah terjadinya kanker payudara dan kanker ovarium Karena pada ibu menyusui dapat mencegah resiko kanker payudara karena dengan menyusui, ibu bayi dapat menghilangkan racun pada payudara dan dapat pula menekan siklus menstruasi. Dapat menimbulkan ikatan batin antara ibu dengan bayi. Dengan menyusui, ikatan batin ibu dan bayi dapat terjalin kuat, karena jika ibu bayi berjauhan, maka akan terus terbayang saat-saat menyusui bayinya dan ibu akan merasa di butuhkan oleh bayi. Pemberian ASI dapat mempengaruhi berat badan Pada ibu yang menyusui, pasti akan lebih sering bangun pada malam hari untuk menyusui dan terjaga dari tidurnya sehingga mempengaruhi berat badan ibu Sebagai alat kontrasepsi sementara. Menyusui dapat memberikan aspek

kontrasepsi bagi ibu, karena saat bayi menyusui, isapan dari mulut bayi pada putting susu ibu akan merangsang ujung saraf sensorik sehingga akan mengeluarkan prolaktin, selanjutnya prolaktin akan masuk ke indung telur dan menekan produksi estrogen yang berakibat tidak terdapat ovulasi. Metode kontrasespsi alami dari ibu menyusui yaitu bisa di sebut dengan metode amenorhoe laktasi (MAL) yaitu metode kontrasepsi sederhana yang efektif digunakan tanpa alat kontrasepsi apapun sampai ibu belum mendapatkan menstruasi (Mulyani, 2013) (Rini Yuli Astutik, 2014).

2.5.3 Cara Pemberian ASI

World Health Organization (WHO) membagi pola menyusui menjadi tiga kategori, yaitu menyusui eksklusif, menyusui dominan dan menyusui parsial.

Pemberian ASI Eksklusif dengan cara menyusui adalah pemberian ASI selama umur 0-6 bulan (enam bulan) tanpa tambahan cairan apapun, seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih dan tanpa pemberian makanan tambahan lain, seperti pisang, bubur susu, biskuit, bubur atau nasi tim.

ASI dominan adalah menyusui bayi dengan ASI eksklusif serta diberikan makanan selain ASI, yaitu susu formula, karena ada kelainan bayi atau ibu yang menyebabkan bayi tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan Nutrisinya, sehingga diberikan tambahan susu formula sebelum bayi berumur enam bulan, baik diberikan secara kontinyu maupun diberikan sebagai makanan prelakteal.

Menyusui parsial adalah menyusui bayi dengan ASI eksklusif serta diberikan makanan buatan selain ASI, baik susu formula, bubur atau makanan lainnya sebelum bayi berumur enam bulan, baik diberikan secara kontinyu maupun diberikan sebagai makanan prelakteal. Sedangkan total

menyusui susu formula adalah memberikan full susu formula selama bayi umur 0-6 bulan tanpa adanya pemberian ASI. Susu formula diberikan untuk mencukupi kebutuhan energi serta makan bayi dan dibantu tambahan cairan lain, seperti, jeruk, madu, air teh, air tajin, air putih .

2.6 Faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI

Menurut Bloom, perilaku merupakan faktor terbesar kedua setelah faktor lingkungan yang mempengaruhi kesehatan individu, kelompok atau masyarakat. Sementara menurut Larence Green dalam Notoatmodjo (2007), perilaku dipengaruhi oleh Faktor predisposisi (pengetahuan, sikap, tradisi dan kepercayaan masyarakat, tingkat pendidikan, sosial ekonomi, pekerjaan), Faktor pendukung (adanya fasilitas kesehatan), faktor penguat (tenaga kesehatan dan dukungan atasan kerja). Selain ketiga faktor tersebut, lingkungan juga merupakan penyebab yang dapat mempengaruhi terbentuknya perilaku spesifik. Hal ini meliputi faktor-faktor individu maupun kolektif namun mempunyai pengaruh dalam masalah kesehatan. Faktor ini seperti genetik, umur, jenis kelamin, penyakit bawaan, tempat bekerja, atau tempat tinggal. (Green dan Kreuter, 1991 dalam Afifah, 2007).

Pada bagian di bawah ini akan dibahas beberapa faktor yang berhubungan dengan pemberian ASI eksklusif. Banyak saat ini ibu yang mengeluhkan ASI yang sulit keluar, cara memperbanyak ASI, dan ibu yang merasakan ASI nya kurang. Padahal sebenarnya ASI yang dimiliki ibu itu sudah cukup, namun ibu merasa kurang yakin. Untuk mengetahui dan menolong ibu yang ASI nya kurang kita dapat memantau dari berbagai macam faktor yaitu :

2.6.1 Faktor Internal

1. Faktor Menyusui

Berbagai macam hal yang dapat mempengaruhi produksi ASI seperti

- 1) Tidak Melakukan Inisiasi Menyusui Dini
- 2) Ibu Menjadwal Sendiri Pemberian Asi
- 3) Bayi Diberi Minum Sebelum Asi Ibu Keluar
- 4) Posisi Menyusui Ibu Yang Kurang Baik
- 5) Tidak mengosongkan salah satu payudara.

Banyak ibu yang beranggapan bahwa ASI tidak mencukupi sehingga memutuskan untuk menambahkan atau mengganti dengan susu formula. Sebetulnya hampir semua ibu yang melahirkan akan berhasil menyusui bayinya dengan jumlah ASI yang cukup dan sesuai dengan kebutuhan bayinya. Hal yang harus diperhatikan agar ASI dapat diproduksi dengan jumlah dan kualitas yang baik adalah teknik menyusui yang benar, asupan gizi ibu, serta frekuensi menyusui. Semakin sering bayi menghisap/ menyusu kepada ibunya maka produksi ASI semakin lancar.

Ibu sebaiknya tidak menjadwal pemberian ASI, ASI baiknya diberikan sesuai keinginan bayi, walaupun diwaktu malam sekalipun. Produksi ASI dipengaruhi oleh seringnya bayi menyusu. Hal ini dilakukan setidaknya 8 kali sehari. Produksi ASI dapat berkurang seiring dengan menurunnya waktu bayi menyusui, biasanya hal ini terjadi pada minggu-minggu awal saat bayi mudah tertidur. Untuk merangsang bayi menyusu, dapat dilakukan pada telinga/telapak kaki agar bayi mudah mengisap. Posisi menyusui yang tidak baik juga berpengaruh pada kondisi bayi dan ibu, sering kali ibu mengeluhkan puting yang lecet saat menyusui, penggunaan kempeng juga mengganggu bayi dalam

menyusui karena hal ini dapat menimbulkan perlekatan mulut bayi dengan puting ibu yang tidak tepat. Pemberian minuman tambahan sebelum pemberian ASI dapat membuat bayi lebih cepat kenyang, nutrisi yang didapat oleh bayi dari ASI cenderung sedikit, sehingga dapat mempengaruhi produksi ASI ibu.

2. Faktor Psikologis Ibu

Dukungan secara psikologis sangat berpengaruh pada produksi ASI ibu. Dibutuhkan keyakinan dari ibu sendiri agar tercapai produksi ASI yang maksimal. Kondisi seperti stress, depresi, lelah mengakibatkan berkurangnya produksi ASI ibu. Selain itu dengan adanya faktor dukungan dan dukungan positif lainnya dari keluarga, dapat memicu produksi hormon oksitosin, hormone ini dihasilkan oleh kelenjar hipofisis bagian belakang. Hormon ini dapat memicu kontraksi otot di sekeliling payudara dan memeras ASI keluar dari pabrik ke gudang ASI. Oleh karena itu, hal hal yang bersifat mendukung, seperti dukungan suami untuk menyusui, dan orang selain suami, diperlukan agar kondisi psikologis ibu tetap baik.

3. Kelainan Ibu

Adapun kelainan pada ibu yang sering dijumpai sebagai penyulit ASI eksklusif yaitu Puting datar, puting luka, payudara bengkak.

1. Puting lecet/Puting luka

Puting lecet merupakan kendala dalam pemberian ASI yang disebabkan oleh posisi menyusui bayi yang kurang tepat. Hal ini dapat menyebabkan bayi menarik, mengigit, dan menggesek kulit payudara ibu, sehingga akan menimbulkan rasa nyeri bagi ibu. Jika hal ini berlangsung secara terus menerus, dapat menimbulkan perlukaan atau retak pada puting. Adapun

solusi yang dapat dilakukan bagi ibu yang pertama yaitu memperhatikan posisi bayi dan perlekatannya saat menyusui. Putting yang retak bisa menimbulkan luka dan dapat disertai jamur (kandidiasis). Mulut bayi perlu di cek apakah terdapat jamur yang dapat mengganggu menyusui atau terdapat ikatan bawah lidah yang dapat membuat lidah tidak menjulur keluar (tongue tie). Pemberian pengobatan harus dilakukan ke ibu dan bayi. Adanya support dan untuk membangkitkan percaya diri juga diperlukan. Posisi menyusui juga perlu diperhatikan. Menyusui dengan posisi yang baik dapat mengurangi rasa nyeri yang dialami ibu. Ibu tidak perlu menghentikan menyusui untuk mengistirahatkan payudara, tetaplah menyusui secara on demand. Jika diperlukan ibu dapat memerah ASI nya dan diberikan ke bayi dengan cangkir. Pengobatan dengan antibiotic atau antijamur dapat diberikan jika memang perlu. Hindari penggunaan sabun, salep, lotion, menggosok-gosok dengan handuk saat membersihkan payudara

2. Payudara Penuh dan/atau Bengkak Ibu sering kali datang ke klinik dengan mengeluhkan payudaranya bengkak dan terasa nyeri.

4. Tingkat Penegtahuan Ibu

Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya. Pengetahuan seseorang tentang objek mempunyai intensitas atau tingkat yang berbeda-beda. Secara garis besar Pengetahuan yang dicakup dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkat, yakni (Notoatmodjo, 2012) :

1. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk kedalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsang yang diterima. Oleh sebab itu, 'tahu' ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari yaitu antara lain : menyebutkan, menguraikan , mendefinisikan, menyatakan, dan sebagainya.

2. Memahami (*Comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

3. Aplikasi (*Aplication*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi riil (sebenarnya). Aplikasi disini dapat diartikan aplikasi atau hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

4. Analisis (*Analysis*)

Analisa adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen tetapi masih dalam

struktur organisasi tersebut, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis dapat dilihat dari penggunaan kata-kata kerja: dapat menggambarkan, membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

5. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis menunjukkan pada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis itu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang sudah ada.

6. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah dilakukan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mariane Wowor dkk pada 38 responden di Puskesmas Bahu Kota Manado, dan setelah dilakukan pengolahan data dengan menggunakan uji spearman's rho di dapatkan hasil yang signifikan yaitu $p < 0.05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan ibu dengan pemberian ASI Eksklusif. Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diketahui atau kita ukur. Pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu:

- a) Baik: hasil persentase 76-100%

b) Cukup: hasil persentase 56-75%

c) Kurang: hasil persentase <56%

2.6.2 Faktor Eksternal

1. Ibu yang Bekerja

Ibu bekerja harus meninggalkan bayinya seharian penuh sehingga ini menjadi alasan ibu menggantikannya dengan susu formula. Ibu yang bekerja tetap dapat memberikan ASI secara eksklusif dengan dukungan pengetahuan yang cukup dan benar dari ibu, perlengkapan pemerah ASI, serta dukungan lingkungan keluarga dan juga lingkungan tempat kerja. Hal ini dapat dilakukan dengan cara pemerah ASI dan memberikan ASI yang di perah tadi dengan cangkir disaat bayi ingin menyusu. Ibu dianjurkan untuk mengunjungi klinik laktasi agar ibu mengerti apa saja yang harus dilakukan untuk persiapan menyusui saat ibu kembali bekerja. Pada penelitian yang dilakukan oleh Siregar A (2004) menunjukkan bahwa peningkatan jumlah ibu yang bekerja menyebabkan turunnya kesiediaan menyusui dan lamanya menyusui.

2. Keadaan Ekonomi Keluarga

Terjadinya perubahan sosial-budaya masyarakat dan keadaan ekonomi yang bermacam-macam, menyebabkan ada penurunan jumlah ibu yang menyusui bayinya. Pengaruh hidup yang mewah di kota-kota besar ditemukan kecenderungan bayi menyusui dengan susu formula lebih besar dibanding ASI. Gencarnya promosi tentang susu formula serta kurangnya pengetahuan ibu tentang ASI menyebabkan ibu yang beranggapan bahwa susu formula sama baiknya atau bahkan lebih daripada ASI. Padahal tidak ada alasan yang konkrit bagi ibu untuk beranggapan bahwa susu formula sama baiknya atau bahkan lebih

baik daripada ASI karena begitu banyak manfaat dan kelebihan ASI dibandingkan susu formula, baik dari sisi kesehatan bayi, kesehatan ibu, ataupun dari sisi

3. Tingkat pendidikan

Pendidikan merupakan faktor predisposisi atau faktor pemudah yang mempengaruhi perilaku seseorang. Pendidikan merupakan segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain baik individu, kelompok, atau masyarakat sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan, sedangkan pendidikan kesehatan adalah aplikasi pendidikan di bidang kesehatan. Penelitian Aisyah dkk tahun 2015, menunjukkan bahwa 82.9% bayi berstatus gizi normal memiliki ibuperpendidikan tinggi.

Menurut tingkat pendidikan seseorang yang memiliki tingkat pendidikan tinggi maka pengetahuan secara signifikan akan memiliki pengetahuan yang baik. Menurut teori menyatakan bahwa orang yang memiliki pendidikan tinggi akan merespon yang rasional terhadap informasi yang datang dan akan berfikir sejauh mana keuntungan yang akan mereka dapatkan. Seseorang yang memiliki pendidikan tinggi akan lebih mudah menerima hal baru sehingga informasi lebih mudah diterima khususnya tentang ASI.³⁶

4. Status pekerjaan

Bekerja adalah kegiatan ekonomi yang dilakukan oleh seseorang dengan maksud memperoleh atau membantu memperoleh pendapatan atau keuntungan. Status pekerjaan adalah jenis kedudukan seseorang dalam melakukan pekerjaan di suatu unit usaha/kegiatan. Penelitian Fitriyani dkk tahun 2017, menunjukkan bahwa salah satu penyebab belum berhasilnya pemberian ASI Eksklusif adalah ibu yang bekerja.

5. Dukungan suami

Keberhasilan dalam memberikan ASI pada ibu sangat bergantung dari lingkungan terutama dukungan suami dan anggota keluarga lain, sehingga ibu dapat nyaman memberikan ASI serta mengasuh bayinya. Pada dasarnya menyusui bukan hanya antara ibu dan bayi tetapi ayah juga memiliki peran yang sangat penting. Suami adalah orang terdekat ibu yang banyak berperan selama kehamilan, persalinan dan setelah bayi lahir, termasuk pemberian ASI. Dukungan suami yang diberikan dalam bentuk apapun, dapat mempengaruhi kondisi emosional ibu yang berdampak terhadap produksi ASI. Sekitar 80% sampai 90% produksi ditentukan oleh keadaan emosi ibu yang berkaitan dengan refleksi oksitosin ibu berupa pikiran, perasaan, dan sensasi. Apabila hal tersebut meningkat akan memperlancar produksi ASI. Menurut undang-undang RI nomor 10 tahun 1992 tentang Perkembangan dan Pembangunan Keluarga Sejahtera, pasal 1 ayat 10, disebutkan bahwa keluarga adalah unit terkecil dalam masyarakat yang terdiri dari suami-istri, atau suami-istri dan anaknya, atau ayah dan anaknya, atau ibu dan anaknya. Ayah yang bertanggungjawab adalah yang dapat melindungi diri dan keluarganya dalam segi ekonomi, gizi, dan kesehatan. Upaya memperbaiki komunikasi antara ayah dan ibu mengenai isu seksualitas dan kesehatan reproduksi serta pengertian atas tanggung jawab bersama sangat penting, sehingga ayah dan ibu merupakan pasangan sejajar dalam kehidupan masyarakat maupun pribadi.

Beberapa pertimbangan mengapa ayah harus secara seimbang berperan antara lain adalah: ayah merupakan pasangan/partner dalam proses reproduksi dan seksual, sehingga sangat beralasan apabila ayah-ibu berbagi tanggung jawab

dan peran secara seimbang; dan ayah bertanggung jawab secara sosial moral, dan ekonomi termasuk untuk anak-anaknya dalam membangun keluarga. Tanggung jawab ayah dalam keluarga yang melahirkan, perlu mengetahui apa yang dimaksud dengan ASI, menyusui secara eksklusif, kolostrum, tujuan pemberian ASI, manfaat ASI, manfaat menyusui bagi ibu, makanan yang baik untuk menyusui, cara menyusui yang benar, cara mengatasi jika bayi tidak mau disusui, serta langkah apa yang perlu dilakukan jika ibu dan bayi menderita sakit. Suami diharapkan menjadi ayah yang bertanggung jawab, hal ini karena secara sosial dan ekonomi untuk memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga termasuk pengasuhan anak-anaknya; perlu dukungan ayah pada saat dan sedang hamil serta melahirkan dan selama menyusui. Mempertahankan dan meningkatkan kesehatan ibu hamil, melalui perencanaan persalinan yang aman dan menghindari keterlambatan dalam mencari pertolongan medis.

Peran ayah dalam membantu perawatan ibu dan bayi setelah persalinan adalah memberitahu/mengingatkan ibu agar memberikan ASI yang pertama (kolostrum), mendorong dan memotivasi agar memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan, dilanjutkan dengan ASI partial sampai 2 tahun, memotivasi agar memperhatikan makanan dan gizi yang dibutuhkan, memotivasi untuk memeriksakan kesehatan ibu dan bayi secara rutin ke fasilitas pelayanan kesehatan terdekat (Puskesmas, Posyandu, Bidan/Dokter, dan lain-lain) untuk imunisasi dan pemeriksaan kesehatan lainnya, dan mengajak agar aktif dalam kegiatan bida keluarga Balita dilingkungannya. Membantu perawatan setelah persalinan diupayakan agar ibu dan bayinya sehat, perlu mendapat perhatian khusus dari ayah maupun keluarganya. Seorang ayah yang bertanggung jawab

khususnya dalam pola asuh anaknya adalah terkait dengan apa yang harus dilakukan dalam pengasuhan anak disesuaikan dengan tumbuh kembang anak, baik dalam kehidupan keluarga dibidang pendidikan maupun kesehatan. Ini menunjukkan sebenarnya ayah memiliki peran yang sangat menentukan keberhasilan menyusui. Kelancaran pengeluaran ASI sangat dipengaruhi juga oleh keadaan emosi atau perasaan ibu. Artinya, keberhasilan menyusui seorang ibu tidak hanya tergantung pada ibu sendiri, melainkan juga pada ayah bayi dalam periode menyusui ASI. Dukungan ayah akan meningkatkan rasa percaya diri ibu. Untuk memahami ibu agar dapat menyusui dengan baik, maka ayah perlu mengerti dan memahami persoalan ASI dan menyusui. Diantara peran yang sangat diharapkan dari seorang ayah disini adalah ayah cukup memberikan dukungan emosional (mengurangi beban ibu, memberikan kecukupan ekonomi) dan bantuan teknis yang lain seperti mengganti popok, menyendawakan bayi (setelah ia menyusui), menggendong, menenangkan bayi yang gelisah, memandikan, dan lain-lain.

6. Dukungan tenaga kesehatan

Dukungan dari para profesional di bidang kesehatan sangat diperlukan bagi ibu, terutama primipara. Pendidikan tentang pentingnya menyusui harus diberikan sejak masa antenatal, yang dilakukan oleh semua tenaga kesehatan baik bidan maupun dokter. Tenaga kesehatan memberikan informasi dan penyuluhan mengenai ASI dan menyusui pada ibu bayi maupun suami. Pengukuran perilaku menggunakan teknik skala Guttman.

Skala pengukuran Guttman digunakan untuk mendapatkan jawaban yang tegas, yaitu “ya-tidak”, “benar-salah”, “positifnegatif” dan lain-lain. Jawaban

dapat dibuat skor tertinggi satu dan terendah nol. Analisis dilakukan seperti skala Likert. Penilaian dilakukan sebagai berikut:

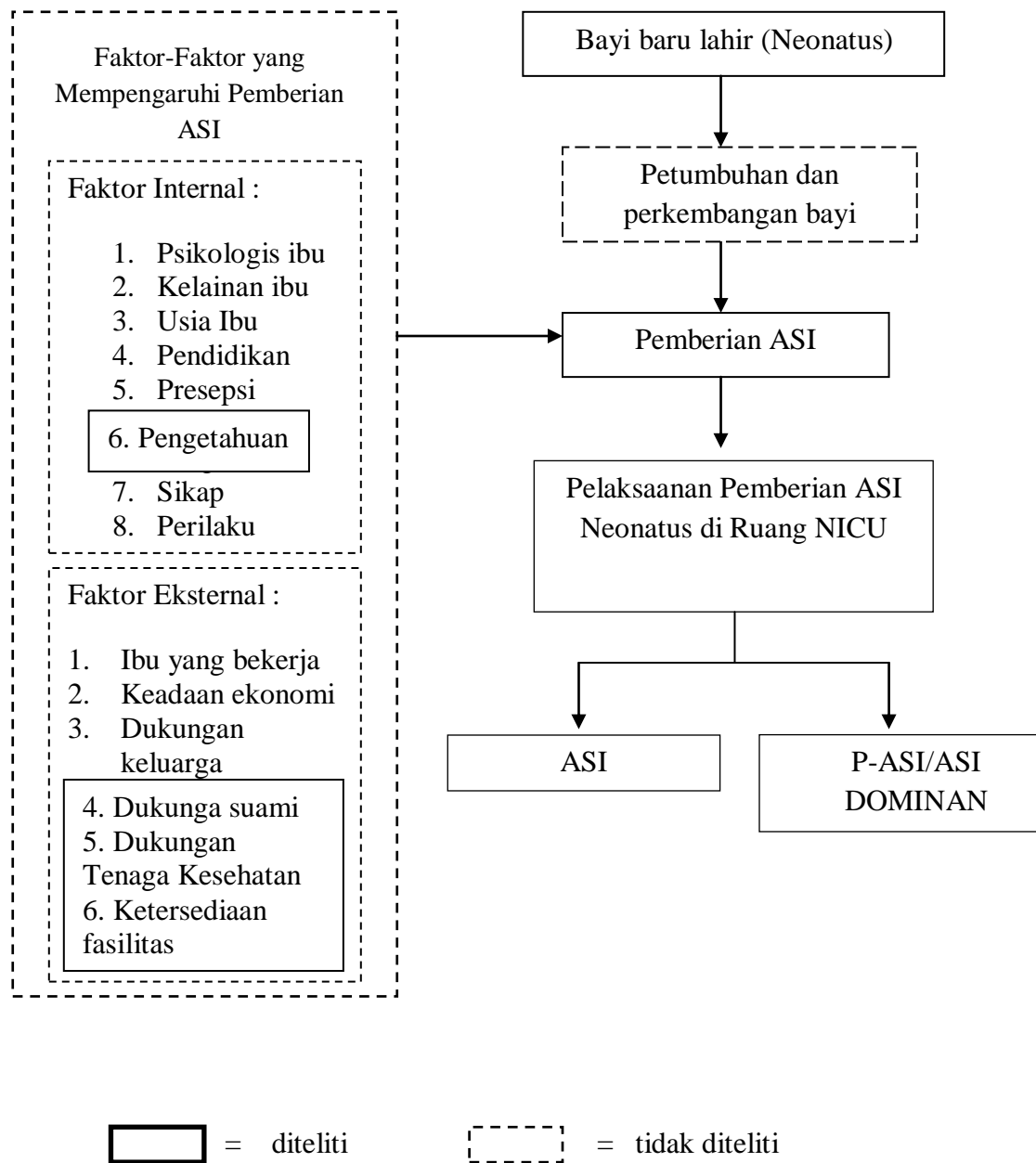
a) Jika skor T yang didapat lebih besar dari nilai mean, maka mempunyai perilaku yang mendukung. Syarat dari penilaian ini jika data terdistribusi normal. Jika data tidak berdistribusi normal maka jika skor T yang didapat lebih besar dari nilai median, maka mempunyai perilaku yang mendukung.

b) Jika skor T yang didapat kurang dari nilai mean, maka mempunyai perilaku yang kurang mendukung. Syarat dari penilaian ini jika data terdistribusi normal. Jika data tidak terdistribusi normal maka jika skor T yang didapat kurang dari nilai median, maka mempunyai perilaku yang kurang mendukung.

7. Ketersediaan fasilitas kesehatan.

Ketersediaan fasilitas kesehatan ini dapat berupa ruangan untuk memerah ASI dan tersedianya alat yang dibutuhkan untuk memerah dan menyimpan ASI.

2.7 Kerangka Konsep Penelitian



Gambar 2.1 Kerangka Konsep Penelitian Analisis Faktor yang Mempengaruhi pemberian ASI di ruang *Neonatal Intensive Care Unit* (NICU) RSUD dr. Soetomo Surabaya.

2.8 Hipotesis Penelitian

H1 : Ada pengaruh Pengetahuan ibu terhadap Pemberian ASI Di Ruang *Neonatal Intensive Care Unit* (NICU) RSUD Dr. Soetomo Surabaya.

H1 : Ada pengaruh Ketersediaan fasilitas terhadap Pemberian ASI Di Ruang *Neonatal Intensive Care Unit* (NICU) RSUD Dr. Soetomo Surabaya.

H1 : Ada pengaruh Dukungan Tenaga Kesehatan terhadap Pemberian ASI Di Ruang *Neonatal Intensive Care Unit* (NICU) RSUD Dr. Soetomo Surabaya.

H1 : Ada pengaruh Dukungan Suami terhadap Pemberian ASI Di Ruang *Neonatal Intensive Care Unit* (NICU) RSUD Dr. Soetomo Surabaya.