

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Dukungan Suami**

##### **1. Pengertian Dukungan**

Dukungan ialah sesuatu dorongan untuk memberi semangat kepada seseorang. Dukungan sangat berpengaruh terhadap psikologi seseorang, sehingga hal ini juga berpengaruh dalam praktik pemberian ASI eksklusif oleh ibu kepada bayinya. Dukungan sangat penting untuk ibu menyusui dalam pemberian ASI eksklusif. Keinginan ibu menyusui juga bergantung pada keputusan pasangannya yaitu suami. Suami dapat mendukung ibu menyusui dengan memberikan informasi menyusui untuk memotivasi dan membantu mereka untuk memberikan ASI eksklusif serta memberikan dukungan tambahan yaitu merawat anak ataupun ikut serta dalam melakukan pekerjaan rumah tangga (Gembremariam dkk., 2021).

Dukungan suami sangat berperan dalam keberhasilan ibu saat pemberian ASI eksklusif. Semakin banyak dukungan yang diberikan suami, semakin besar peluang ibu menyusui anaknya. Hal ini mempengaruhi kelancaran refleks pengeluaran ASI karena dipengaruhi oleh emosi dan perasaan ibu. Ketenangan dan kenyamanan ibu menyusui membutuhkan dukungan keluarga yang dapat meningkatkan produksi hormon oksitosin sehingga dapat meningkatkan pemberian air susu ibu pada anak (Kusumayanti dan Triska, 2017).

## **2. Jenis Dukungan Suami**

Penelitian ini berfokus pada cara meningkatkan efektivitas kehadiran suami atau sumber dukungan yang potensial. Jenis dukungan suami meliputi :

### **a. Dukungan informasi**

Tipe dorongan ini menyertakan jaringan serta berbagi tanggung jawab, termasuk menawarkan pemecahan pada permasalahan yang dihadapi, menawarkan rekomendasi pemecahan masalah, tutorial, nasihat, ataupun umpan balik tentang apa yang dicoba individu. Suami bisa membagikan informasi dengan menganjurkan ibu ke tenaga kesehatan, perawatan yang tepat kepada mereka, serta aksi khusus yang bisa dicoba suami untuk melawan pemicu tekanan pikiran. Orang dengan tekanan mental bisa meninggalkan permasalahan mereka serta menyelesaikannya dengan support anggota keluarga dengan membagikan umpan balik. Dalam dorongan informasi ini, keluarga berfungsi selaku pengumpul informasi serta penyedia informasi (Kristiyanti dan Chabibah, 2020).

Dukungan informasi yang dapat diberikan oleh suami pada ibu menyusui yaitu, aktif mencari sumber informasi terkait pemberian ASI, penggolongan dan manfaat ASI, serta cara pemberian ASI pada bayi.

### **b. Dukungan Penilaian**

Suami bertindak sebagai penilaian umpan balik, membimbing, dan menengahi pemecahan masalah dan sebagai sumber validator identitas anggota keluarga. Adapun dukungan penilaian yang dapat diberikan menurut Mufdlilah (2019), yaitu :

- 1) Turut serta dalam mengambil keputusan tentang cara pemberian ASI yang benar.

2) Mengatasi masalah ibu menyusui. Hal utama dalam mengatasi penyakit/masalah dengan baik adalah ibu atau suami telah mengetahui manajemen menyusui. Suami juga bisa berbagi pengetahuan, menunjukkan referensi atau ikut terlibat langsung. Misalnya pada saat pengeluaran ASI kurang lancar perlu diberi pijatan, seperti pijat oksitosin, kompres pada payudara, atau harus mendapat obat. Suami juga harus paham cara penyimpanan ASI perah.

3) Mengajak ibu untuk melakukan pemeriksaan kehamilan, bersalin, dan pemeriksaan pasca persalinan atau imunisasi di tempat yang sesuai dengan pilihan bersama.

4) Ikut terlibat secara aktif selama melakukan kunjungan pemeriksaan kehamilan.

#### c. Dukungan instrumental

Dukungan ini nyata, berupa materi dan waktu, dan dimaksudkan untuk meringankan beban seseorang yang membutuhkan orang lain untuk melakukannya. Dukungan instrumental yaitu dengan cara rutin mengajak ibu melakukan pemeriksaan kesehatan dan sebisa mungkin menghindari ibu dari kondisi stress atau cemas (Astuti dan Purnamayanti, 2022). Dukungan instrumental yang dapat diberikan menurut Mufdlilah (2019), sebagai berikut :

##### 1) Turut andil dalam berbagai perawatan anak

Suami dapat turut berpartisipasi dalam perawatan bayi, seperti dengan mengganti popok bayi, menggendong bayi, menyendawakan bayi setelah mendapat ASI, membantu memandikan bayi kemudian bermain dengan bayi.

## 2) Melayani ibu menyusui

Suami tidak dapat memberikan bayi air susu secara langsung, namun suami bisa memberi asupan gizi pada bayi melalui pemberian makanan yang bernutrisi pada ibu. Apabila ingin turut andil dalam aktivitas menyusui, suami dapat melayani ibu menyusui dengan melakukan pemenuhan nutrisi ibu menyusui, karena menyusui sangat menguras energi, biasanya ibu butuh ekstra asupan kalori dan cairan sesudah menyusui. Suami dapat memberikan makanan yang bergizi dan bermanfaat bagi produksi serta kelancaran pengeluaran ASI (Mufdlilah dkk., 2019), diantaranya :

- a) Kacang-kacangan berwarna gelap seperti kacang merah, kenari, dan lainnya.
- b) Berbagai macam buah yang mengandung vitamin C dan tinggi antioksidan, seperti jeruk, apel, alpukat, dan stroberi.
- c) Sayur-sayuran berwarna hijau seperti bayam, selada, brokoli, labu siam, daun katuk, dan ketimun.
- d) Lauk pauk yang kaya protein seperti ikan tuna, salmon, lele, daging ayam, daging sapi, telur, tahu, tempe.
- e) Susu sapi maupun susu kedelai.

## 3) Menyediakan anggaran ekstra

Persiapan anggaran dapat diusahakan dengan istri sejak masa kehamilan terjadi. Menyusui membutuhkan dana tambahan, minimal makanan tambahan ibu, suplemen, dan perlengkapan menyusui lainnya (ASI, perlengkapan menyimpan ASI perah, dll). Namun, mempersiapkan ASI eksklusif akan lebih murah daripada pemberian susu formula.

#### d. Dukungan emosional

Dukungan emosional ialah tingkah laku yang berhubungan dengan rasa tenang, senang, rasa memiliki, dan kasih sayang. Dukungan ini mencakup ungkapan empati seperti dukungan dalam bentuk afeksi, adanya kepercayaan, dan perhatian (Astuti dan Purnamayanti, 2022). Dukungan emosional yang dapat suami berikan kepada ibu menurut Mufdlilah (2019), sebagai berikut :

- 1) Mendampingi ibu menyusui pada tengah malam adalah bentuk dukungan yang luar biasa. Misalnya, suami bangun ketika istri terbangun di tengah malam, melihat suaminya mengantuk sambil menunggu istrinya memberi ASI sangat menyentuh perasaan ibu dan membuatnya merasa dihargai.
- 2) Mempunyai dan menerapkan sikap positif terhadap kehidupan dalam pernikahan.
- 3) Sebagai pemberi semangat. Dukungan semangat yang dapat suami berikan pada ibu yaitu dengan kalimat pujian ataupun kata-kata penyemangat. Dengan melakukan hal tersebut, ibu merasa senang dan bangga dapat memberikan ASI secara langsung pada bayinya.

#### e. Dukungan Suami Terhadap Ibu Menyusui

Suami dengan pengetahuan pemberian ASI yang tepat sangat memiliki peran penting dalam praktik pemberian ASI oleh ibu kepada bayinya. Hal tersebut disebabkan bahwa seorang suami dengan pengetahuan relevan dapat mendorong istri dan memperkaya pengetahuan untuk kelanjutan menyusui. Selain itu, sikap menyusui ibu seringkali dipengaruhi oleh kedalaman pengetahuan seseorang yang menemani ibu menyusui dan suami dianggap pendamping yang senantiasa menemani ibu (Ouyang dan Layla, 2021). Oleh karena itu, suami sebaiknya

menjadi salah satu kelompok sasaran dalam pemberian ASI. Terdapat peran suami dalam mendukung ibu yang menyusui secara eksklusif yaitu (Mufdlilah dkk., 2019) :

- a. Aktif mencari sumber informasi terkait pemberian ASI dan cara pemberian makan pada bayi.
- b. Turut serta dalam mengambil keputusan tentang cara pemberian ASI yang benar.
- c. Mengajak ibu untuk melakukan pemeriksaan kehamilan, bersalin, dan pemeriksaan pasca persalinan atau imunisasi di tempat yang sesuai dengan pilihan bersama.
- d. Ikut terlibat secara aktif selama melakukan kunjungan pemeriksaan kehamilan.
- e. Mempunyai dan menerapkan sikap positif terhadap kehidupan dalam pernikahan.
- f. Turut andil dalam berbagai perawatan anak.

Terdapat 6 bentuk dukungan yang dapat suami berikan kepada ibu menyusui, yaitu :

- a. Sebagai pemberi semangat

Dukungan semangat yang dapat suami berikan pada ibu yaitu dengan kalimat pujian ataupun kata-kata penyemangat. Dengan melakukan hal tersebut, ibu merasa senang dan bangga dapat memberikan ASI secara langsung pada bayinya (Mufdlilah dkk., 2019).

- b. Membantu mengatasi masalah menyusui

Tidak semua ibu dapat menyusui tanpa masalah. Beberapa ibu menyusui menghadapi masalah seperti ASI tidak lancar, puting lecet, bengkak, mastitis, stress, dan lainnya. Hal utama dalam mengatasi penyakit/masalah dengan baik adalah ibu atau suami telah mengetahui manajemen menyusui. Suami juga bisa berbagi pengetahuan, menunjukkan referensi atau ikut terlibat langsung. Misalnya pada saat pengeluaran ASI kurang lancar perlu diberi pijatan, seperti pijat oksitosin, kompres pada payudara, atau harus mendapat obat. Suami juga harus paham cara penyimpanan ASI perah (Mufdlilah dkk., 2019).

c. Turut serta merawat bayi

Suami dapat turut berpartisipasi dalam perawatan bayi, seperti dengan mengganti popok bayi, menggendong bayi, menyendawakan bayi setelah mendapat ASI, membantu memandikan bayi kemudian bermain dengan bayi (Mufdlilah dkk., 2019).

d. Mendampingi ibu menyusui pada tengah malam

Mendampingi ibu menyusui adalah bentuk dukungan yang luar biasa. Misalnya, suami bangun ketika istri terbangun di tengah malam, melihat suaminya mengantuk sambil menunggu istrinya memberi ASI sangat menyentuh perasaan ibu dan membuatnya merasa dihargai.

e. Melayani ibu menyusui

Suami tidak dapat memberikan bayi air susu secara langsung, namun suami bisa memberi asupan gizi pada bayi melalui pemberian makanan yang bernutrisi pada ibu. Apabila ingin turut andil dalam aktivitas menyusui, suami dapat melayani ibu menyusui dengan melakukan pemenuhan nutrisi ibu menyusui, karena menyusui sangat menguras energi, biasanya ibu butuh ekstra asupan kalori dan

cairan sesudah menyusui. Suami dapat memberikan makanan yang bergizi dan bermanfaat bagi produksi serta kelancaran pengeluaran ASI (Mufdlilah dkk., 2019), diantaranya :

- f) Kacang-kacangan berwarna gelap seperti kacang merah, kenari, dan lainnya.
  - g) Berbagai macam buah yang mengandung vitamin C dan tinggi antioksidan, seperti jeruk, apel, alpukat, dan stroberi.
  - h) Sayur-sayuran berwarna hijau seperti bayam, selada, brokoli, labu siam, daun katuk, dan ketimun.
  - i) Lauk pauk yang kaya protein seperti ikan tuna, salmon, lele, daging ayam, daging sapi, telur, tahu, tempe.
  - j) Susu sapi maupun susu kedelai.
- f. Menyediakan anggaran ekstra

Persiapan anggaran dapat diusahakan dengan istri sejak masa kehamilan terjadi. Menyusui membutuhkan dana tambahan, minimal makanan tambahan ibu, suplemen, dan perlengkapan menyusui lainnya (ASI, perlengkapan menyimpan ASI perah, dll). Namun, mempersiapkan ASI eksklusif akan lebih murah daripada pemberian susu formula (Mufdlilah dkk., 2019).

### **3. Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Suami**

#### **a. Budaya**

Sebagian masyarakat memiliki budaya yang meyakini bahwa perempuan tidak setara dengan laki-laki. Perempuan dipandang hanya memiliki tanggung jawab untuk memenuhi kebutuhan dan keinginan suaminya. Suami juga memiliki peran untuk membantu pemenuhan fisik maupun psikis ibu khususnya ibu menyusui (Mufdlilah dkk., 2019).

#### b. Pendapatan

Sekitar 75%-100% masyarakat memiliki pendapatan yang digunakan untuk membiayai kebutuhan sehari-hari, termasuk suami yang membiayai kebutuhan keluarga. Memenuhi kebutuhan kesehatan keluarga merupakan salah satu tanggung jawab suami (Mufdlilah dkk., 2019).

#### c. Tingkat Pendidikan

Pengetahuan dan wawasan suami dipengaruhi oleh tingkat pendidikan suami yang memiliki peran kepala keluarga. Jika pengetahuan suami sedikit, maka akses informasi terkait kesehatan juga sedikit dan membuat suami sulit dalam mengambil keputusan yang efektif (Mufdlilah dkk., 2019).

#### d. Pengalaman

Pengalaman adalah sumber pengetahuan yang didapatkan seseorang dalam mencari kebenaran dan solusi dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang didapat di masa lalu (Darsini dkk.,2019). Keputusan suami untuk mendapatkan pengetahuan dengan mencari informasi sendiri, membaca atau pernah mengikuti pendidikan kesehatan mengenai laktasi. Suami yang memiliki pengalaman dalam mengasuh anak akan memiliki pengetahuan yang lebih tinggi atau lebih baik (Rahmatillah dan Hana, 2018).

Suami dari ibu primipara, multipara atau grande multipara yang pernah memiliki pengalaman mengasuh anak dalam membantu proses menyusui ibu akan memiliki pengalaman dan pengetahuan tentang dukungan menyusui dibandingkan dengan suami dari ibu nulipara yang belum pernah membantu ibu dalam masa

menyusui, sehingga jumlah paritas dari ibu akan mempengaruhi tingkat pengetahuan suami terhadap dukungan persiapan menyusui.

**Tabel 1**  
***Literature Review* tentang Dukungan Suami Terhadap Keberhasilan ASI Eksklusif**

NO.	JUDUL DAN PENULIS	METODE	HASIL
<i>LITERATURE</i>			
1	2	3	4
1	Hubungan Dukungan Suami dengan Keberhasilan ASI Eksklusif di Puskesmas Kota Rantauprapat, Kabupaten Labuhan Batu Tahun 2020. Penulis Fitriani Nasution	Jenis penelitian yang digunakan survei analitik dengan pendekatan cross-sectional. Teknik sampling: Purposive sampling (sampel dipilih berdasarkan kriteria tertentu). Sampel peneliiian yaitu 106 responden dari populasi tersebut. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara langsung menggunakan kuesioner.	Hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada bayi dengan hasil analisis Chi-Square menunjukkan $p = 0,014 (<0,05)$
2	Hubungan Dukungan Suami dan Pengetahuan Ibu terhadap Pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Pahandut Kota Palangka Raya tahun 2023. Penulis Lisha Pebriani Napitupulu, Tisha Patricia, dan Astri Widiarti	Teknik penelitian yang digunakan Observasional analitik dengan desain cross-sectional. Teknik sampling yaitu purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi yang ditentukan. Sampel penelitian sebanyak 78 responden yaitu Ibu dengan bayi usia 6–12 bulan. Instrumen pengumpulan	Hubungan diteliti menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan suami dan pemberian ASI eksklusif ( $p = 0,007$ ) serta antara pengetahuan ibu

NO.	JUDUL DAN PENULIS <i>LITERATURE</i>	METODE	HASIL
1	2	3	4
		data yaitu kuesioner tertutup tentang tingkat dukungan suami dan pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif	dan ASI eksklusif ( $p = 0,001$ ).
3	Analisa Faktor Inisiasi Menyusui Dini, Dukungan Suami Dan Promosi Susu Formula Terhadap Kegagalan Pemberian ASI Eksklusif (Studi Penelitian di Puskesmas Turi Kabupaten Lamongan) tahun 2019. Penulis Asyaul Wasiah	Jenis penelitian yaitu analitik deskriptif dengan desain cross-sectional. sampel penelitian melibatkan 132 ibu yang memiliki bayi usia 6–12 bulan di wilayah kerja Puskesmas Turi, Kabupaten Lamongan/ Teknik sampling yaitu imple random sampling untuk pemilihan sampel secara acak dari populasi. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner tertutup yang mencakup variabel inisiasi menyusui dini, dukungan suami, dan promosi susu formula	1,868 untuk kegagalan pemberian ASI eksklusif. Artinya, ketiadaan atau rendahnya dukungan suami meningkatkan risiko kegagalan ASI eksklusif hampir dua kali lipat.
4	Hubungan Dukungan Suami Dengan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu	Desain penelitian yaitu survei analitik dengan pendekatan cross-sectional. Sampel	Hasil dari penelitian ini berdasarkan uji chi square

NO.	JUDUL DAN PENULIS	METODE	HASIL
<i>LITERATURE</i>			
1	2	3	4
	Bekerja di Surabaya, Provinsi Jawa Timur tahun 2021. Penulis Ratna Ariesta Dwi Andriani dan Uke Maharani Dewi	dalam penelitian ini ialah Ibu bekerja dengan bayi usia 0–6 bulan (jumlah pasti populasi tidak disebutkan) yang dipilih dengan cara purposive sampling. Instrumen pengumpulan data yaitu kuesioner berkaitan dengan tingkat dukungan suami dan pemberian ASI eksklusif.	menyatakan nilai $p$ -value yaitu $0,001 < 0,05$ ini artinya terdapat hubungan dukungan suami dengan keberhasilan ASI eksklusif pada ibu bekerja.
5	Pengaruh dukungan suami terhadap keberhasilan pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Kasiman Bojonegoro tahun 2024. Penulis Suci Arsita Sari dan Wiwik Muhidayati.	Jenis penelitian yang digunakan yaitu analitik observasional dengan pendekatan cross-sectional. Teknik sampling yaitu purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi seperti domisili dan usia bayi. Sampel penelitian yaitu 70 ibu menyusui dengan bayi usia 0–6 atau 6–12 bulan. Instrumen penelitian yaitu kuesioner tertutup.	Hasil analisis statistik dengan uji Spearman diperoleh nilai derajat signifikansi $\rho$ ( $0,000 < \alpha$ ( $0,05$ ) dan $r$ 0,963.

## **B. Air Susu Ibu (ASI) eksklusif**

### **1. Pengertian ASI eksklusif**

Air Susu Ibu (ASI) adalah lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam organik, yang disekresikan oleh kelenjar susu kedua ibu sebagai makanan utama bayi (Soetjiningsih, 2014). Dalam 6 bulan pertama, bayi hanya boleh mendapat ASI atau disebut dengan ASI Eksklusif. ASI Eksklusif didefinisikan sebagai pemberian ASI tanpa makanan tambahan atau minuman lain dari usia 0 sampai 6 bulan, kecuali obat-obatan. Setelah enam bulan, ASI tidak dapat lagi memenuhi kebutuhan mineral seperti zat besi dan seng, sehingga MP ASI (suplemen ASI) dengan zat besi harus diberikan untuk memenuhi kebutuhan tersebut (Kementerian Kesehatan Indonesia, 2022).

### **2. Stadium laktasi**

Menyusui adalah bagian penting dari siklus reproduksi manusia. Menyusui berada di bawah kendali hormon hipofisis prolaktin dan oksitosin. Hal ini dipengaruhi oleh proses menghisap bayi dan emosi ibu. Prolaktin merangsang sel epitel alveolar untuk menghasilkan susu, yang dikenal sebagai refleksi prolaktin, sedangkan oksitosin menyebabkan myoepithelium yang melapisi alveoli berkontraksi untuk memungkinkan susu mengalir ke saluran susu. Ini disebut refleksi oksitosin atau *let down reflex* menurut bobak dalam (Urbaningrum, 2022).

#### **a. Kolostrum**

Kolostrum adalah cairan pertama yang dikeluarkan oleh kelenjar susu, yang bisa berwarna kuning atau bening. Kolostrum dikeluarkan dari hari pertama hingga hari ketiga atau keempat setelah lahir. Kolostrum mengandung lebih banyak protein. Protein utama dalam kolostrum adalah globulin (gamma globulin) dan

antibodi yang dapat melindungi bayi hingga 6 bulan. Selain itu kolostrum juga mengandung mineral terutama natrium, kalium dan klorida yang cukup melimpah, serta vitamin larut lemak yang cukup melimpah. Manfaat kolostrum dalam ASI yang sangat bermanfaat bagi bayi antara lain:

- 1) Mengandung komponen imunologi, termasuk imunoglobulin A (Ig A), yang melindungi bayi terhadap berbagai gangguan infeksi seperti diare.
- 2) Jumlah kolostrum yang dihasilkan tergantung pada bagaimana bayi baru lahir berperilaku dalam beberapa hari pertama setelah melahirkan. Ini cukup untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya meskipun sedikit.
- 3) Tinggi protein dan vitamin A serta rendah karbohidrat dan lemak sehingga cocok untuk kebutuhan bayi di hari-hari pertama kehidupannya.
- 4) Membantu menghilangkan meconium, feses pertama berwarna hijau kehitaman pada bayi.

b. Air susu transisi (peralihan)

Air susu transisi Ini adalah transisi dari kolostrum ke susu matang. ASI berasal dari hari keempat hingga kesepuluh. Selama fase transisi dua minggu produksi susu, jumlah susu tumbuh dan warna serta konsistensinya berubah. Tingkat protein dan imunoglobulin turun sementara kadar laktosa dan lemak meningkat.

c. Air susu matur

Setelah hari kesepuluh, ASI mulai mengalir keluar komposisinya sebagian besar tetap konsisten., kolostrum adalah ASI yang keluar pertama kali atau lima menit pertama. Kolostrum lebih encer dan rendah lemak, tinggi laktosa, gula, protein, mineral dan air (Urbaningrum,2022). *Foremilk* diberikan dalam jumlah

yang lebih banyak untuk memuaskan dahaga bayi, sedangkan ASI yang diberikan menjelang akhir disebut posterior *milk*. Bentuknya lebih kental dan lebih putih dari kolostrum. Susu ini lebih kaya lemak dan bisa memuaskan rasa lapar bayi. Lemak ekstra ini juga menyediakan sebagian besar energi selama menyusui.

### **3. Manfaat ASI eksklusif**

Karena ASI termasuk kolostrum, yang tinggi antibodi, protein untuk kekebalan, dan bermanfaat untuk membunuh sejumlah besar kuman, pemberian ASI Eksklusif dapat menurunkan kemungkinan kematian akibat penyakit pada bayi. Menyusui menawarkan beberapa keuntungan bagi kehidupan bayi selain keuntungan bagi ibu dan keluarganya. Berikut ini adalah beberapa keuntungan menyusui.:

#### **a. Manfaat pemberian ASI bagi bayi**

ASI merupakan sumber nutrisi ideal yang komposisinya seimbang dan disesuaikan dengan kebutuhan bayi yang sedang tumbuh. (Widyaningrum, dkk., 2022).

- 1) Sebagai formula tunggal untuk memenuhi semua kebutuhan pertumbuhan bayi di bawah 6 bulan.
- 2) Meningkatkan daya tahan tubuh karena mengandung berbagai zat yang menekan respon imun, sehingga lebih jarang sakit. ASI juga mengurangi diare, sakit telinga, dan infeksi pernapasan.
- 3) Pertahankan anak-anak dari reaksi alergi.
- 4) Meningkatkan pendengaran dan berbicara Anak.
- 5) Membentuk rahang yang baik.

- 6) Mengurangi risiko diabetes dan kanker pada masa kanak-kanak dan mengurangi kemungkinan penyakit jantung.
- 7) Mendukung perkembangan motorik sehingga bayi ASI Eksklusif dapat berjalan lebih cepat.
- 8) Mendukung perkembangan kepribadian, kecerdasan emosional, kematangan intelektual dan hubungan sosial yang baik.

b. Manfaat pemberian ASI bagi ibu

- 1) Rahim berkontraksi lebih cepat dan kembali ke ukuran normal lebih cepat saat disusui. Menyusui mengurangi perdarahan postpartum, mencegah anemia.
- 2) Menyusui mengurangi risiko kehamilan hingga enam bulan setelah persalinan.
- 3) Menyusui mengurangi risiko kanker payudara dan ovarium.
- 4) Menyusui membantu mengurangi kelebihan berat badan selama kehamilan, sehingga mengurangi risiko obesitas.

c. Manfaat ASI bagi keluarga.

1) Aspek Ekonomi

Tidak perlu membeli ASI, sehingga dana yang dikeluarkan untuk membeli ASI bisa digunakan untuk keperluan lain. Bayi yang diberi ASI Eksklusif lebih kecil kemungkinannya untuk sakit, sehingga mengurangi biaya pengobatan.

2) Aspek psikologis

Kebahagiaan keluarga meningkat karena kelahiran yang lebih jarang, sehingga kesehatan mental ibu baik dan dapat memupuk hubungan kasih sayang bayi dengan keluarga.

3) Aspek kemudahan

Menyusui sangat nyaman karena dapat diberikan di mana saja, kapan saja. Keluarga tidak perlu bersusah payah menyiapkan air mendidih dan membersihkan botol serta dot.

#### **4. Kandungan nutrisi ASI**

Menurut (Soetjiningsih, 2014) ASI mengandung nutrisi seperti karbohidrat, protein, lemak, mineral, air dan vitamin dijabarkan sebagai berikut :

##### **a. Karbohidrat**

ASI mengandung lebih banyak karbohidrat secara proporsional dari pada susu sapi. Karbohidrat utama dalam ASI adalah laktosa, kandungan laktosa yang tinggi sangat bermanfaat karena memfermentasi laktosa menjadi asam laktat yang menimbulkan kondisi asam pada usus bayi. Suasana asam ini memiliki beberapa keunggulan yaitu mencegah pertumbuhan bakteri patologis, mendorong pertumbuhan mikroorganisme penghasil asam organik dan pensintesis vitamin, memudahkan pengendapan dan penyerapan mineral seperti kalsium, fosfor dan magnesium.

Galaktosa dan glukosamin adalah produk sampingan dari laktosa. Galaktosa adalah bahan penting untuk pengembangan jaringan otak dan memenuhi kebutuhan diet sumsum tulang belakang, terutama untuk produksi mielin, membran penutup sel-sel saraf. Secara khusus, laktosa meningkatkan penyerapan kalsium, fosfor, dan magnesium, yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan tulang, terutama pada anak-anak (Soetjiningsih, 2014).

##### **b. Protein**

Pertumbuhan dan perkembangan bayi tergantung pada protein dalam ASI. Karena sebagian besar protein dalam susu diserap oleh sistem pencernaan bayi, itu adalah sumber protein yang sangat baik. Ini karena protein dalam ASI adalah kumpulan protein yang lebih ramping.

c. Lemak

Kandungan lemak ASI awalnya rendah kemudian meningkat. Lemak dalam ASI berubah kadarnya setiap kali bayi menghisapnya secara otomatis, dan otak membutuhkannya tidak hanya dalam jumlah kecil untuk energi tetapi juga untuk membuat myelin. Sedangkan mielin adalah zat yang melindungi neuron dan akson otak agar tidak mudah rusak saat dirangsang.

d. Mineral

Meski volumenya agak kecil, ASI memberikan nutrisi yang cukup lengkap untuk anak hingga usia 6 bulan. Karena mineral yang relatif stabil, zat besi dan kalsium dalam ASI tidak terpengaruh oleh diet ibu.

e. Air

Kandungan air 88% ASI membantu dalam pembubaran bahan kimia yang dikandungnya. ASI memiliki kandungan air yang relatif tinggi, yang membuatnya mudah untuk memuaskan dahaga bayi dan merupakan pasokan air yang aman secara metabolik. (Soetjningsih, 2014).

f. Vitamin

Vitamin yang terdapat dalam ASI antara lain vitamin A, B1, B2, B3, B5, B6, B12, C, D, E, K dan asam folat. (Soetjningsih, 2014).

## **5. Faktor Pendukung Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif**

### **a. Faktor pendukung dari bayi**

Payudara ibu jika lebih sering diberikan bayi, maka keluarnya dan hasil air susu ibu akan lebih banyak. Namun, frekuensi penyusuan pada bayi kurang bulan atau prematur tidak sama dengan bayi normal. Produksi air susu ibu pada bayi kurang bulan akan berhasil apabila air susu dipompa lebih dari 5 kali dalam sehari dari bulan pertama pasca persalinan. Dibandingkan bayi normal, maka frekuensi penyusuan bayi yaitu 2 minggu pertama pasca persalinan dengan frekuensi 10 kali dalam sehari. Hal tersebut akan memiliki kaitan terhadap kemampuan rangsangan hormon di kelenjar payudara ibu (Armini dkk., 2020).

### **b. Faktor pendukung dari ibu**

Beberapa faktor pendukung dari ibu yang mempengaruhi pemberian ASI yaitu pengetahuan, pendidikan, sikap, persepsi, pekerjaan, ketersediaan waktu, dorongan dari keluarga dan faktor dari petugas kesehatan. Kecenderungan ibu tidak memberikan ASI secara eksklusif karena ibu bekerja. Proporsi ASI eksklusif yang tinggi pada kelompok ibu bekerja disebabkan ibu yang bekerja sudah dibekali pengetahuan yang cukup mengenai cara mempertahankan pemberian ASI eksklusif selama bekerja. Pengetahuan tersebut sudah mereka dapatkan sebelum cuti melahirkan berakhir, bahkan konseling ASI sejak hamil sehingga pada saat ibu harus kembali bekerja, mereka tidak menemukan masalah dan hambatan. Konseling pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja meliputi cara pemberian ASI perah, cara menyimpan ASI perah di dalam *freezer*, dan cara memompa ASI (Saraha dan Rabiah, 2020). Pengetahuan individu dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dapat dikategorikan menjadi dua yaitu faktor internal dan eksternal (Darsini dkk., 2019).

## 1) Usia

Usia ialah individu dimulai dari individu lahir sampai hari ulang tahun. Jika usia sudah cukup, maka kematangan dan kekuatan individu meningkat dan lebih optimal saat bekerja dan berpikir. Usia adalah suatu hal yang berdampak pada pola pikir dan daya tangkap dari individu. Semakin usia seorang individu bertambah maka semakin mudah dalam menerima informasi dikarenakan seiring dengan berkembangnya daya tangkap dan pola pikir individu (Darsini, dkk., 2019)

Berdasarkan penelitian Amin dan Juniati (2017) menuliskan klasifikasi kelompok usia menurut Kementerian Kesehatan sebagai berikut : a) Masa balita : 0-5 tahun b) Masa kanak-kanak : 5-11 tahun c) Masa remaja awal : 12-16 tahun d) Masa remaja akhir : 17-25 tahun e) Masa dewasa awal : 26-35 tahun f) Masa dewasa akhir : 36-45 tahun g) Masa lansia awal : 46-55 tahun h) Masa lansia akhir : 56-65 tahun i) Masa manula : > 65 tahun. Kategori skripsi yang dimasukkan dalam penelitian ini adalah 17-25 tahun dikategorikan dalam usia remaja akhir, umur 26-35 tahun dikategorikan dalam usia dewasa awal, dan usia 36-45 tahun dikategorikan dalam usia dewasa akhir.

## 2) Pendidikan

Arti pendidikan yaitu proses bimbingan diberi individu satu ke individu lainnya terkait suatu perkembangan menuju pencapaian yang individu akan putuskan untuk mengisi hidupnya dengan penuh kebahagiaan. Melalui pendidikan individu memperoleh informasi yang meningkatkan kualitas hidup misalnya informasi yang menunjang kesehatan individu. Seseorang yang memiliki tingkat pendidikan yang lebih tinggi, maka informasi akan mudah didapatkan serta dapat berkontribusi dalam pembangunan. Proses pendidikan formal, mengajak individu

untuk berpikir secara logis dalam memecahkan masalah, mengidentifikasi masalah, menganalisa masalah serta mencari solusi dalam suatu permasalahan (Darsini dkk.,2019).

Tingkat pendidikan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kategori pendidikan menurut Donsu (2017) yaitu :

- a) Pendidikan dasar (SD SMP)
- b) Pendidikan menengah (SMA/SMK)
- c) Pendidikan Tinggi (Diploma, Sarjana)

### 3) Pekerjaan

Pekerjaan ialah suatu kegiatan yang individu lakukan untuk memperoleh gaji (*salary*) atau aktivitas untuk mengatur kebutuhannya seperti melakukan pekerjaan rumah dan sebagainya. Seseorang mendapatkan pengetahuan dan pengalaman baik secara langsung dan tidak langsung melalui lingkungan pekerjaan. Ada masanya, pekerjaan seseorang akan mendatangkan lebih luas kesempatan yang ada dalam mendapatkan pengetahuan atau berbanding terbalik bahwa individu tidak mendapatkan suatu informasi dalam pekerjaannya (Darsini dkk.,2019). Seorang individu yang bekerja di sektor formal memiliki akses lebih baik terhadap berbagai informasi, termasuk informasi kesehatan dibandingkan dengan individu yang bekerja di sektor informal.

Kategori pekerjaan responden menggunakan kategori menurut Thomas yang dikutip Nursalam (2016) yaitu :

- a) Buruh
- b) Pegawai swasta
- c) Wiraswasta

d) ASN/TNI/POLRI

**c. Faktor pendukung dari suami dan keluarga**

Dukungan keluarga adalah dukungan untuk memotivasi ibu memberikan ASI saja kepada bayinya sampai usia 6 bulan termasuk memberikan dukungan psikologis kepada ibu dan mempersiapkan nutrisi yang seimbang kepada ibu. Fungsi internal keluarga untuk pemenuhan kebutuhan psikososial, saling mengasuh, dan memberikan cinta kasih, serta saling menerima dan mendukung. Suami dan keluarga dapat berperan aktif dalam pemberian ASI dengan cara memberikan dukungan emosional atau bantuan praktis lainnya. Apabila seorang ibu mendapatkan dukungan positif maka akan memperkuat keyakinannya bahwa tindakan memberikan ASI eksklusif kepada bayi adalah hal yang benar (Saraha dan Rabiah, 2020).

Suami, orang tua, dan saudara ataupun keluarga lainnya merupakan dukungan dari keluarga dekat yang memiliki peran penting dalam keberhasilan ibu memberikan air susu ibu secara eksklusif. Emosional, instrumental, penilaian, dan informasi adalah contoh dukungan keluarga yang dapat diberikan dan terbukti sebagai faktor pendukung ibu dalam pemberian air susu ibu secara eksklusif (Armini dkk., 2020).

**d. Faktor pendukung dari petugas kesehatan**

Petugas kesehatan sangat memiliki peran penting dan memiliki pengaruh pada ibu menyusui. Ibu dapat menerima informasi yang tepat terkait ASI eksklusif, menjadi termotivasi dalam memberikan air susu ibu, serta mendapatkan bimbingan dan konseling pelaksanaan terkait ASI dari petugas kesehatan (Armini dkk., 2020)

### **C. Hubungan karakteristik dan dukungan suami dalam keberhasilan pemberian ASI Eksklusif**

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa karakteristik suami seperti usia, pendidikan, dan pekerjaan berpengaruh terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Putri dan Andini (2022) menemukan bahwa suami dengan pendidikan tinggi dan pekerjaan tetap cenderung lebih mendukung istri dalam menyusui. Hal ini sejalan dengan Rahayu (2023) yang menunjukkan bahwa dukungan suami secara emosional dan praktis berhubungan signifikan dengan keberhasilan ASI eksklusif, dengan peluang keberhasilan meningkat hingga 2,5 kali lebih besar.

Penelitian lain oleh Yuliana dan Pertiwi (2021) juga menegaskan bahwa keterlibatan aktif suami dalam merawat bayi dan memberi semangat sangat memengaruhi keberhasilan menyusui. Sementara itu, Nurul dan Wahyuni (2020) menyatakan bahwa dukungan keluarga inti, khususnya suami, merupakan motivator utama ibu untuk tetap menyusui secara eksklusif.

Secara keseluruhan, penelitian-penelitian tersebut menekankan bahwa keberhasilan pemberian ASI eksklusif tidak hanya bergantung pada ibu, tetapi juga dipengaruhi secara kuat oleh karakteristik dan dukungan yang diberikan suami.