BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. ASI Eksklusif

1. Pengertian ASI Eksklusif

ASI eksklusif adalah pemberian ASI selama 6 bulan tanpa tambahan cairan lain, seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, dan air putih, serta tanpa tambahan makanan padat, seperti pisang, bubur susu, biskuit, bubur nasi, dan nasi tim, kecuali vitamin dan mineral dan obat. Selain itu, pemberian ASI eksklusif juga berhubungan dengan tindakan memberikan ASI kepada bayi hingga berusia 6 bulan tanpa makanan dan minuman lain, kecuali sirup obat. Setelah usia bayi 6 bulan, barulah bayi mulai diberikan makanan pendamping ASI, sedangkan ASI dapat diberikan sampai 2 tahun atau lebih. (Nikmatul, 2016)

ASI adalah satu jenis makanan yang mencukupi seluruh unsur kebutuhan bayi baik fisik, psikologi, sosial maupun spiritual. ASI mengandung nutrisi, hormon, unsur kekebalan pertumbuhan, anti alergi, serta anti inflamasi. (Purwanti, 2004).

Keseimbangan zat-zat gizi dalam air susu ibu berada pada tingkat terbaik dan air susunya memiliki bentuk paling baik bagi tubuh bayi yang masih muda. Pada saat yang sama ASI juga sangat kaya akan sari-sari makanan yang mempercepat pertumbuhan sel-sel otak dan perkembangan sistem saraf. (Yahya, 2007).

2. Manfaat ASI Eksklusif

Komposisi ASI yang unik dan spesifik tidak dapat diimbangi oleh susu formula. Pemberian ASI tidak hanya bermanfaat bagi bayi tetapi juga bagi ibu yang menyusui. Manfaaat ASI bagi bayi antara lain; ASI sebagai nutrisi, ASI dapat meningkatkan daya tahan tubuh bayi, mengembangkan kecerdasan, dan dapat meningkatkan jalinan kasih sayang (Roesli, 2005).

Manfaat ASI bagi bayi adalah sebagai nutrisi. ASI merupakan sumber gizi yang sangat ideal dengan komposisi yang seimbang dan disesuaikan dengan pertumbuhan bayi. ASI adalah makanan bayi yang paling sempurna, baik kualitas dan kuantitasnya. Dengan tata laksana menyusui yang benar, ASI sebagai makanan tunggal akan cukup memenuhi kebutuhan tumbuh bayi normal sampai usia 6 bulan. Setelah usia 6 bulan, bayi harus mulai diberikan makanan padat, tetapi ASI dapat diteruskan sampai usia 2 tahun atau lebih. Negara-negara barat banyak melakukan penelitian khusus guna memantau immunoglobulin pada bayi. Selain itu, ASI merangsang terbentuknya antibodi bayi lebih cepat. Jadi, ASI tidak saja bersifat imunisasi pasif, tetapi juga aktif. Suatu kenyataan bahwa mortalitas (angka kematian) dan mobiditas (angka terkena penyakit) pada bayi ASI eksklusif jauh lebih rendah dibandingkan dengan bayi yang tidak mendapatkan ASI (Budiasih, 2008).

Bagi ibu, manfaat menyusui itu dapat mengurangi perdarahan setelah melahirkan. Apabila bayi disusui segera setelah dilahirkan maka kemungkinan terjadinya perdarahan setelah melahirkan (post partum) akan berkurang. Karena pada ibu menyusui terjadi peningkatan kadar oksitosin yang berguna juga untuk konstriksi/penutupan pembuluh darah sehingga perdarahan akan lebih cepat

berhenti. Hal ini akan menurunkan angka kematian ibu yang melahirkan. Selain itu juga, dengan menyusui dapat menjarangkan kehamilan pada ibu karena menyusui merupakan cara kontrasepsi yang aman, murah, dan cukup berhasil. Selama ibu memberi ASI eksklusif 98% tidak akan hamil pada 6 bulan pertama setelah melahirkan dan 96% tidak akan hamil sampai bayi merusia 12 bulan (Glasier, 2005).

Disamping itu, manfaat ASI bagi ibu dapat mengurangi terjadinya kanker. Beberapa penelitian menunjukan bahwa menyusui akan mengurangi kemungkinan terjadinya kanker payudara. Pada umumnya bila semua wanita dapat melanjutkan menyusui sampai bayi berumur 2 tahun atau lebih, diduga angka kejadian kanker payudara akan berkurang sampai sekitar 25%. Beberapa penelitian menemukan juga bahwa menyusui akan melindungi ibu dari penyakit kanker indung telur. Salah satu dari penelitian ini menunjukan bahwa risiko terkena kanker indung telur pada ibu yang menyusui berkurang sampai 20-25%. Selain itu, pemberian ASI juga lebih praktis, ekonomis, murah, menghemat waktu dan memberi kepuasan pada ibu (Maulana, 2007).

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi ASI Eksklusif

a. Inisiasi menyusu dini

Inisiasi menyusu dini akan sangat membantu keberlangsungan pemberian ASI Eksklusif dan lama menyusui. Dengan demikian, bayi akan terpenuhi kebutuhannya hingga usia 2 tahun. Proses IMD yang tepat sangat menentukan keberhasilan ibu dalam memberikan ASI ekslusif. Karena itu, proses menyusui harus dilakukan secepatnya segera setelah bayi lahir dengan

cara skin to skin. Semakin sering disusui secara langsung, produksi ASI-nya akan semakin meningkat

b. Kondisi kesehatan ibu

Kondisi kesehatan ibu juga dapat mempengaruhi pemberian ASI secara eksklusif. Pada keadaan tertentu, bayi tidak mendapat ASI sama sekali, misalnya dokter melarang ibu untuk menyusui karena sedang menderita penyakit yang dapat membahayakan ibu atau bayinya, seperti penyakit Hepatitis B, HIV/AIDS, sakit jantung berat, ibu sedang menderita infeksi virus berat, ibu sedang dirawat di Rumah Sakit atau ibu meninggal dunia. Faktor kesehatan ibu yang menyebabkan ibu memberikan makanan tambahan pada bayi 0-6 bulan adalah kegagalan menyusui dan penyakit pada ibu. Kegagalan ibu menyusui dapat disebakan karena produksi ASI berkurang dan juga dapat disebabkan oleh ketidakpuasan menyusui setelah lahir karena bayi langsung diberi makanan tambahan (Pudjiadi, 2001).

c. Promosi Susu Formula

Meskipun mendapat predikat The Gold Standard, makanan paling baik, aman, dan satu dari sedikit bahan pangan yang memenuhi kriteria pangan berkelanjutan (terjangkau, tersedia lokal dan sepanjang masa, investasi rendah). Sejarah menunjukkan bahwa menyusui merupakan hal tersulit yang selalu mendapat tantangan, terutama dari kompetitor utama produk susu formula yang mendisain susu formula menjadi pengganti ASI (YLKI, 2005).

d. Ibu Bekerja

Pekerjaan adalah suatu kegiatan atau aktivitas seseorang untuk mendapatkan penghasilan guna memenuhi kebutuhan hidupnya. Wanita yang

bekerja seharusnya diperlakukan berbeda dengan pria dalam hal pelayanan kesehatan terutuma karena wanita hamil, melahirkan, dan menyusui. Padahal untuk meningkatkan sumber daya manusia harus sudah sejak janin dalam kandungan sampai dewasa. Karena itulah wanita yang bekerja mendapat perhatian agar tetap memberikan ASI eksklusif sampai 6 bulan dan diteruskan sampai 2 tahun (Depkes RI, 2005).

Beberapa alasan ibu memberikan makanan tambahan yang berkaitan dengan pekerjaan adalah tempat kerja yang terlalu jauh, tidak ada penitipan anak, dan harus kembali kerja dengan cepat karena cuti melahirkan singkat. Cuti melahirkan di Indonesia rata-rata tiga bulan. Setelah itu, banyak ibu khawatir terpaksa memberi bayinya susu formula karena ASI perah tidak cukup. Bekerja bukan alasan untuk tidak memberikan ASI eksklusif, karena waktu ibu bekerja bayi dapat diberi ASI perah yang diperah minimum 2 kali selama 15 menit. Yang dianjurkan adalah mulailah menabung ASI perah sebelum masuk kerja. Semakin banyak tabungan ASI perah, seamakin besar peluang menyelesaikan program ASI Eksklusif (Danuatmaja, 2003).

4. Produksi ASI

Produksi ASI sangat dipengaruhi oleh pola konsumsi ibu meskipun banyak orang yang mempercayai bahwa makanan atau minuman tertentu akan meningkatkan produksi ASI (Prasetyono, 2005). Pola makan adalah salah satu penentu keberhasilan ibu dalam menyusui. Sehingga ibu yang menyusui perlu mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang. Nutrisi yang seimbang akan menghasilkan gizi yang baik dan berkualitas. Beberapa penelitian membuktikan ibu dengan gizi yang baik, umumnya mampu menyusui bayinya

selama minimal 6 bulan, sebaliknya ibu yang gizinya kurang, biasanya tidak mampu menyusui selama itu bahkan tidak jarang air susunya tidak keluar (Proverawati, 2009).

Beberapa ibu ada yang beranggapan bahwa sekalipun ibu tidak mengkonsumsi menu yang seimbang akan tetapi persediaan ASInya cukup untuk memenuhi kebutuhan bayinya, pada dasarnya anggapan para ibu ini sebenarnya kurang relevan. Apabila ibu mengabaikan pengaturan menu seimbangnya dengan cara mengurangi porsi karbohidrat, lemak, dan sayursayuran serta buah-buahan maka akan berdampak pada produksi ASInya. Nutrisi ASI yang baik akan berpengaruh pada perkembangan bayinya. Pola makan ibu yang tidak seimbang di masa menyusui menyebabkan rentannya tubuh ibu, kelelahan yang sangat. Dampaknya produksi ASI akan menurun. Tubuh ibu telah bekerja keras dalam memproduksi ASI, serta melakukan berbagai macam aktifitas dalam rangka merawat bayinya. Sehingga disarankan bagi ibu menyusui untuk tetap menjaga pola makan yang baik.

B. Inisiasi Menyusu Dini

1. Pengertian Inisiasi Menyusu Dini

Inisiasi Menyusu Dini (IMD) adalah suatu upaya mengembalikan hak bayi yang selama ini terenggut oleh para praktisi kelahiran yang membantu proses persalinan yang langsung memisahkan bayi dari ibu sesaat setelah dilahirkan. Langkah ini tidak membuat bayi menjadi lebih baik, tetapi justru menurunkan ketahanan tubuh bayi hingga 25%. Pada kasus yang lebih parah, bayi dapat mengalami goncangan psikologis akibat kehilangan perlindungan

yang ia butuhkan dari ibu sehingga berdampak buruk terhadap tumbuh kembang, khususnya kualitas fisik, psikologis, dan kecerdasan anak (Sirajuddin, 2013).

Proses bayi menyusu dalam waktu satu jam pertama setelah kelahiran dikenal dengan istilah menyusu dini. Menyusu dini dilakukan dengan dua teknik, inisiasi menyusu dini dan tidak inisiasi menyusu dini. Kedua teknik ini dilakukan pada bayi yang lahir dengan persalinan normal dan persalinan abnormal asalkan bayi dan ibu dalam kondisi sehat. Inisiasi menyusu dini mempunyai arti penting dalam merangsang produksi ASI dan memperkuat refleks menghisap bayi (Vetty dan Elmatris, 2011).

2. Manfaat Insisasi Menyusu Dini

a. Manfaat Inisiasi Menyusu Dini bagi bayi

Memenuhi kebutuhan nutrisi bayi karena ASI merupakan makanan dengan kualitas dan kuantitas yang optimal memberi kekebalan pasif kepada bayi melalui kolostrum sebagai imunisasi pertama bagi bayi, meningkatkan kecerdasan, membantu bayi mengkoordinasikan hisap, telan dan nafas, meningkatkan jalinan kasih sayang ibu dan bayi, mencegah kehilangan panas, serta merangsang kolostrum segera keluar. Sedangkan manfaat inisiasi menyusu dini bagi ibu adalah merangsang produksi oksitosin dan prolactin, meningkatkan keberhasilan produksi ASI; dan meningkatkan jalinan kasih sayang ibu dan bayi (Sidi et all, 2004).

b. Manfaat Kontak Kulit Antara Ibu – Bayi

Menurut Roesli (2007), manfaat kontak kulit antara ibu dan bayi adalah: dada ibu mampu menghangatkan bayi dengan tepat selama bayi

merangkak mencari payudara sehingga akan menurunkan kematian karena kedinginan (hypothermia); baik ibu maupun bayi akan merasa lebih tenang, pernapasan dan detak jantung bayi lebih stabil dan bayi akan jarang menangis sehingga mengurangi pemakaian energi, saat merangkak mencari payudara, bayi memindahkan bakteri dari kulit ibunya melalui jilatan dan menelan bakteri menguntungkan dikulit ibu sehingga bakteri ini akan berkembang, biak membentuk koloni disusu dan kulit bayi, menyaingi bakteri yang merugikan.

Bonding (ikatan kasih sayang) antara ibu dan bayi akan lebih baik karena pada 1-2 jam pertama, bayi dalam keadaan siaga dan setelah itu bayi akan tidur dalam waktu yang lama, makanan yang diperoleh bayi dari ASI sangat diperlukan bagi pertumbuhan bayi dan kemungkinan bayi menderita alergi dapat dihindari lebih awal, bayi yang diberi kesempatan menyusu dini lebih berhasil menyusu eksklusif dan lebih lama disusui, hentakan kepala bayi ke dada ibu, sentuhan tangan bayi di puting susu ibu dan sekitarnya, emutan, dan jilatan bayi pada puting ibu merangsang pengeluaran hormon oksitosin.

Bayi mendapat ASI / kolostrum yang pertama kali keluar, cairan ini kaya akan zat yang meningkatkan daya tahan tubuh, penting untuk ketahanan infeksi, penting untuk pertumbuhan, bahkan kelangsungan hidup bayi. Kolostrum akan membuat lapisan yang melindungi usus bayi yang masih belum matang sekaligus mematangkan dinding usus.

3. Faktor-faktor Inisiasi Menyusu Dini

a. Peran petugas kesehatan

Menurut Novianti (2016), keberhasilan program IMD tidak hanya membutuhkan peran ibu, tetapi juga peran tenaga kesehatan. Penolong

persalinan seperti bidan merupakan tenaga kesehatan yang paling berperan dalam pelaksanaan IMD karena ibu tidak dapat melakukan IMD tanpa bantuan dan fasilitasi dari bidan atau penolong persalinan lainnya. Selain bidan, peran konselor laktasi juga penting karena diharapkan mampu menumbuhkan kepercayaan dan motivasi ibu untuk mengetahui lebih lanjut mengenai IMD dan ASI eksklusif.

Keberhasilan konselor ASI dalam memberikan konseling yang positif kepada ibu dipengaruhi oleh pengetahuan dan ketrampilan dasar yang menyangkut teori dan praktik konseling serta ketrampilan wawancara dan intervensi dalam pemecahan masalah. Untuk menjadi seorang konselor laktasi, tenaga kesehatan diharapkan telah memenuhi kualifikasi kompetensi sebagai International Board Certified Lactation Consultant (IBCLC). IBCLC adalah konsultan laktasi yang telah disertifikasi oleh International Board of Lactation Consultant Examiners (IBCLE) atau Badan Internasional Penguji Konsultan Laktasi dan telah menunjukan bahwa mereka memiliki pengetahuan khusus dan keahlian dalam hal pemberian ASI dan laktasi. Namun demikian, kendala utama dalam pelaksanaan IMD yang ditemukan di lapangan adalah belum optimalnya komitmen serta dukungan Rumah Sakit dan penolong persalinan untuk menerapkan IMD pada bayi baru lahir.

b. Psikologis Ibu

Keberhasilan IMD sangan berpengaruh dengan kesiapan mental sang ibu selain itu persiapan menyusui selama kehamilan penting dilakukan. Ibu yang menyiapkan sejak dini akan lebih siap menyusui bayinya terutama adalah

persiapan psikologis ibu karena keberhasilan menyusui didukung oleh persiapan psikologis, yang dilakukan sejak masa kehamilan (Ulandari, 2018).

Persiapan ini sangat berarti karena keputusan atau sikap ibu yang positif terhadap pemberian ASI harus sudah terjadi pada saat kehamilan, atau bahkan jauh sebelumnya. Sikap ibu terhadap pemberian ASI dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain adat, kebiasaan, kepercayaan tentang menyusui didaerah masing-masing. Kebiasaan menyusui dalam keluarga atau dikalangan kerabat, pengetahuan ibu dan keluarganya tentang manfaat ASI, juga sikap ibu terhadap kehamilannya (diinginkan atau tidak) berpengaruh terhadap keputusan ibu. Dukungan dokter, bidan, atau petugas kesehatan lainnya, teman, kerabat dekat sangat dibutuhkan, terutama untuk ibu yang baru pertama kali hamil (Ulandari, 2018).

c. Dukungan keluarga

Dukungan keluarga memiliki peran yang penting bagi Ibu menyusui, belum semua ibu menyusui mengetahui manfaat dari kolostrum yang didapat saat proses Inisiasi Menyusu Dini (IMD). Alasan yang biasanya terjadi pada para ibu di Indonesia adalah adanya pengaruh budaya berkaitan dengan pemberian IMD. Beberapa hal seperti pengetahuan, sosial budaya, psikologi, fisik, perilaku dan tenaga kesehatan terbukti berpengaruh terhadap perilaku ibu dalam memberikan IMD (Setyaningsih, 2018).

Sosial budaya menjadi faktor yang berperan dalam membentuk pola pikir masyasrakat. Sosial budaya di dalam masyarakat memunculkan beberapa tradisi serta kepercayaan yang mempengaruhi perilaku masyarakat tersebut.

Kepercayaan yang ada dalam keluarga membuat ibu mengikutinya meskipun sudah banyak informasi yang diperoleh dari tenaga kesehatan (Setyaningsih, 2018).

4. Tahapan Inisiasi Menyusu Dini

Inisiasi menyusu dini (IMD) atau early initiation adalah memberi kesempatan pada bayi baru lahir untuk menyusu sendiri pada ibunya dalam satu jam pertama kelahirannya. Jika bayi baru lahir segera dikeringkan dan diletakkan diperut ibu dengan kontak kulit ke kulit dan tidak dipisahkan dari ibunya setidaknya satu jam, semua bayi akan melalui lima tahap perilaku (pre-feeding behavior) sebelum ia berhasil menyusui (Depkes RI, 2008).

Menurut Depkes RI (2008), beberapa tahap perilaku bayi diatas antara lain meliputi : Dalam 30 menit pertama : stadium istirahat/diam dalam keadaan siaga (rest/quite alert stage). Bayi diam tidak bergerak. Sesekali matanya terbuka lebar melihat ibunya. Masa tenang yang istimewa ini merupakan penyesuaian peralihan dari keadaan dalam kandungan ke keadaan di luar kandungan. Bonding (hubungan kasih sayang) ini merupakan dasar pertumbuhan bayi dalam suasana aman. Hal Ini meningkatkan kepercayaan diri ibu terhadap kemampuan menyusui dan mendidik bayinya. Kepercayaan diri ayahpun menjadi bagian keberhasilan dan mendidik anak bersama ibu. Langkah awal keluarga sakinah.

Antara 30-40 menit: mengeluarkan suara, gerakan mulut seperti mau minum, mencium dan menjilat tangan. Bayi mencium dan merasakan cairan ketuban yang ada di tangannya. Bau ini sama dengan bau cairan yang dikeluarkan payudara ibu. Bau rasa ini akan membimbing bayi untuk

menentukan payudara dan puting susu ibu. Mengeluarkan air liur saat menyadari bahwa ada makanan di sekitarnya, bayi mulai mengeluarkan air liurnya.

Bayi mulai bergerak ke arah payudara. Areola (kalang payudara) sebagai sasaran, dengan kaki menekan perut ibu. Ia menjilat-jilat ibu, menghentak-hentakkan kepala ke dada ibu, menoleh kekanan dan kekiri, serta menyentuh dan meremas daerah puting susu dan sekitarnya dengan tangannya yang mungil. Menemukan, menjilat, mengulum puting, membuka mulut lebar dan melekat dengan baik.

C. Hasil Penelitian IMD dengan ASI Eksklusif

Dalam penelitian Hubungan Antara Kondisi Kesehatan Ibu, Pelaksanaan IMD, dan Iklan Susu Formula Dengan Pemberian ASI Eksklusif, yang dilakukan oleh Dedi Alamsyah dkk. Diperoleh hasil :

Hubungan Antara Kondisi Kesehatan Dengan Pemberian ASI Eksklusif Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, jumlah responden yang tidak memberikan ASI eksklusif dalam keadaan sakit (70,1%) lebih besar dibandingkan dengan jumlah responden yang memberikan ASI secara eksklusif dalam keadaan sehat (tidak sakit) yaitu 48,8%. Dari hasil analisis statistik yang dilakukan diperoleh nilai p value = 0,071 lebih besar dari $\alpha = 0,05$, jadi dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kondisi kesehatanibu dengan pemberian ASI eksklusif pada ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan di Kecamatan Tangaran Kabupaten Sambas. Meskipin kondisi kesehatan ibu tidak meiliki hubungan yang signifikan dengan pemberian ASI

eksklusif, tetapi variabel ini ada risiko untuk tidak memberiankan ASI ekslusif karena nilai PR = 1,371.

Masalah-masalah kesehatan yang muncul pada ibu yang menyusui menyebabkan muncul keraguan dalam diri ibu, apakah ia mampu atau tidak untuk memberikan ASI kepada bayinya, kondisi tersebut pada akhirnya akan berujung kepada proses kegagalan pemberian ASI eksklusif. Masalah kesehatan yang sering dirasakan ibu pada saat menyusui adalah pembengkakan pada payudaranya. Pembengkakan payudara terjadi karena edema ringan oleh hambatan vena atau saluran limfe akibat ASI yang menumpuk di dalam payudara. Penumpukan ASI di dalam payudara disebabkan karena bayi tidak menyusu dengan kuat, posisi pada payudara salah sehingga proses menyusu tidak benar, dan terdapat puting susu yang datar atau terbenam.