

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Asi Eksklusif

2.1.1 Definisi ASI Eksklusif

ASI eksklusif berarti bayi disusui secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupannya dan tidak mendapat makanan atau minuman kecuali obat-obatan dan vitamin. Namun, ini tidak berarti bahwa harus menghentikan pemberian ASI eksklusif setelah pemberian ASI eksklusif berakhir, melainkan Anda akan melanjutkan pemberian ASI eksklusif hingga bayi berusia dua tahun. Menurut ilmu pengetahuan, ASI merupakan makanan pertama, terpenting dan terbaik bagi bayi (Aryotochter et al 2018).

ASI adalah cairan yang dikeluarkan oleh kelenjar susu ibu. ASI merupakan makanan terbaik untuk bayi karena mengandung semua nutrisi yang dibutuhkan bayi dan juga melindungi dari berbagai bakteri yang dapat membantu pertumbuhan bayi sehingga bayi menjadi lebih sehat dan cerdas (Linda, 2019).

ASI Eksklusif adalah pemberian hanya ASI saja selama enam bulan tanpa tambahan cairan apapun, seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih dan tanpa pengenalan makanan pendamping lainnya seperti pisang, biskuit, bubur atau nasi tim. Saat bayi berusia enam bulan, makanan pendamping ASI dapat diberikan kepada bayi bersama dengan ASI dan hal ini berlanjut hingga bayi berusia minimal dua tahun (Wiji, 2013).

Manfaat ASI eksklusif yang paling penting adalah dapat menunjang dan menunjang proses perkembangan mental dan fisik bayi. Bayi berusia 0 hingga 6

bulan tidak dapat memperoleh nutrisi apa pun selain ASI. Oleh karena itu, dapat dipastikan bahwa menyusui bayi selama setengah tahun berturut-turut berdampak besar bagi pertumbuhan otak dan tubuh bayi di masa depan.

Manfaat menyusui bagi ibu adalah menghilangkan trauma pascapersalinan. Pemberian ASI eksklusif tidak hanya menstabilkan kesehatan dan kondisi mental ibu, tetapi juga meminimalkan risiko kanker payudara. Salah satu pemicu kanker payudara pada ibu menyusui adalah tidak menyusui bayinya secara eksklusif (Hidayah, 2021).

2.1.2 Jenis Asi Eksklusif

Ada tiga jenis ASI yaitu kolostrum yang keluar dari hari 1 hingga hari 3-5, ASI transisi dari hari 3-5 hingga hari 8-11 dan ASI matang dari hari 8-11. Di bawah ini adalah penjelasan tentang jenis jenis ASI:

1. Kolostrum

Kolostrum adalah cairan pertama yang dikeluarkan oleh kelenjar susu dari hari pertama hingga 3-5 hari setelah lahir. Komposisi kolostrum dalam ASI berubah setelah lahir. Kolostrum berwarna kuning keemasan karena kandungan proteinnya yang tinggi dan sel-selnya yang hidup. Kandungan protein kolostrum lebih tinggi dari ASI matur, sedangkan kandungan laktosa lebih rendah dari ASI matur.

Jumlah kolostrum yang diproduksi ibu hanya sekitar 7,4 sendok teh atau 36,23 ml per hari. Pada hari pertama, kapasitas lambung bayi 5-7 ml (setara dengan ukuran kelereng kecil), pada hari kedua 12-13 ml, dan pada hari ketiga 22-27 ml (setara dengan kelereng ukuran besar). Oleh karena itu, meskipun jumlah kolostrumnya kecil, namun cukup untuk kebutuhan bayi baru lahir.

2. ASI Transisi

Seperti namanya, ASI diproduksi selama masa transisi ini dari hari ke 3-5 sampai hari ke 8-11 saat komposisinya berubah. Jumlah ASI meningkat, namun komposisi protein lebih rendah, sedangkan kandungan lemak dan karbohidrat lebih tinggi. Hal ini memenuhi kebutuhan bayi saat aktivitas bayi mulai aktif dan bayi sudah mulai beradaptasi dengan lingkungan. Pada masa ini produksi ASI mulai stabil.

3. ASI Matang (Matur)

Susu matur yaitu susu yang berasal dari hari 8-11 hingga seterusnya. ASI matur adalah nutrisi yang terus berubah sesuai dengan perkembangan bayi hingga bulan keenam. ASI matur dibedakan menjadi dua, susu awal atau primer dan susu akhir atau susu sekunder. Susu awal adalah susu yang keluar pada setiap awal menyusui, sedangkan susu terlambat adalah susu yang keluar pada akhir setiap menyusui.

Susu awal, memenuhi kebutuhan air bayi. Jika bayi mendapat banyak ASI lebih awal, semua kebutuhan air terpenuhi. Bayi tidak membutuhkan air minum selain ASI sebelum usia 6 bulan, meski bayi tinggal di iklim hangat. Susu akhir memiliki lebih banyak lemak daripada susu awal. Karena kandungan lemak yang lebih tinggi ini, susu jadi tampak lebih putih dari susu aslinya. Lemak dalam jumlah besar ini menyediakan banyak energi dalam ASI.

Oleh karena itu, bayi sebaiknya diberi kesempatan menyusu lebih lama untuk mendapatkan susu lemak akhir sebanyak mungkin. Lemak merupakan nutrisi yang diperlukan untuk sumber energi. Sedangkan protein merupakan zat yang dibutuhkan bayi untuk tumbuh kembangnya.

2.1.3 Kandungan Zat Gizi

1. Karbohidrat

Karbohidrat dalam ASI berbentuk laktosa, jauh lebih banyak daripada susu formula. ASI terasa lebih manis daripada susu botol karena ASI mengandung laktosa yang tinggi. Laktosa difermentasi menjadi asam laktat selama proses pencernaan bayi. Lingkungan yang asam memiliki beberapa manfaat untuk pencernaan bayi, antara lain:

- a) Mencegah pertumbuhan bakteri
- b) Merangsang pertumbuhan mikroorganisme yang memproduksinya Asam organik dan sintesis protein.
- c) Percepatan pengendapan Ca-caseinat.
- d) Meningkatkan penyerapan mineral seperti kalsium, fosfor dan magnesium

2. Protein

ASI mengandung banyak protein dan komposisinya berbeda dengan susu sapi. Sebagian besar protein ASI terdiri dari protein whey, yang mudah diserap oleh usus bayi, namun susu sapi memiliki banyak protein kasein, yang sulit dicerna oleh usus bayi, hanya 30% dibandingkan dengan susu yang mengandung banyak (80%). protein ini. Susu sapi juga mengandung beta-laktoglobulin, komponen protein susu yang dapat menyebabkan alergi. Protein ASI juga memiliki kualitas yang lebih baik daripada susu sapi, terbukti dari profil asam aminonya (bahan penyusun protein).

ASI mengandung asam amino yang lebih lengkap dibandingkan susu sapi. Contohnya adalah asam amino taurin. Asam amino ini hanya ditemukan dalam jumlah kecil di dalam susu. Taurin diyakini berperan dalam perkembangan otak karena asam amino ini ditemukan dalam jumlah yang cukup dalam jaringan otak

yang sedang berkembang. Taurin diperlukan untuk bayi prematur karena kemampuannya memproduksi protein ini sangat rendah.

ASI mengandung berbagai senyawa organik yang terdiri dari nukleotida (gugus nitrogen), yang juga banyak terdapat dalam ASI dan mengandung sedikit nutrisi. Selain itu, kualitas nukleotida ASI lebih baik dibandingkan dengan susu sapi. Nukleotida ini mendorong pertumbuhan dan pematangan usus, merangsang pertumbuhan bakteri baik di usus, dan meningkatkan penyerapan zat besi dan sel kekebalan.

3. Lemak

ASI memiliki kandungan lemak yang lebih tinggi dibandingkan dengan susu sapi atau susu formula. Kandungan lemak yang tinggi ini diperlukan untuk mendukung pertumbuhan otak yang cepat di masa kanak-kanak. Ada beberapa perbedaan antara susu manusia dan susu sapi, atau profil lemak susu. Lemak omega-3 dan omega-6, yang berperan dalam perkembangan otak bayi, banyak terdapat dalam ASI. Selain itu, ASI kaya akan asam lemak seperti asam docosahexaenoic (asam docosahexaenoic, DHA) dan asam arakidonat (asam arakidonat, ARA), yang terlibat dalam perkembangan jaringan saraf dan retina mata. Susu sapi tidak mengandung kedua bahan tersebut.

Inilah mengapa DHA dan ARA ditambahkan ke hampir semua susu formula bayi. Namun perlu diingat bahwa sumber DHA dan ARA yang ditambahkan ke dalam susu tidak sebaik sumber yang terdapat dalam ASI. ASI mengandung lemak jenuh dan tak jenuh dalam jumlah yang seimbang dibandingkan dengan susu sapi yang tinggi lemak jenuh. Mengonsumsi lemak dalam jumlah besar dalam jangka waktu lama tidak baik untuk kesehatan jantung.

4. Karnitin

Karnitin berperan dalam membantu tubuh menghasilkan energi yang dibutuhkan untuk mempertahankan metabolisme. ASI mengandung karnitin tinggi, dan kadar kolostrum karnitin bahkan lebih tinggi, terutama dalam tiga minggu pertama menyusui. Bayi yang diberi ASI memiliki konsentrasi karnitin yang lebih tinggi daripada bayi yang diberi susu formula.

5. Mineral

Mineral yang terkandung dalam ASI lengkap dan cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi usia 6 bulan. Meski kandungan mineral dalam ASI konstan, ada beberapa mineral tertentu yang dipengaruhi oleh pola makan ibu. Kadar zat besi dan kalsium paling stabil dan tidak terpengaruh oleh pola makan ibu. Mineral lainnya adalah kalium, natrium, tembaga, mangan, dan fosfor.

6. Vitamin

ASI mengandung berbagai macam vitamin, namun jumlahnya relatif kecil. Vitamin K, yang bertindak sebagai faktor pembekuan, membentuk sekitar seperempat dari susu formula bayi, jadi bayi baru lahir harus menerima vitamin K melalui suntikan untuk mencegah pendarahan. Vitamin D juga rendah, bayi tetap membutuhkan ekstra vitamin tambahan D yang mereka dapatkan dari sinar matahari. Penting agar bayi baru lahir terkena sinar matahari di pagi hari. Vitamin lain yang juga terdapat dalam ASI adalah vitamin A dan vitamin E. Kandungan vitamin A dalam ASI sangat tinggi. Selain itu, ASI juga menghasilkan betakaroten sebagai bahan awal pembentukan vitamin A.

Selain untuk kesehatan mata, vitamin A juga penting untuk merangsang pembelahan sel, kekebalan dan pertumbuhan. Vitamin E tidak memiliki fungsi yang

signifikan. Karena berperan dalam ketahanan dinding sel darah merah. Kekurangan vitamin E dapat menyebabkan kekurangan darah (anemia hemolitik). Selain hal di atas, ASI juga mengandung vitamin yang larut dalam air, seperti vitamin B1, B2, B6, B12, asam lasan folat dan vitamin C. Hampir semua vitamin yang larut dalam air terdapat dalam ASI dan diserap. Mempengaruhi konsentrasi vitamin ini dalam ASI oleh ibu.

7. Air

ASI adalah 88% air, yang membantu melarutkan zat dalam ASI. Kandungan air dalam ASI juga bisa menghilangkan dahaga bayi.

2.1.4 Manfaat

2.1.4.1 Manfaat ASI untuk bayi

1) Kesehatan

ASI mengandung antibodi yang membantu menjaga sistem kekebalan bayi Anda. Oleh karena itu, menyusui bayi Anda adalah hal yang sangat baik dan ia akan lebih sehat dan kuat. Selain itu, ASI dapat mencegah adenokarsinoma dan melawan virus, flu, dan infeksi. ASI juga dapat mencegah keterlambatan pertumbuhan yang disebabkan oleh malnutrisi atau malnutrisi. Komposisi nutrisi ASI terdiri dari karbohidrat, protein, lemak, mineral, vitamin dan zat penting lainnya yang dibutuhkan oleh tubuh bayi. Tubuh bayi mudah menyerap ASI, sehingga nutrisi yang terkandung dalam ASI mudah dimetabolisme di dalam tubuh bayi.

2) Kecerdasan

ASI mengandung DHA (*docosahexaenoic acid*) yang terlibat dalam pematangan otak, proses mielinisasi di otak. Selain itu, ketika seorang ibu menyusui bayinya, ada proses stimulasi yang merangsang jaringan di otak untuk membentuk

sepenuhnya, terjadi ketika Anda merangsang atau mencicipi ASI. Untuk perkembangan nutrisi yang optimal dalam ASI

3) Emosi

Saat ibu menyusui bayinya, bayi merasakan rangsangan kasih sayang dari ibu. Itu disebut kecerdasan emosional. Ketika bayi disusui, ia ingin mendengar doa ibu dan mengasah kecerdasan spiritual bayi. Menyusui meningkatkan kepribadian anak. Menurut Kementerian Kesehatan RI, anak yang diberi ASI berperilaku lebih baik daripada anak yang tidak diberi ASI. Ini karena ikatan emosional tercipta ketika seorang ibu menyusui bayinya. Bila dilakukan secara terus menerus atau teratur, sama halnya dengan membesarkan anak secara tidak langsung, baik sendiri maupun setengah tahun. Menyusui juga memperkuat ikatan emosional antara bayi dan ibu. Hasilnya, ibu semakin menyayangi bayinya dan bayi merasa lebih nyaman dalam pelukannya.

2.1.4.2 Manfaat bagi ibu menyusui antara lain:

- 1) Mengurangi perdarahan dan anemia.
- 2) Kehamilan tertunda.
- 3) Rahim menyusut.
- 4) Menurunkan berat badan lebih cepat.
- 5) Mengurangi risiko kanker.
- 6) Tidak repot, menghemat waktu.
- 7) kepuasan ibu.
- 8) Risiko osteoporosis secara signifikan lebih rendah pada wanita yang sudah hamil dan menyusui. Massa tulang menurun selama kehamilan dan menyusui, tetapi

penyerapan kalsium, kadar hormon paratiroid, dan kalsitriol serum berkurang secara signifikan.

9) ASI lebih ekonomis daripada formula.

10) ASI lebih steril daripada susu sapi.

11) Ibu yang menyusui memiliki ikatan emosi yang lebih kuat daripada yang tidak menyusui.

12) ASI dapat menunda kehamilan.

2.1.5 Dampak Tidak diberikan Asi Eksklusif

Dampak dari tidak diberikannya ASI eksklusif pada bayi yaitu pada usia dewasa lebih rentan terhadap penyakit seperti hipertensi, penyakit jantung dan diabetes, serta dapat mengalami gizi buruk dan obesitas (Arifa Y, dan Shrimarti R.D, 2017).

Di sisi lain, ibu itu sendiri berisiko terkena kanker payudara, dan ketika bayi dan ibu menderita kanker payudara, risiko terkena kanker payudara lebih tinggi dan oleh karena itu biayanya lebih tinggi. Selain biaya susu formula untuk menggantikan ASI bayi.

2.1.6 Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian Asi Eksklusif

1. Usia

Usia dapat mendorong perilaku. Semakin dewasa seseorang, semakin memahami dan memahami sesuatu sebagai pribadi yang belum dewasa (Kurniawati, 2014). Usia ibu mempengaruhi pemberian ASI eksklusif. Usia ibu merupakan penentu utama kesehatan ibu dan berhubungan dengan kehamilan, persalinan, kondisi pascapersalinan, dan metode perawatan bayi dan menyusui. Ibu

berusia di bawah 20 tahun, belum dewasa dan secara fisik dan sosial tidak siap untuk kehamilan, persalinan dan perawatan bayi baru lahir. (Hidayati, 2012).

2. Paritas

Menurut Prawirohardjo (2014) paritas adalah jumlah anak yang telah dilahirkan seorang Ibu. Jumlah anak dapat dibedakan menjadi primipara, multipara dan granmipara.

3. Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari pemahaman, yang terjadi setelah orang mempersepsikan suatu objek tertentu. Persepsi dilakukan melalui panca indera: penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba (Notoatmodjo, 2013). Pengetahuan ibu tentang menyusui merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam keberhasilan proses menyusui.

4. Pendidikan

Pendidikan memotivasi manusia untuk mencari pengalaman dan memiliki rasa ingin tahu sehingga informasi yang diterimanya menjadi pengetahuan. Pengetahuan yang ada membentuk keyakinan untuk bertindak. Ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi lebih terbuka terhadap ide-ide baru dibandingkan dengan ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah (Haryono & Setianingsih, 2014).

5. Sikap

Sikap mengungkapkan suka dan tidak suka. Sikap sering diperoleh dari pengalaman pribadi dan dekat. Menurut Notoatmodjo (2013), sikap adalah respon atau tanggapan seseorang terhadap suatu stimulus atau objek yang masih tertutup.

Wujud suatu sikap tidak dapat dilihat secara langsung, tetapi hanya dapat diinterpretasikan berdasarkan perilaku yang terbentuk sebelumnya.

6. Bekerja

Alasan paling umum ibu tidak menyusui adalah karena mereka harus bekerja. Banyak perempuan kini aktif di bidang ekonomi, dan masyarakat menyadari bahwa kebutuhan perempuan tidak terbatas pada kebutuhan fisiologis dan reproduksi. Jika seorang ibu yang berperan ganda sebagai pekerja dan ibu rumah tangga tidak memiliki keseimbangan, keseimbangan antara rumah dan anak akan hilang. Bayi yang baru lahir membutuhkan ASI selama enam bulan. Artinya, ibu harus senang menyusui setiap saat. Salah satu kebijakan pemerintah untuk mendorong pemberian ASI pada pekerja adalah dengan menyediakan fasilitas khusus di tempat kerja dan tempat umum.

7. Kesehatan ibu

Kesehatan ibu dapat mempengaruhi menyusui. Dalam keadaan sakit, ia tidak dapat menyusui bayinya. Ibu juga membutuhkan banyak istirahat, sehingga membutuhkan bantuan orang lain untuk merawat bayi dan rumah tangganya. Ibu yang menderita penyakit seperti hepatitis dan AIDS. Orang penting sebagai objek keterikatan (anggota keluarga), perilaku orang lebih kuat dipengaruhi oleh orang penting. Saat menyusui dalam sebuah keluarga, yang terpenting adalah suami dan orang tua.

9. Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga meliputi suami, orang tua dan kerabat lainnya memiliki pengaruh yang besar terhadap keberhasilan menyusui. Hal ini karena dukungan keluarga mempengaruhi keadaan psikologis ibu yang selanjutnya mempengaruhi

produksi ASI. Ibu yang tidak mendapat dukungan menyusui dari keluarganya mengurangi pemberian ASI (Haryono dan Setianingsih, 2014). Peran orang tua merupakan faktor terpenting dalam pemberian ASI eksklusif (Astuti, 2013).

10. Dukungan Petugas Kesehatan

Petugas kesehatan profesional mendukung ibu menyusui. Dukungan tenaga kesehatan dalam menasihati ibu untuk menyusui bayinya menentukan keberlangsungan menyusui (Haryono dan Setianingsih, 2014).

11. Pengaruh lokasi persalinan

Banyak ahli menganggap menyusui tidak baik bagi ibu yang melahirkan di rumah sakit atau klinik bersalin. Dalam pengaturan persalinan, lebih ditekankan pada upaya persalinan dan kondisi yang aman dan sehat bagi ibu dan anak. Rumah sakit dan rumah bersalin juga jarang yang menggunakan rawat inap dan tidak memiliki fasilitas klinik menyusui. Susu formula seringkali menjadi makanan pertama yang diberikan kepada bayi, dan pemerintah telah menetapkan kebijakan dalam program pemberian ASI dini (IMD).

12. Promosi susu formula

Memperkuat promosi penjualan susu bubuk sebagai PASI, khususnya di kota. Ibu bisa mendapatkan informasi lebih banyak tentang manfaat menggunakan susu formula daripada tentang menyusui. Kebijakan pemerintah tertuang dalam Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 237/SK/Menkes/IV/1997 tentang PASI.

13. Budaya

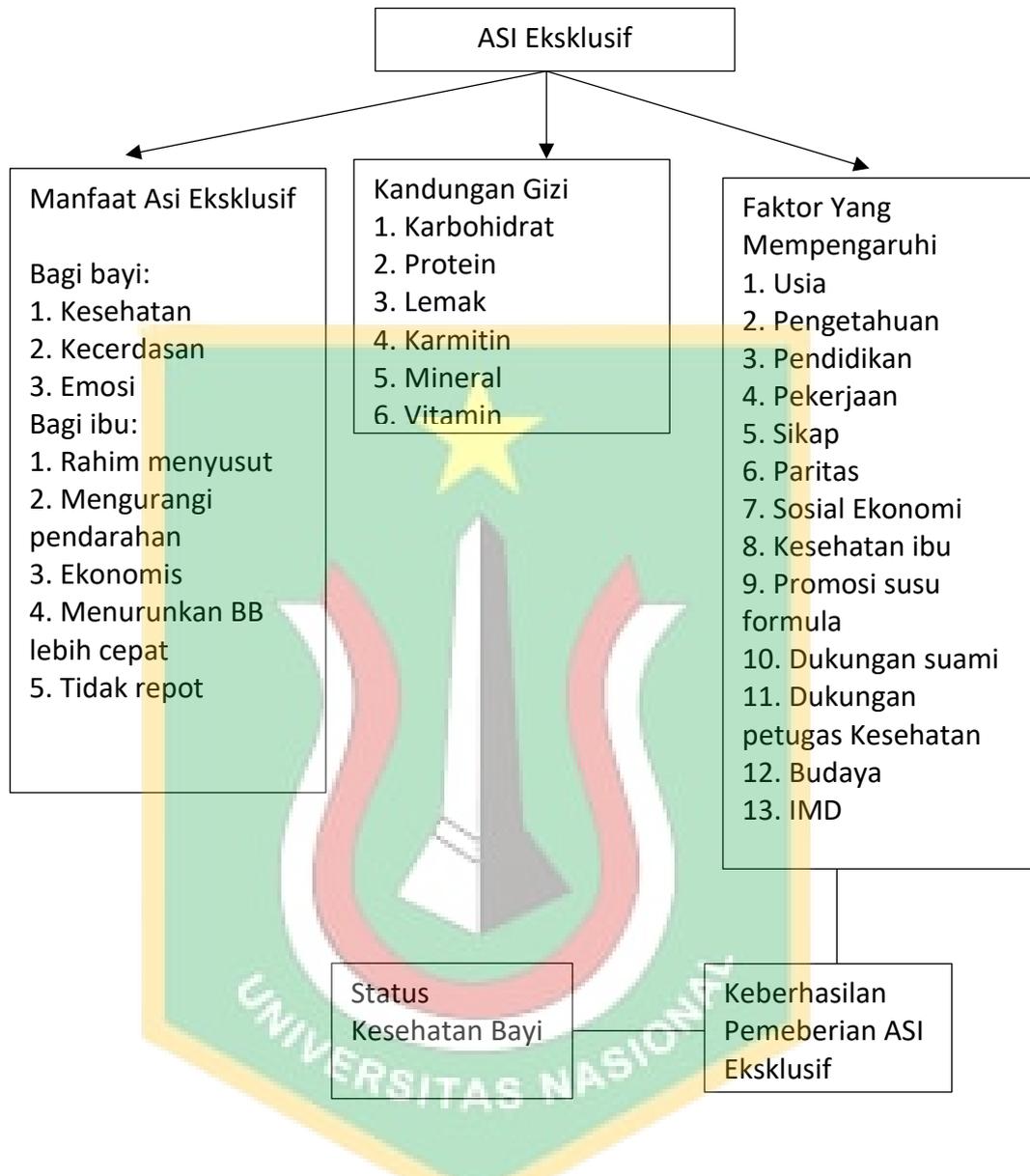
Perilaku normal, adat istiadat, nilai-nilai dan penggunaan sumber daya dalam suatu masyarakat menciptakan cara hidup yang sering disebut sebagai budaya. Budaya ini telah lama muncul sebagai hasil dari kehidupan masyarakat.

Kebudayaan selalu berubah secara perlahan dan cepat sesuai dengan peradaban manusia. Budaya dan cara hidup masyarakat di sini merupakan kombinasi dari semua hal di atas (Notoatmodjo, 2013). Budaya dominan masyarakat mempengaruhi keberhasilan menyusui. Adanya budaya yang memberi makan bayi dengan makanan dan minuman tertentu akan menghambat pemberian ASI secara penuh.

14. IMD (Inisiasi Menyusui Dini)

IMD disebut *early initiation* atau inisiasi menyusui dini. Jadi, Bayi akan mulai menyusui sendiri setelah lahir. Menyusui bayi segera setelah lahir. Metode Bay untuk memulai menyusui dini disebut menyusui. Semua bayi harus segera dikeringkan, ditempatkan *skin-to-skin* ke perut ibu, dan dijauhkan dari ibu sekiranya selama satu jam. Bayi melewati lima tahap perilaku sebelum menyusui. Berikut adalah lima tahap perilaku bayi: Gerakan mulut seperti membuat suara, ingin minum, mencium, atau menjilati tangan. Bau dan rasa ini memungkinkan bayi untuk menemukan payudara dan puting ibunya. Bayi Anda akan mulai bergerak ke arah payudara Anda. Targetkan areola dan tekan kaki Anda ke perut ibu. Dia menjilat kulitnya, membanting kepalanya ke dadanya, memutarnya dari sisi ke sisi, dan menggunakan tangan kecilnya untuk menyentuh dan meremas putingnya dan area di sekitarnya. Menemukan, membuka mulut, menjilat, menghisap, dan melekat dengan Baik

2.2 Kerangka Teori



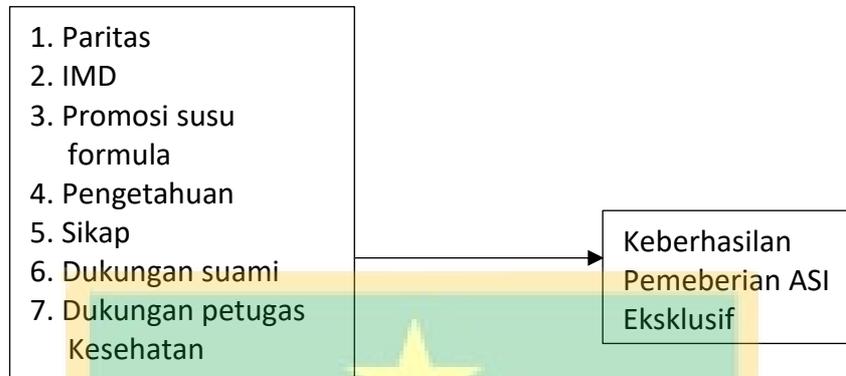
Gambar 2.2.1 Kerangka Teori

Sumber: Aryotochter (2018), G, Hidayah (2021), Astuti S dkk (2015)

2.3. Kerangka Konsep

Variabel bebas

Variabel terikat



Gambar 2.3.1 Kerangka Konsep

2.4 Hipotesis

Ho : Tidak adanya hubungan antara Paritas, IMD, Promosi susu formula, Pengetahuan, Sikap, Dukungan suami, Dukungan Petugas Kesehatan terhadap Keberhasilan Pemberian Asi Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Palmerah Jakarta Barat.

H1 : Adanya hubungan antara Paritas, IMD, Promosi susu formula, Pengetahuan, Sikap, Dukungan suami, Dukungan Petugas Kesehatan terhadap Keberhasilan Pemberian Asi Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Palmerah Jakarta Barat.