

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. ASI Eksklusif

a. Pengertian

ASI Eksklusif adalah pemberian ASI saja tanpa tambahan cairan seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih dan tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, pepaya, bubur susu, biskuit, bubur nasi dan tim (Arini, 2012).

ASI Eksklusif adalah pemberian ASI saja pada bayi sampai usia 6 bulan tanpa tambahan cairan ataupun makanan lain. ASI dapat diberikan sampai bayi berusia 2 tahun (WHO, dalam Maryunani, 2012). ASI Eksklusif adalah pemberian hanya ASI saja tanpa makanan dan minuman lain. ASI Eksklusif dianjurkan sampai 6 bulan pertama kehidupan (Depkes RI, 2014).

b. Pemberian ASI Eksklusif

Menurut PP RI No 33 Tahun 2012 Tentang Pemberian ASI eksklusif yaitu bayi hanya diberikan ASI saja mulai dari sejak dilahirkan hingga berusia enam bulan tanpa tambahan atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (Kemenkes RI, 2014) .

Adapun durasi pemberian ASI eksklusif yang direkomendasikan oleh WHO dan Pemerintah RI yakni selama enam bulan pertama semenjak bayi dilahirkan, kemudian pemberian ASI bisa diteruskan

hingga anak berusia dua tahun. Rekomendasi tersebut diambil berdasarkan keefektifan yang dimiliki oleh ASI eksklusif dalam menangkal penyakit-penyakit terutama untuk bayi (Kemenkes RI, 2014). Para ahli mengemukakan bahwa hingga enam bulan pertama manfaat ASI terus meningkat, sehingga akan sangat baik jika ASI saja yang diberikan pada bayi pada periode tersebut dan bayi yang sehat kebutuhan asupannya sudah dapat tercukupi meskipun dengan diberikan ASI saja (Roesli, 2012).

c. Manfaat ASI Eksklusif

Menurut Roesli (2012) terdapat beberapa manfaat ASI Eksklusif bagi bayi dan ibu, yaitu:

1) Bagi Bayi

- a) ASI sebagai nutrisi dimana ASI sebagai makanan tunggal untuk memenuhi semua kebutuhan pertumbuhan bayi sampai usia 6 bulan.
- b) ASI meningkatkan daya tahan tubuh bayi karena mengandung berbagai zat anti kekebalan sehingga akan lebih jarang sakit. ASI juga mengurangi terjadinya mencret, sakit telinga dan infeksi saluran pernafasan serta terjadinya serangan alergi.
- c) ASI Eksklusif meningkatkan kecerdasan karena mengandung asam lemak yang diperlukan untuk pertumbuhan otak sehingga bayi ASI Eksklusif potensial lebih pandai.
- d) ASI Eksklusif meningkatkan jalinan kasih sayang sehingga dapat menunjang perkembangan kepribadian, kecerdasan

emosional, kematangan spiritual dan hubungan sosial yang baik.

2) Bagi Ibu

- a) Mengurangi perdarahan setelah melahirkan karena pada ibu menyusui terjadi peningkatan kadar oksitosin yang berguna juga untuk konstriksi/penutupan pembuluh darah sehingga perdarahan akan lebih cepat berhenti.
- b) Mengurangi terjadinya anemia akibat kekurangan zat besi karena menyusui mengurangi perdarahan.
- c) Menjarangkan kehamilan karena menyusui merupakan cara kontrasepsi yang aman, murah dan cukup berhasil.
- d) Mengurangi kemungkinan penderita kanker.
- e) Tidak merepotkan dan hemat waktu karena ASI dapat diberikan segera tanpa harus menyiapkan atau memasak air.
- f) Portabel dan praktis karena mudah dibawa kemana-mana sehingga saat bepergian tidak perlu membawa berbagai alat untuk menyusui.
- g) Memberi ibu kepuasan, kebanggaan dan kebahagiaan yang mendalam karena telah berhasil memberikan ASI secara Eksklusif.

d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif

1) Pengetahuan

Pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui mengenai hal sesuatu. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seorang melakukan penginderaan terhadap sesuatu objek tertentu, penginderaan melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman dan rasa raba. Pengetahuan/kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2014).

Menurut penelitian Hamzah (2014) bahwa dalam pemberian ASI Eksklusif 63,1% umumnya pada ibu pengetahuan sedang. Hasil penelitian Zakiyah (2012) menemukan sebagian besar pengetahuan baik (53.7%). Pengetahuan berhubungan dengan pemberian ASI Eksklusif.

2) Sikap

Sikap adalah reaksi atau respons seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Manifestasi sikap itu tidak dapat dilihat tetapi dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari yang tertutup (Notoatmodjo, 2014).

Menurut penelitian Hamzah (2014) bahwa dalam pemberian ASI Eksklusif 63,1% umumnya pada ibu dengan sikap yang kurang baik. Hasil penelitian Zakiyah (2012) menemukan sikap sebagian besar cukup baik (45,5%), sikap berhubungan dengan pemberian ASI Eksklusif.

3) Pekerjaan

Menurut Notoatmodjo (2014), pekerjaan adalah aktivitas atau kegiatan yang dilakukan oleh responden sehingga memperoleh penghasilan untuk menunjang kehidupannya dan keluarganya. Jenis pekerjaan tertentu, misalnya luar kota/daerah, dapat menghambat pemberian ASI Eksklusif

Hasil penelitian Pratama (2017) ibu bekerja adalah seorang ibu yang melakukan aktifitas bukan di rumah dalam rangka mendapatkan tambahan nafkah serta agar dapat mengaplikasikan ilmu yang dimiliki dan dapat membangun hubungan sosial di lingkungan bekerjanya, sedangkan ibu tidak bekerja adalah ibu yang tidak memiliki keterikatan dengan pekerjaan diluar rumah dan hanya menjalankan tugasnya untuk mengatur rumah tangga serta memiliki keleluasaan waktu dan kesempatan untuk merawat dan memberikan ASI secara optimal kepada anaknya.

4) Paritas

Paritas adalah jumlah kehamilan yang berakhir dengan kelahiran bayi dalam keadaan hidup dengan usia kehamilan >28 minggu. Paritas primipara sering terjadi masalah dalam hal pengeluaran ASI Ibu, misalnya disebabkan kurang siapnya ibu karena terlalu muda atau terlalu tua (Soetjiningsih, 2016).

Hasil penelitian Pratama (2017) menunjukkan bahwa ibu dengan paritas lebih dari satu tidak memberikan ASI Eksklusif

pada bayinya dibandingkan dengan ibu paritas satu. Dalam penelitiannya mengatakan bahwa dengan ibu memiliki anak yang banyak serta memiliki jarak kelahiran yang dekat maka ibu tidak memiliki waktu untuk menyusui anaknya apalagi bayi sudah usia 6-12 bulan maka kebanyakan ibu memberikan makanan tambahan kepada bayinya karena mereka lebih percaya bahwa dengan memberikan makanan tambahan maka bayi merasa sudah sehat.

5) Dukungan Suami

Menyusui bukan semata-mata tanggung jawab ibu yang melahirkan bayinya saja. Fungsi ibu dalam menyusui bayi tidak dapat digantikan oleh suami, tetapi suami juga memiliki peran penting memberikan dukungan bagi ibu untuk mencapai keberhasilan menyusui.

Hasil penelitian Sitopu (2017), terdapat hubungan antara variabel dukungan suami dengan pemberian ASI Eksklusif. Sebagian besar dukungan suami mendukung dalam pemberian ASI Eksklusif, dukungan dapat berupa dukungan psikologis maupun materiil.

6) Promosi Susu Formula

Promosi adalah sejenis alat komunikasi yang memberikan penjelasan dan meyakinkan mengenai barang dan jasa dengan tujuan untuk memperoleh perhatian, mendidik, mengingatkan serta meyakinkan calon konsumen. Susu formula bayi adalah susu yang

secara khusus diformulasikan sebagai pengganti ASI untuk bayi sampai berusia 6 bulan (PP No 33 Tahun 2012).

Hasil penelitian Zakiyah (2012) yang mengatakan bahwa ada hubungan pemberian susu formula dengan pemberian ASI Eksklusif. Dalam penelitian mengatakan bahwa dengan adanya promosi susu formula dapat mempengaruhi ibu yang memiliki bayi untuk memberikan susu formula pada bayinya dibanding dengan ASI Eksklusif.

2. Air Susu Ibu (ASI)

a. Pengertian

ASI merupakan makanan bagi bayi yang paling sempurna, berisi semua nutrient dalam perbandingan yang ideal yang sangat dibutuhkan oleh bayi dan bermanfaat untuk tumbuh dan berkembang seorang bayi. Pemberian ASI eksklusif akan terus merangsang produksi ASI sehingga pengeluaran ASI dapat mencukupi kebutuhan bayi hingga bayi akan terhindar dari diare. ASI adalah jenis makanan yang mencukupi seluruh unsur kebutuhan bayi baik fisik, psikologis, sosial maupun spiritual (Hubertin, 2011).

Air susu ibu (ASI) merupakan sebuah cairan untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi dan melindunginya dalam melawan kemungkinan serangan penyakit (Roesli, 2012). Air susu ibu adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam-garam organik yang disekresi oleh kedua belah kelenjar payudara ibu, sebagai makanan utama bagi bayi (Soetjiningsih, 2016).

b. Jenis Air Susu Ibu

1) Kolostrum

Kolostrum adalah ASI yang keluar pada hari pertama dan kedua setelah melahirkan, berwarna kekuning-kuningan dan lebih kental, lebih banyak mengandung protein dan vitamin seperti vitamin A, E dan K dan mineral seperti natrium dan Zn serta mengandung zat kekebalan yang penting untuk melindungi bayi dari penyakit infeksi. Kolostrum merupakan pencacah yang ideal untuk membersihkan zat yang tidak terpakai dari usus bayi yang baru lahir dan mempersiapkan saluran pencernaan makanan bayi bagi makanan yang akan datang. Berat jenis kolostrum berkisar antara 1040 sampai 1060 dan rata-rata energi 67 kkal/100 ml. Volume tiap menyusui bervariasi antara 2 sampai 20 ml pada 3 hari pertama. Volume per hari tergantung pada banyaknya bayi menyusui terutama dalam 24 jam pertama setelah melahirkan (Salfina, 2008).

2) ASI Stadium II

ASI stadium II adalah ASI peralihan, dimana ASI ini diproduksi pada hari ke-4 sampai hari ke-10. Kandungan protein makin rendah, sedangkan lemak dan hidrat arang makin tinggi, dan jumlah volume ASI semakin meningkat. Pada masa ini pengeluaran ASI mulai stabil setra keluhan nyeri pada payudara semakin berkurang, ibu sebaiknya disarankan untuk meningkatkan

konsumsi makanan yang kaya akan protein dan kalsium (Roesli, 2012).

3) Air Susu Matur

Menurut Saleha (2009) ciri dari susu matur adalah sebagai berikut :

- a) Merupakan ASI yang disekresi pada hari ke-10 dan seterusnya, komposisi relatif konstan (ada pula yang mengatakan bahwa komposisi ASI relatif konstan baru dimulai pada minggu ke-3 minggu ke-5). Hari pertama sampai hari ke-3 setelah bayi lahir dinamakan kolostrum. Dan ASI yang keluar mulai hari ke 4 sampai hari ke 9 dinamakan ASI masa transisi.
- b) Pada ibu yang sehat, maka produksi ASI untuk bayi akan tercukupi, ASI ini merupakan makanan satu-satunya yang paling baik dan cukup untuk bayi sampai usia 6 bulan.
- c) Merupakan suatu cairan berwarna putih kekuning-kuningan yang diakibatkan warna dari garam kalsium caseinat, riboflavin, dan karoten yang terdapat di dalamnya.
- d) Tidak menggumpal jika dipanaskan terdapat *antimicrobial* faktor, antara lain :
 - (1) Antibodi terhadap bakteri dan virus;
 - (2) Sel (fagosit, granulosit, makrofag, dan limfosit tipe T);
 - (3) Enzim (lizisim, laktoperoksidase, lipase, katalase, fosfatase; amilase, fosfodiesterase, dan alkalin fosfatase);
 - (4) Protein (laktoferin, B12 binding protein);

- (5) Resistance faktor terhadap stapilofilokokus;
- (6) Komplemen;
- (7) *Interferon producing cell*;
- (8) Sifat biokimia yang khas, kapasitas buffer yang rendah dan adanya faktor bifidus;
- (9) Hormon-hormon.

c. Komposisi ASI

ASI mengandung lebih dari 200 unsur-unsur pokok, antara lain zat putih telur, lemak, karbohidrat, vitamin, mineral, faktor pertumbuhan, hormon, enzim, zat kekebalan, dan sel darah putih. Semua zat ini terdapat secara proporsional dan seimbang satu dengan yang lainnya. Cairan hidup yang mempunyai keseimbangan biokimia yang sangat tepat ini bagai suatu “simfoni nutrisi bagi pertumbuhan bayi” sehingga tidak mungkin ditiru oleh buatan manusia (Roesli, 2012).

a. Karbohidrat

Karbohidrat pada ASI berbentuk laktosa (gula susu) yang sangat tinggi dibandingkan dengan susu formula. Jumlah laktosa yang lebih banyak terkandung dalam ASI membuat rasa ASI menjadi lebih manis dibandingkan dengan susu formula.

Menurut Roesli (2012) laktosa akan difermentasikan menjadi asam laktat dalam pencernaan bayi, suasana asam memberi beberapa keuntungan bagi pencernaan bayi, antara lain:

- a) Menghambat pertumbuhan bakteri patologis.
 - b) Memacu pertumbuhan mikroorganisme yang memproduksi asam organik dan mensintesis protein.
 - c) Memudahkan terjadinya pengendapan dari Ca-caseinat.
 - d) Memudahkan absorpsi dari mineral seperti kalsium, fosfor, dan magnesium.
- b. Lemak

Air susu ibu memasok sekitar 70-78% energi sebagai lemak, yang dibutuhkan bukan saja untuk mencukupi kebutuhan energi, tetapi juga untuk memudahkan penyerapan asam lemak esensial, vitamin yang terlarut dalam lemak, kalsium serta mineral lain, dan juga untuk menyeimbangkan diet agar zat gizi lain tidak terpakai sebagai sumber energi. Setidaknya 10% asam lemak sebaiknya dalam bentuk tak jenuh ganda, yang biasanya dalam bentuk asam linoleat. Asam linoleat juga merupakan asam lemak esensial. Asam ini terkandung di dalam sebagian besar minyak tetumbuhan. Sayang sekali jumlah kebutuhan yang tepat belum diketahui dengan pasti (Roesli, 2012).

Dari air susu ibu, bayi menyerap sekitar 85-90% lemak. Enzim lipase di dalam mulut (*lingual lipase*) mencerna zat lemak sebesar 50-70%. Lemak utama ASI adalah lemak ikatan panjang tak jenuh/LCPUFAs (*long chain polyunsaturated fatty acids* (omega 3, omega 6, DHA, Arachidonic Acid/AA) suatu asam

lemak esensial yang merupakan komponen penting untuk myelinisasi. Myelinisasi adalah pembentukan selaput isolasi yang mengelilingi serabut syaraf yang akan membantu rangsangan menjalar lebih cepat. Lemak ini sedikit atau tidak ada pada susu sapi, padahal amat penting untuk pertumbuhan otak. Komponen lemak berikutnya yang penting adalah kolesterol. Kolesterol juga meningkatkan pertumbuhan otak bayi. Kandungan kolesterol ASI tergolong tinggi, sedangkan dalam susu sapi hanya sedikit. Penelitian menunjukkan bahwa bayi yang diberi ASI eksklusif mempunyai kadar kolesterol lebih tinggi yang sangat dibutuhkan pada saat pertumbuhan otak. Selain itu kolesterol juga diperkirakan berfungsi dalam pembentukan enzim untuk metabolisme kolesterol yang akan mengendalikan kadar kolesterol di kemudian hari sehingga dapat mencegah serangan jantung dan penebalan pembuluh darah (*arteriosclerosis*) pada usia muda (Saleha, 2009).

c. Taurin

Taurin adalah suatu bentuk zat putih telur yang hanya terdapat pada ASI. Taurin berfungsi sebagai neuro transmitter dan berperan penting untuk proses maturasi sel otak. Percobaan pada binatang menunjukkan bahwa efek defisiensi akan berakibat gangguan pada retina mata. Saat ini taurin banyak ditambahkan pada susu formula karena penelitian menunjukkan bahwa kadar taurin plasma yang rendah (50%) pada bayi dengan formula dibandingkan dengan bayi menyusui (Roesli, 2012).

d. Mineral

ASI mengandung mineral yang lengkap dan cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi sampai berusia 6 bulan. Kandungan mineral dalam ASI adalah konstan, tetapi ada beberapa mineral spesifik yang kadarnya dipengaruhi oleh diet ibu. Kandungan zat besi dan kalsium paling stabil dan tidak dipengaruhi oleh diet ibu. Mineral lain adalah kalium, natrium, tembaga, mangan, dan fosfor (Roesli, 2012).

e. Zat kekebalan

Sebagian zat kekebalan terhadap beragam mikroorganisme diperoleh bayi baru lahir dari ibunya melalui plasenta, yang membantu melindungi bayi dari serangan penyakit. Penyakit yang penting adalah penyakit campak yang menyerang bayi pada 4-6 bulan pertama sejak bayi lahir (Roesli, 2012).

Telah diketahui bahwa bayi yang diberi ASI lebih terlindungi terhadap penyakit infeksi terutama diare dan mempunyai kesempatan hidup lebih besar dibandingkan dengan bayi-bayi yang diberi susu formula. Hal ini karena adanya zat-zat imunologik antara lain (Roesli, 2012):

- a) Immunoglobulin, terutama Immunoglobulin A (Ig.A), kadarnya sangat tinggi terutama dalam kolostrum. Secretory Ig A tidak diserap, tetapi melumpuhkan bakteri patogen E. Coli dan berbagai virus pada saluran pencernaan.

- b) Laktoferin, sejenis protein yang merupakan komponen zat kekebalan dalam ASI yang mengikat zat besi (ferum) di saluran pencernaan.
- c) Lysosim, suatu enzim yang juga melindungi bayi terhadap bakteri dan virus yang merugikan. Lysosim terdapat dalam jumlah 300 kali lebih banyak pada ASI daripada susu sapi. Enzim ini aktif mengatasi bakteri E. Coli dan Salmonella.
- d) Sel darah putih. Sel yang sangat protektif ini jumlahnya sangat banyak pada minggu-minggu pertama kehidupan kurang lebih 4000 sel/mil, saat system kekebalan tubuh bayi belum mampu membentuk antibodi yang protektif dalam jumlah yang cukup. Setelah sistem kekebalan bayi matang maka jumlah sel sel ini berangsur-angsur berkurang, walaupun tetap akan ada dalam ASI sampai setidaknya 6 bulan setelah melahirkan. Selain membunuh kuman, sel-sel ini akan menyimpan dan menyalurkan zat-zat penting seperti enzim, faktor pertumbuhan, dan protein yang melawan kuman dan Immunoglobulin. secara umum sel-sel tersebut dapat dibagi menjadi 3 macam :
- (1) *Bronchus Asosiated Lymphocyte Tissue* (BALT) yang menghasilkan *antibody* terhadap infeksi saluran pernafasan
 - (2) *Gut Asosiated Lymphocyte Tissue* (GALT) yang menghasilkan *antibody* terhadap infeksi saluran pencernaan

(3) *Mammary Associated Lymphocyte Tissue* (MALT) yang menyalurkan *antibody* melalui jaringan payudara ibu. Sel-sel ini memproduksi Ig.A, laktoferin, lysosim dan interferon. Interferon menghambat aktifitas virus tertentu (Roesli, 2012).

e) Faktor bifidus, sejenis karbohidrat yang mengandung nitrogen, menunjang pertumbuhan bakteri *lactobacilus bifidus*. Bakteri ini menjaga keasaman flora usus bayi dan berguna untuk menghambat pertumbuhan bakteri yang merugikan, sehingga kotoran bayi menjadi bersifat asam yang berbeda dari kotoran bayi yang mendapat susu formula.

d. Manfaat ASI

Manfaat ASI pada bayi yaitu zat-zat gizi yang ada pada ASI sesuai dengan kebutuhan bayi dan mudah dicerna oleh pencernaan bayi. ASI mengandung zat protektif guna meningkatkan kekebalan tubuh dari penyakit, ASI tidak menimbulkan alergi pada bayi, ASI mempunyai efek psikologis, ASI menjadikan pertumbuhan bayi dengan sempurna, ASI dapat mengurangi kariesdentis dan ASI dapat mengurangi kejadian moluklusi (Roesli, 2012).

Manfaat ASI ditinjau dari kandungan gizi ASI terdapat beberapa aspek yaitu :

1) Aspek Gizi

Dari segi gizi, ASI memiliki komponen nutrisi yang diperlukan bayi antara lain karbohidrat (6,5 –7,7%), protein (1- 1,5%), lemak

(3,5%), vitamin, mineral dan air. Kadar zat besi dalam ASI besarnya antara 0,3- 0,7 mg/L dengan bioavailabilitas yang tinggi. Penelitian menunjukkan bahwa kadar ini dapat mempertahankan status zat besi yang adekuat pada bayi sampai usia 6 bulan. Kandungan nutrisi dalam ASI lebih adaptif untuk pencernaan bayi sehingga seluruh komponen tersebut dapat digunakan untuk keperluan pertumbuhan dan perkembangan bayi.

2) Aspek Kesehatan Anak

Dari segi kesehatan bayi, ASI mengandung sejumlah komponen imunoaktif yaitu IgA, lisosim, laktoferin, faktor bifidus dan makrofag yang berfungsi melindungi bayi dari infeksi gastrointestinal, infeksi saluran pernafasan, dan lain-lain. Pemberian ASI eksklusif selama 4 bulan atau lebih ternyata dapat melindungi bayi dari serangan otitis media tunggal ataupun berulang. Sifat protektif ini berasal dari IgA yang memblokir perlekatan *Streptokokus pneumonia* dan *Hemofilus influenza* ke sel-sel retrofaringeal dan tingginya kadar prostaglandin yang berfungsi profilaksis terhadap otitis media. Selain itu IgA juga berperan terhadap antigen *Shigela* dan sel memori yang terbentuk dapat bertahan lama bahkan sampai 3 tahun sehingga dapat melindungi bayi dari shigelosis.

3) Aspek Kecerdasan Anak

Pertumbuhan otak merupakan faktor utama yang mempengaruhi kecerdasan dan nutrisi yang diberikan merupakan faktor penting

dalam pertumbuhan otak. Berkembangnya potensi kecerdasan bayi secara optimal jika bayi menyusui eksklusif selama 6 bulan karena ASI mengandung nutrient dengan komposisi yang tepat sesuai dengan kebutuhan bayi dan yang diperlukan otak bayi.

4) Aspek Kasih Sayang

Bayi yang disusui akan merasakan kasih sayang ibunya dan akan menimbulkan perasaan aman dan tentram. Perasaan ini sebagai dasar perkembangan emosi bayi untuk membentuk pribadi yang percaya diri dan memiliki dasar spiritual yang baik (Nugroho, 2014).

Manfaat pemberian ASI ditinjau dari ibu terdapat beberapa aspek yaitu :

1) Aspek Psikologis

Keuntungan menyusui bukan hanya bermanfaat untuk bayi, tetapi juga untuk ibu. Ibu akan merasa bangga dan diperlukan, rasa yang dibutuhkan oleh semua manusia (Ambarwati dan Wulandari 2009).

2) Aspek Kesehatan Ibu

Isapan bayi pada payudara akan merangsang terbentuknya oksitosin oleh kelenjar hipofisis. Oksitosin membantu involusi uterus dan mencegah terjadinya perdarahan pasca persalinan. Penundaan haid dan berkurangnya perdarahan pasca persalinan mengurangi prevalensi anemia defisiensi besi. Kejadian *karsinoma mammae* pada ibu yang menyusui lebih rendah dibanding yang tidak menyusui. Mencegah kanker hanya dapat diperoleh ibu yang

menyusui anaknya secara eksklusif. Penelitian membuktikan ibu yang memberikan ASI secara eksklusif memiliki resiko terkena kanker payudara dan kanker ovarium 25% lebih kecil dibanding yang tidak menyusui secara eksklusif. Dari segi kesehatan ibu, dengan menyusui akan mengurangi frekuensi terjadinya kanker payudara dan dapat menjarangkan kehamilan. Pemberian ASI juga menjalin hubungan psikologis yang erat antara ibu dan anak.

3) Aspek Penurunan Berat Badan

Ibu yang menyusui eksklusif ternyata lebih mudah dan lebih cepat kembali ke berat badan semula seperti sebelum hamil. Pada saat hamil, badan bertambah berat, selain karena ada janin, juga karena penimbunan lemak pada tubuh, cadangan lemak ini sebetulnya memang disiapkan sebagai sumber tenaga dalam proses produksi ASI. Dengan menyusui, tubuh akan menghasilkan ASI lebih banyak lagi sehingga timbunan lemak yang berfungsi sebagai cadangan tenaga akan terpakai. Logikanya, jika timbunan lemak menyusut, berat badan ibu akan cepat kembali ke keadaan seperti sebelum hamil.

4) Aspek Kontrasepsi

Hisapan mulut bayi pada puting susu merangsang ujung syaraf sensorik sehingga *post anterior hipofise* mengeluarkan prolaktin. Prolaktin masuk ke indung telur, menekan produksi estrogen akibatnya tidak ada ovulasi. Menjarangkan kehamilan, pemberian ASI memberikan 98% metode kontrasepsi yang efisien selama 6

bulan pertama sesudah kelahiran bila diberikan hanya ASI saja (eksklusif) dan belum terjadi menstruasi kembali.

Menurut Prasetyono (2012), ASI juga bermanfaat bagi masyarakat dan Negara.

- 1) Menghemat devisa Negara lantaran tidak perlu mengimpor susu formula dan peralatan lainnya.
- 2) Bayi sehat membuat Negara lebih sehat.
- 3) Penghematan pada sektor kesehatan, karena jumlah bayi yang sakit hanya sedikit.
- 4) Memperbaiki kelangsungan hidup anak dengan menurunkan angka kematian.
- 5) Melindungi lingkungan lantaran tidak ada pohon yang digunakan sebagai kayu bakar untuk merebus air, susu, dan peralatannya.
- 6) ASI merupakan sumber daya yang terus-menerus diproduksi.

3. Dukungan Suami

a. Pengertian

Menurut Sarwono (2013) dukungan adalah suatu upaya yang diberikan kepada orang lain, baik moril maupun materil untuk memotivasi orang tersebut dalam melaksanakan kegiatan. Dukungan adalah menyediakan sesuatu untuk memenuhi kebutuhan orang lain. Dukungan juga dapat diartikan sebagai memberikan dorongan atau semangat dan nasihat kepada orang lain dalam situasi pembuat keputusan (Chaplin, 2016).

Dukungan suami adalah dukungan yang diberikan suami terhadap istri, suatu bentuk dukungan dimana suami dapat memberikan bantuan secara psikologis baik berupa motivasi, perhatian dan penerimaan. Dukungan suami merupakan hubungan bersifat menolong yang mempunyai nilai khusus bagi istri sebagai tanda adanya ikatan-ikatan yang bersifat positif (Paramitha, 2017).

b. Jenis Dukungan

Menurut Paramitha (2017), dukungan suami sangat diperlukan agar pemberian ASI eksklusif bisa tercapai. Oleh karena itu, suami sebaiknya jadi salah satu kelompok sasaran dalam kampanye pemberian ASI.

Menurut Februhartanti (2018), ada 6 pengelompokan tipe peran ayah dalam praktek menyusui secara eksklusif dan peran-peran ini dianggap sebagai dukungan kepada ibu untuk memberikan ASI eksklusif. Tipe peran tersebut, yaitu:

- a. Mencari informasi mengenai pemberian ASI dan pola pemberian makan bayi, yang terdiri dari: pernah mencari informasi mengenai pemberian ASI dan pola pemberian makan bayi dan tetap meneruskan pencarian informasi mengenai kedua hal tersebut hingga saat ini.
- b. Berpartisipasi dalam pengambilan keputusan mengenai cara pemberian makan saat ini.

- c. Memilih tempat untuk melakukan pemeriksaan kehamilan, persalinan, dan pemeriksaan pasca persalinan/imunisasi, yang terdiri dari: pemilihan tempat untuk pemeriksaan kehamilan, pemilihan tempat untuk bersalin, dan pemilihan tempat untuk pemeriksaan pasca persalinan/imunisasi.
- d. Tingkat keterlibatan suami selama kunjungan pemeriksaan kehamilan,.
- e. Memiliki sikap positif terhadap kehidupan pernikahan mereka.
- f. Terlibat dalam berbagai kegiatan perawatan anak.

Pendapat lain juga disampaikan oleh Meiliasari (2015), bahwa sukses pemberian ASI eksklusif adalah hasil kerja tim, yang beranggotakan paling sedikit dua orang, ayah dan ibu. Menurut Meiliasari (2015), ada tujuh (7) bentuk dukungan yang harus diberikan oleh ayah pada ibu yang menyusui secara eksklusif, yaitu:

1) Sebagai tim penyemangat

Suami harus memberikan dukungan penyemangat kepada ibu melalui kalimat-kalimat pujian, maupun kata-kata penyemangat. Dengan hal ini ibu akan merasa sangat bangga dan senang dapat memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Pernyataan yang mendukung juga disampaikan oleh Paramitha (2017), bahwa salah satu dukungan suami terhadap ibu menyusui adalah dengan tidak melontarkan kritik terhadap bentuk tubuh istri yang umumnya memang melar setelah melahirkan.

2) Membantu mengatasi masalah dalam pemberian ASI

Tidak setiap ibu dapat memberikan ASI dengan lancar. Banyak ibu mengalami masalah, mulai dari ASI yang tak keluar, puting payudara lecet, pembengkakan, mastitis, stres, dan lain-lain. Modal utama memecahkan keluhan secara benar adalah jika ayah/ibu menguasai teori manajemen menyusui. Ayah bisa ikut menginformasikan hal-hal yang diketahuinya, atau menunjukkan referensi, atau turun tangan langsung mengatasinya. Misal, jika payudara istri harus dipijat, dikompres, jika harus berobat, bagaimana cara menyimpan ASI perah, dan lain-lain. Untuk menguasai hal ini, sebaiknya ayah ikut pergi ke klinik laktasi sebelum program menyusui dimulai.

3) Ikut merawat bayi

Suami dapat ikut serta dalam merawat bayi dengan membantu mengganti popok bayi, menyendawakan bayi setelah menyusui, menggendong bayi, membantu memandikan bayi, dan bermain dengan bayi. Dalam penelitian Paramitha (2017), juga menyatakan bahwa ayah juga dapat membantu merawat anak-anak termasuk kakak si bayi.

4) Mendampingi ibu menyusui walaupun tengah malam

Mendampingi, menemani, yang sedang menyusui pun merupakan bentuk dukungan yang besar artinya. Sebisanya, ikut bangun saat istri terbangun tengah malam. Atau jika tak bisa

bangun malam, paling tidak jangan tunjukkan ekspresi kesal akibat tidur yang terganggu saat bayi menangis lapar di malam hari. Tapi ada sebuah rahasia kecil. Pemandangan suami yang terkantuk-kantuk saat menunggu istri menyusui, akan sangat menyentuh perasaan istri dan membuat cinta istri semakin dalam.

5) Melayani ibu menyusui

Ayah tak bisa memberi makan bayi dengan air susu, tetapi ayah dapat 'memberi makan' bayi dengan jalan memberi makan ibu. Jadi jika ingin ambil bagian dalam aktivitas 'memberi makan' ini, layani istri saat dia kelaparan dan kehausan selagi menyusui. Karena menyusui sangat menguras energi, biasanya ibu butuh ekstra asupan kalori dan cairan sesudah menyusui. Ayah bisa membantu membuatkan susu hangat, telur dadar, dan camilan lain, atau potongan buah, tanpa perlu diminta, yang disajikan untuk istri.

6) Menyediakan anggaran ekstra

Hal ini bisa diupayakan bersama istri sejak terjadi kehamilan. Menyusui membutuhkan ekstra dana paling tidak untuk makanan tambahan ibu, suplemen, dan peralatan menyusui lainnya (bra menyusui, alat-alat menyimpan ASI perah, dan lain-lain). Tetapi angkanya pasti jauh lebih kecil daripada bayi diberi susu formula.

7) Menjaga romantisme

Diakui atau tidak, kehadiran anak akan sedikit mengusik keintiman suami istri. Suami sesekali bisa merasa tersisihkan atau

kehilangan romantisme karena istri sibuk menjalankan peran orang tua. Sebaliknya, kadang istri juga merasa dirinya kurang seksi dan kurang bergairah selagi menyusui, akibat kelelahan dan terlebih, bergesernya fungsi payudara dari organ seksual menjadi sumber makanan bayi.

c. Komponen Dukungan Suami

Komponen-komponen dukungan suami menurut para ahli berpendapat bahwa dukungan dapat dibagi ke dalam berbagai komponen yang berbeda-beda. Weiss (1994) dalam Meiliasari (2015) mengemukakan adanya 6 (enam) komponen dukungan sosial yang disebut sebagai “*The social provision scale*” yang masing-masing komponen dapat berdiri sendiri-sendiri, namun satu sama lain saling berhubungan. Adapun komponen-komponen tersebut adalah:

1) Kerekatan Emosional (*Emosional Attachment*)

Jenis dukungan semacam ini memungkinkan seseorang memperoleh kerekatan (kedekatan) emosional sehingga menimbulkan rasa aman bagi yang menerima. Sumber dukungan semacam ini yang paling sering dan umum adalah diperoleh dari pasangan hidup, anggota keluarga, teman dekat atau sanak saudara yang akrab dan memiliki hubungan yang harmonis.

2) Integritas Sosial (*Sosial Integration*)

Jenis dukungan semacam ini memungkinkan seseorang memperoleh perasaan memiliki suatu kelompok yang

memungkinkannya untuk membagi minat, perhatian serta melakukan kegiatan yang sifatnya rekreatif secara bersama-sama. Adanya kepedulian oleh masyarakat untuk mengorganisasikan dan melakukan kegiatan bersama tanpa ada pamrih akan banyak memberikan dukungan. Pembentukan sikap terjadi secara bertahap, dimulai dengan berbagai pengalaman yang berhubungan dengan satu hal tertentu, sehingga akhirnya terbentuk sikap mengenai hal tersebut.

3) Adanya pengakuan (*Reassurance of Worth*)

Pada dukungan jenis ini seseorang mendapat pengakuan atas kemampuan dan keahliannya serta mendapat penghargaan dari orang lain atau lembaga. Sumber dukungan semacam ini dapat berasal dari keluarga atau lembaga/instansi atau perusahaan/organisasi dimana seseorang pernah bekerja.

4) Ketergantungan yang dapat diandalkan (*reliable reliance*)

Dalam dukungan jenis ini, seseorang mendapat dukungan berupa jaminan bahwa ada orang yang dapat diandalkan bantuannya ketika seseorang membutuhkan bantuan tersebut. Jenis dukungan ini pada umumnya berasal dari keluarga.

5) Bimbingan (*Guidance*)

Dukungan jenis ini berupa hubungan kerja ataupun hubungan sosial yang memungkinkan seseorang mendapatkan informasi, saran, atau nasehat yang diperlukan dalam memenuhi

kebutuhan dan mengatasi permasalahan yang dihadapi. Jenis dukungan ini bersumber dari guru, alim ulama, pamong dalam masyarakat, fitur yang dituakan dan juga orang tua.

6) Kesempatan untuk mengasuh (*Opportunity for Nurture*)

Suatu aspek penting dalam hubungan interpersonal akan perasaan dibutuhkan oleh orang lain. Jenis dukungan ini memungkinkan seseorang untuk memperoleh perasaan bahwa orang lain tergantung padanya untuk memperoleh kesejahteraan. Sumber dukungan ini adalah keturunan (anak-anak) dan pasangan hidup.

d. Bentuk Dukungan

Menurut House (dalam Bobak, 2012) bentuk-bentuk ada empat dukungan, yaitu antara lain:

1) Dukungan Informasional

Jenis dukungan ini meliputi jaringan komunikasi dan tanggung jawab memberikan nasehat, pengarahan, saran, atau umpan balik tentang apa yang dilakukan oleh seseorang. Keluarga dapat menyediakan informasi dengan menyarankan tentang dokter, terapi yang baik bagi dirinya, dan tindakan spesifik bagi individu untuk melawan stressor. Individu yang mengalami depresi dapat keluar dari masalahnya dan memecahkan masalahnya dengan dukungan dari keluarga dengan menyediakan *feed back*. Pada dukungan informasi ini keluarga sebagai penghimpun informasi dan pemberi informasi.

2) Dukungan Penilaian

Dukungan ini meliputi pertolongan pada individu untuk memahami kejadian depresi dengan baik dan juga sumber depresi dan strategi koping yang dapat digunakan dalam menghadapi stressor. Dukungan ini juga merupakan dukungan yang terjadi bila ada ekspresi penilaian yang positif terhadap individu. Individu mempunyai seseorang yang dapat diajak bicara tentang masalah mereka, terjadi melalui ekspresi pengharapan positif individu kepada individu lain, penyemangat, persetujuan terhadap ide-ide atau perasaan seseorang dan perbandingan positif seseorang dengan orang lain, misalnya orang yang kurang mampu. Dukungan keluarga dapat membantu meningkatkan strategi koping individu dengan strategi-strategi alternatif berdasarkan pengalaman yang berfokus pada aspek-aspek yang positif.

3) Dukungan Instrumental

Dukungan ini meliputi penyediaan dukungan jasmaniah seperti pelayanan, bantuan finansial dan material berupa bantuan nyata (*instrumental support material support*), suatu kondisi dimana benda atau jasa akan membantu memecahkan masalah praktis, termasuk di dalamnya bantuan langsung, seperti saat seseorang memberi atau meminjamkan uang, membantu pekerjaan sehari-hari, menyampaikan pesan, menyediakan transportasi, menjaga dan merawat saat sakit ataupun mengalami depresi yang

dapat membantu memecahkan masalah. Dukungan nyata paling efektif bila dihargai oleh individu dan mengurangi depresi individu. Pada dukungan nyata keluarga sebagai sumber untuk mencapai tujuan praktis dan tujuan nyata.

4) Dukungan Emosional

Selama depresi berlangsung, individu sering menderita secara emosional, sedih, cemas, dan kehilangan harga diri. Jika depresi mengurangi perasaan seseorang akan hal dimiliki dan dicintai. Dukungan emosional memberikan individu perasaan nyaman, merasa dicintai saat mengalami depresi, bantuan dalam bentuk semangat, empati, rasa percaya, perhatian sehingga individu yang menerimanya merasa berharga. Pada dukungan emosional ini keluarga menyediakan tempat istirahat dan memberikan semangat.

e. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Dukungan Suami dalam Pemberian ASI

Dukungan suami bukanlah hal yang mudah, karena dipengaruhi oleh faktor-faktor internal dan eksternal yang terdapat dalam diri suami tersebut. Faktor-faktor yang bersosialisasi dengan peran suami dalam mendukung praktek pemberian ASI, antara lain adalah:

1) Faktor Internal

a) Pengetahuan

Pengetahuan ASI merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap subyek

tertentu (Notoatmodjo, 2014). Semakin luas pengetahuan seseorang semakin mudah orang dapat menerima perubahan dalam tindakannya.

b) Pendapatan

Pada orang tua berpenghasilan rendah, kehadiran seseorang bayi sering kali dilalui tanpa dukungan suami, bagi orang tua yang berusia lanjut lebih banyak tinggal bersama keluarganya. Hal ini dikarenakan kurangnya pendapatan orang tua tersebut untuk menghadapi anaknya (Notoatmodjo, 2014)

c) Motivasi

Motivasi atau niat untuk memberikan ASI diantaranya, suami melihat temanya menyusui bayinya dan mendapat dukungan dari temannya agar ibu dapat menyusui bayinya. Disamping itu suami mendapat dukungan dan dorongan dari orang sekitar tentang pentingnya pemberian ASI, sehingga suami akan termotivasi untuk memberikan dukungan kepada istrinya dalam pemberian ASI (Ariani, 2016).

d) Sikap

Sikap dilakukan sebagai suatu respon evaluator, respon akan timbul apabila individu dihadapkan pada suatu stimulus yang menghendaki adanya reaksi yang dinyatakan sebagai sikap itu timbulnya didasari oleh proses evaluasi dalam diri individu yang memberi kesimpulan terhadap stimulus dalam

bentuk baik atau buruk, positif atau negatif (Februhartanti, 2018)

e) Pengalaman

Saling berbagi pengalaman, bertukar informasi, memberi semangat seputar kegiatan pemberian ASI, agar ASI berhasil diberikan kepada bayi (Bobak, 2012)

f) Usia

Biasanya usia suami dengan usia remaja memiliki pengetahuan yang terbatas dibandingkan dengan suami yang berusia dewasa, maka terlalu banyak orang tua mereka dalam mengambil keputusan yang penting sebagai pengasuh. Pengetahuan terbatas ini membuat mereka tidak merespon yang tepat terhadap bayi mereka (Bobak, 2012)

g) Tingkat Pendidikan

Suami atau anggota keluarga yang memiliki pendidikan rendah dan pengetahuan yang terbatas akan mempengaruhi kurang berhasilnya proses pemberian ASI kepada bayinya, dipengaruhi oleh faktor sosial budaya, kurangnya pengetahuan tentang manfaat ASI bagi bayi maupun ibu (Bobak, 2012).

2) Faktor eksternal

a) Jumlah Anak

Orang tua yang memiliki satu anak atau bayi baru lahir, biasanya praktek pemberian ASInya lebih berhasil, dari pada

orang tua yang memiliki anak dua atau lebih yang disusui atau kembar atau bayi yang mempunyai kakak (Februhartanti, 2018)

b) Keterpaparan Informasi

Paparan terhadap media masa seperti, surat kabar, tv, radio, selebaran dan poster dapat mempengaruhi keberhasilan suami dalam praktek pemberian ASI, dan merupakan faktor yang ikut berasosiasi terhadap pengetahuan dari sikap suami mengenai ASI (Meiliasari, 2015).

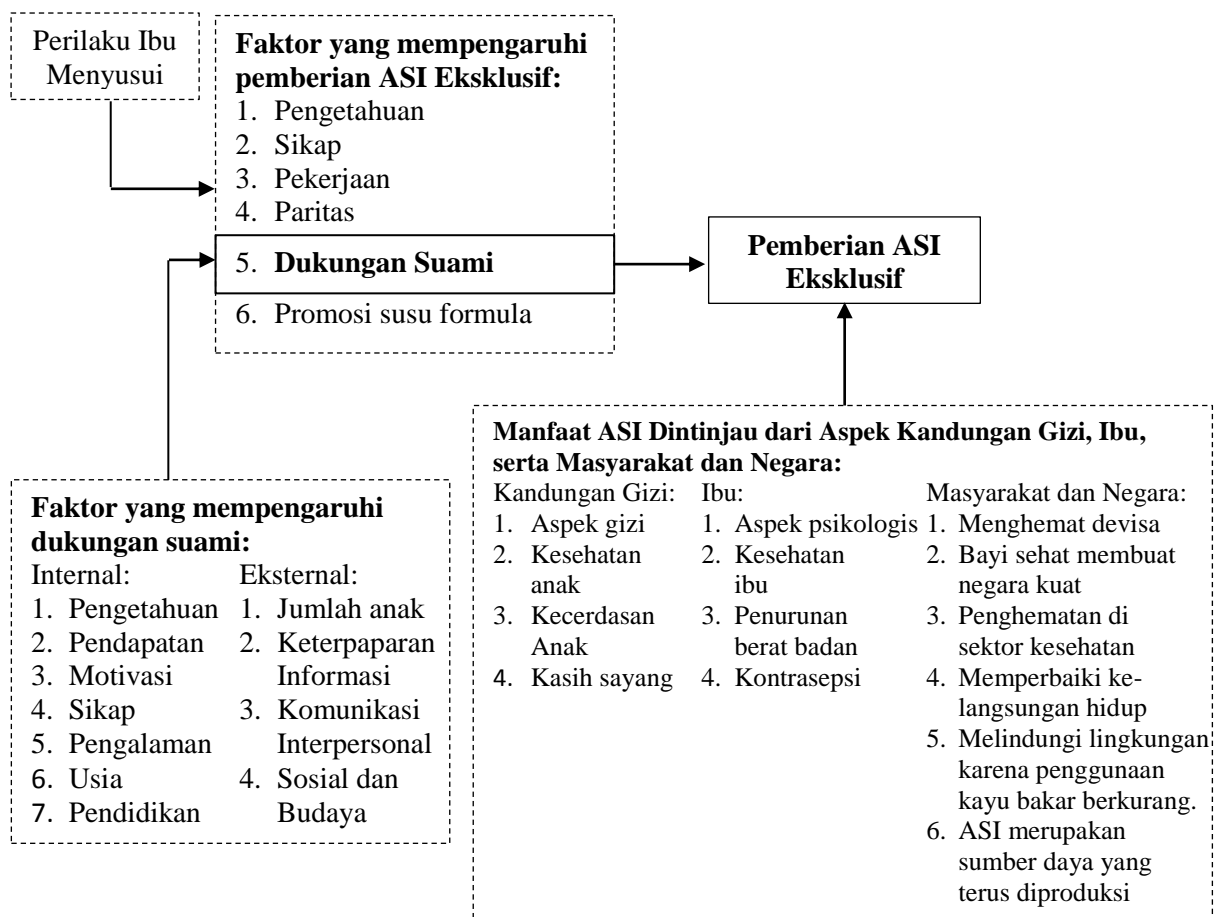
c) Komunikasi Interpersonal

Dengan mengadakan komunikasi interpersonal pada istri besar pengaruhnya terhadap pemberian ASI. Menjalin hubungan interpersonal suami dengan istri dalam proses pemberian ASI, misalnya suami dapat berbagi keluhan istri saat menyusui dengan komunikasi terbuka.

d) Sosial Budaya

Keberhasilan menyusui sangat ditentukan oleh faktor sosial budaya, misalnya apabila ada anggota keluarga, terutama suami atau orang tua menyarankan untuk memberikan tambahan susu formula atau makanan dan minuman lain selain ASI seringkali ibu tidak menolak, hal tersebut akan mempengaruhi ketidakberhasilan praktek pemberian ASI (Februhartanti, 2018)

B. Kerangka Teori



Gambar 2.1
Kerangka Teori

Keterangan:



= Diteliti



= Tidak Diteliti

Sumber: Ariani (2015), Bobak (2012), Frebruhartanti (2018), Meiliasari (2015), Notoatmodjo (2014),

