

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Air susu ibu (ASI) secara eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan seorang anak merupakan bagian dari pelaksanaan standar emas pemberian makanan bayi dan anak yang direkomendasikan oleh WHO dan UNICEF. ASI mengandung zat gizi lengkap yang dibutuhkan oleh seorang bayi dan juga mudah dicerna oleh perut bayi yang kecil dan sensitif. ASI saja sudah sangat cukup untuk memenuhi kebutuhan zat gizi bayi di bawah usia enam bulan. Tingkat pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif 69,7% di Indonesia dengan pengetahuan dan keterampilan sejak ibu hamil. Pengetahuan dan keterampilan ibu hamil pada target indikator kinerja tahun 2021 sebesar 200 Kabupaten/Kota dengan capaian 86 Kabupaten/Kota yang menyelenggarakan pelayanan kesehatan ibu dan bayi baru lahir tahun 2021 adalah 43,00% melalui kegiatan pendidikan gizi untuk meningkatkan asupan gizi ibu hamil dan balita melalui pemanfaatan pangan lokal (Kemenkes, 2021).

Survei nasional yang dilaksanakan Kementerian Kesehatan dengan dukungan United National Childrens Fund (UNICEF) pada tahun 2021 menemukan bahwa kurang dari 50% ibu dan pengasuh anak di bawah dua tahun yang menerima layanan konseling menyusui selama pandemi. Situasi ini diperparah oleh tingginya pelanggaran terhadap Kode Internasional Pemasaran Produk Pengganti ASI di Indonesia. Data 52,5% atau hanya setengah dari 2,3 juta bayi berusia kurang dari enam bulan- yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia, atau menurun 12% dari angka di tahun 2019. Angka inisiasi menyusui dini (IMD) juga turun dari 58,2% pada tahun 2019 menjadi 48,6% pada tahun 2021 dari UNICEF Indonesia tahun 2022 (Helyaning et al, 2024).

Nomor 25 Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2014 mengatur bahwa kesehatan anak merupakan hak setiap anak untuk bertahan hidup, tumbuh, berkembang, dan terlindungi dari kekerasan dan diskriminasi, sehingga memerlukan kesehatan anak yang komprehensif dan berkelanjutan. Sejak janin

dalam kandungan hingga anak berusia 18 tahun, kesehatan anak diperiksa (Kemenkes, 2020) .

United National Childrens Fund (UNICEF) dan World Health Organization (WHO) ibu yang memberikan ASI kepada bayi yang baru lahir paling sedikit enam bulan. Pemberian ASI eksklusif menurut Kemenkes Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat dapat mencegah bayi terserang penyakit, membantu perkembangan otak dan fisik bayi. Manfaat pemberian ASI Eksklusif bagi ibu adalah mengatasi trauma yang dirasakan ibu. Faktor luar negeri, Indonesia, Sumatera Utara adalah bayi yang tidak mendapatkan Asi Eksklusif dari lahir masih banyak karena, dukungan suami dan keluarga rendah, budaya keluarga, keberhasilan IMD, serta pengetahuan ibu mengenai pentingnya Asi eksklusif bagi bayi. Bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif nyatanya memiliki daya tahan tubuh yang lebih rendah dibandingkan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif. Hal ini membuat bayi lebih rentan mengalami berbagai penyakit yang disebabkan oleh infeksi dalam tubuh (Helyaning et al, 2024).

Menurut *United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF)* menyatakan sebanyak 30.000 kematian bayi di Indonesia dan 10 juta kematian anak balita di dunia setiap tahunnya, bisa dicegah melalui pemberian ASI eksklusif selama enam bulan sejak sejak kelahirannya, tanpa harus memberikan makanan dan minuman tambahan kepada bayi. Hal ini didukung dengan bukti secara ilmiah bahwa bayi yang tidak diberi ASI eksklusif akan tiga kali lebih sering dirawat dari pada bayi dengan ASI eksklusif (Arisdiani 2016).

Data menunjukkan bahwa tingkat pemberian ASI Eksklusif hingga 6 bulan di kota Padang Sidempuan sebesar 26,98% pada tahun 2019. Pada kota Padang Sidempuan tahun 2019 pada bayi diatas 6 bulan terdapat 69,35% yang di berikan asi eksklusif sedangkan pada usia dibawah 6 bulan mendapatkan 26,98%. Dalam Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang ASI Eksklusif disebutkan bahwa dalam pemberian ASI eksklusif tidak ada penggantian atau penambahan makanan atau minuman lain, kecuali mineral, vitamin dan obat-obatan kepada bayi sejak lahir 6 bulan (Hasibuan 2019). Pada kota Padang Sidempuan di kelurahan Wek I kecamatan Padang Sidempuan Utara pada bulan 1-7 tahun 2022

terdapat 38 ibu yang memberikan ASI Eksklusif yang paling rendah dari posyandu lainnya (Sidempuan 2022).

Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pemberian ASI eksklusif oleh ibu di posyandu kelurahan Wek I kecamatan Padang Sidempuan Utara kota Padang Sidempuan. Dengan adanya faktor-faktor yang berpengaruh terhadap umur, pendidikan, pekerjaan, pengetahuan, dan perilaku pemberian ASI Eksklusif yang dapat mempengaruhi pemberian ASI eksklusif oleh ibu menyusui, maka peneliti ingin melakukan penelitian lebih lanjut.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dengan tindakan pemberian ASI eksklusif di Posyandu Kelurahan Wek I Kecamatan Padang Sidempuan Utara kota Padang Sidempuan?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan ibu dengan pemberian asi eksklusif di Posyandu Kelurahan Wek I Kecamatan Padang Sidempuan Utara kota Padang Sidempuan.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui karakteristik responden umur, pendidikan terakhir, pekerjaan, dan usia bayi di Posyandu Kelurahan Wek I Kecamatan Padang Sidempuan Utara kota Padang Sidempuan.
2. Mengetahui persentase tingkat pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif di Posyandu Kelurahan Wek I Kecamatan Padang Sidempuan Utara kota Padang Sidempuan.
3. Mengetahui tindakan pemberian ASI eksklusif di Posyandu Kelurahan Wek I Kecamatan Padang Sidempuan Utara kota Padang Sidempuan.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian dapat menjadi bahan referensi pembelajaran bagi para akademisi dan sebagai acuan peneliti lain dalam promosi mengenai tingkat pengetahuan ibu tentang pemberian asi eksklusif di Posyandu Kelurahan Wek I Kecamatan Padang Sidempuan Utara kota Padang Sidempuan.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### 1. Tenaga Kesehatan

Sebagai upaya peningkatan kualitas promosi ASI eksklusif dalam upaya peningkatan pengetahuan ibu dan tindakan pemberian asi eksklusif.

#### 2. Institusi

Sebagai sumber informasi untuk masyarakat dengan upaya peningkatan menambah ilmu pengetahuan tenaga medis tentang pengetahuan dan tindakan pemberian asi eksklusif.

#### 3. Peneliti

Sebagai sumber referensi dalam pengembangan ilmu kesehatan yang berkaitan dengan asi eksklusif.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Pengetahuan**

##### **2.1.1 Definisi**

Menurut Notoatmodjo (2014), pengetahuan adalah hasil seseorang mengetahui suatu objek melalui inderanya. Objek atau hal bergantung pada bagaimana setiap orang mempersepsikan, dan pengetahuan setiap orang berbeda-beda (Izzaty, Astuti, dan Cholimah 2021). Ilmu Pengetahuan adalah pengetahuan yang bersifat universal atau menyeluruh, memiliki pendekatan logis dan terurai secara sistematis (Kemenkes 2018). Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia atau KBBI (2020), pengetahuan adalah tentang hal (tema atau mata pelajaran) dan segala sesuatu yang diketahui; kecerdasan (KBBI, 2020).

##### **2.1.2 Tingkat Pengetahuan**

Menurut Notoatmodjo (2014) terdapat 6 tingkat pengetahuan, yaitu :

a. Tahu (*Know*)

Tingkat pengetahuan pada tahap ini adalah yang paling rendah dan terbatas pada mengingat hal-hal yang telah dipelajari sebelumnya. Pengetahuan kemampuan pada level ini seperti mendeskripsikan, menyebutkan, menyatakan, mendefinisikan. Contohnya antara lain merujuk pada definisi pengetahuan, merujuk pada definisi rekam medis, atau mendeskripsikan tanda dan gejala penyakit.

b. Memahami (*Comprehension*)

Pengetahuan sebagai kemampuan untuk menginterpretasikan secara benar suatu objek atau benda. Seseorang yang memahami materi atau mata kuliah yang ditawarkan dapat menjelaskan, meringkas dan menjelaskan objek atau hal yang diteliti. Sebuah contoh dapat menggambarkan pentingnya pendokumentasian rekam medis. Seseorang telah paham tentang materi atau pelajaran telah diberikan dapat menjelaskan, menyimpulkan, dan menginterpretasi objek atau sesuatu telah dipelajarinya. Contohnya dapat menjelaskan pentingnya dokumen rekam medis.

c. Aplikasi (*Application*)

Dapat mengaplikasikan atau menerapkan pengetahuan materi yang dipelajari dalam kondisi nyata atau sebenarnya. Misalnya, menyusun (merakit) rekam medis atau melakukan kegiatan pelayanan pendaftaran.

d. Analisis (*Analysis*)

Mendeskripsikan komponen-komponen yang saling berkaitan dari kemampuan suatu bahan atau benda. Keterampilan analitis dapat menggambarkan (membuat grafik), memisahkan dan mengelompokkan, membedakan atau membandingkan. Contohnya adalah menganalisis dan membandingkan keutuhan berkas rekam medis.

e. Sintesis (*Synthesis*)

Kemampuan seseorang untuk menghubungkan berbagai elemen atau elemen pengetahuan yang ada ke dalam skema baru yang lebih komprehensif. Kemampuan yang sintesis seperti menyusun, merencanakan, menyortir, mendesain, dan mencipta. Misalnya, merancang rekam medis dan menyiapkan prosedur rawat jalan atau rawat inap.

f. Evaluasi (*Evaluation*)

Membuktikan dan mengevaluasi kemampuan bahan atau benda. Evaluasi dapat digambarkan sebagai proses perencanaan, memperoleh dan menyediakan informasi yang dibutuhkan untuk membuat keputusan alternatif. Tahap pengetahuan menggambarkan tingkat pengetahuan yang dimiliki seseorang setelah melalui berbagai proses seperti mencari, bertanya, belajar atau berdasarkan pengalaman (Izzaty, Astuti, dan Cholimah, 2021).

### 2.1.3 Cara Memperoleh Pengetahuan

Menurut Kerlinger dalam Wibowo (2014) ada empat cara untuk memperoleh pengetahuan, yaitu:

- a. Metode keteguhan (*Method of tenacity*), yaitu berpegang teguh pada pendapat yang sudah diyakini kebenarannya sejak lama.
- b. Metode otoritas (*Method of authority*), yaitu merujuk pada pernyataan para ahli atau yang memiliki otoritas.
- c. Metode Intuisi (*Method of intuition*), yaitu berdasarkan keyakinan yang kebenarannya dianggap terbukti dengan sendirinya atau tidak perlu

pembuktian lagi.

- d. Metode Ilmiah (*Method of science*), yaitu berdasarkan kaidah keilmuan, sehingga walaupun dilakukan oleh orang yang berbeda-beda namun dapat menghasilkan kesimpulan yang sama (Kemenkes 2018).

Sedangkan Menurut Notoatmodjo (2014) ada dalam 2 bagian besar cara untuk memperoleh pengetahuan, yaitu:

- a. Cara Non Ilmiah atau Tradisional

Apa yang dilakukan manusia sebelum ditemukannya metode ilmiah. Pendekatan ini untuk memecahkan masalah, termasuk menemukan teori atau pengetahuan baru pada manusia purba. Metodenya melalui: coba-coba, kebetulan, kekuatan atau otoritas, pengalaman pribadi, akal sehat, kebenaran yang terungkap, kebenaran intuitif, penalaran, induksi, deduksi.

- b. Cara Ilmiah atau Modern

Secara sistematis, logis, ilmiah, pertama dalam bentuk penelitian Metode eksperimen menjadikan alat yang digunakan efektif dan dapat diandalkan, hasil penelitian dapat digeneralisasikan untuk populasi, dan kebenaran atau pengetahuan yang diperoleh hanya dapat benar-benar dijelaskan melalui serangkaian proses ilmiah. Penelitian harus etis dan jujur. Temuan penelitian harus dilaporkan secara jujur dan tidak boleh memutar balikkan fakta penelitian agar sesuai keinginan atau dimanipulasi. Hasil uji statistik sesuai dengan keinginan atau kepentingan tertentu (Kemenkes, 2018).

#### **2.1.4 Faktor-Faktor Mempengaruhi Pengetahuan**

- a. Faktor Internal

1. Pendidikan

Arahan seseorang agar orang lain berkembang menuju cita-cita tertentu yang menentukan apa yang manusia lakukan dan penuhi dalam hidupnya demi keselamatan dan kebahagiaan. Akses terhadap informasi seperti penunjang kesehatan juga diperlukan untuk meningkatkan kualitas hidup.

2. Pekerjaan

Pekerjaan adalah kehidupan yang harus dilakukan untuk dapat menunjang kehidupan dan kehidupan keluarga. Bekerja bukanlah sumber kesenangan tetapi

cara mencari nafkah yang berulang dan banyak menantang dengan bekerja seringkali menjadi aktivitas yang menyita waktu bagi para ibu yang berdampak pada kehidupan keluarga.

### 3. Umur

Umur adalah semakin cukup umur tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan bekerja. Dalam kepercayaan masyarakat seseorang yang lebih dewasa dipercaya dari orang yang belum tingkat kedewasaannya dilihat dari suatu pengalaman dan kematangan jiwa (A dan M 2021).

#### b. Faktor Eksternal

##### 1. Faktor Lingkungan

Lingkungan merupakan seluruh kondisi yang ada disekitar manusia dan dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok.

##### 2. Sosial Budaya

Sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi dari sikap dalam menerima informasi (A dan M, 2021).

### **2.1.5 Kriteria Tingkat Pengetahuan**

Menurut Arikunto (2006) dapat diketahui dan diinterpretasikan dalam skala bersifat kualitatif, yaitu :

1. Baik : Hasil persentase 76%-100%
2. Cukup : Hasil presentase 56%-75%
3. Kurang : Hasil presentase >56% (A dan M 2021)

Menurut Skala Guttman adalah skala yang menyatakan tipe jawaban tegas, seperti jawaban benar-salah, ya-tidak, pernah-tidak pernah, setuju-tidak setuju, dan positif-negatif. Selain dapat dibuat dalam bentuk pertanyaan pilihan ganda, juga dibuat dalam bentuk daftar checklist.

1. Ya atau Positif : Skor 2
2. Tidak atau Negatif : Skor 1 (Kemenkes 2018)

## **2.2 Air Susu Ibu (ASI)**

### **2.2.1 Definisi**

Air susu ibu (ASI) merupakan makanan utama dan pertama terbaik pada bayi yang alamiah. Pendapat menurut dr. Dien Sanyoto Besar, Sp. A bahwa bayi baru lahir harus langsung diberi ASI maksimal sejam setelah lahir bahwa tidak ada ASI yang tidak bagus bahkan ASI mengandung zat-zat dapat meningkatkan kekebalan tubuh bayi. WHO dalam keputusan menteri No. 450 tahun 2004 mengajurkan bayi diberi ASI eksklusif selama 6 bulan (Prasetyono, 2021).

Air susu ibu (ASI) merupakan sumber asupan nutrisi bagi bayi baru lahir. Air Susu Ibu bersifat eksklusif sebab pemberiannya berlaku pada bayi berusia 0 bulan sampai 6 bulan. Dalam fase ini diperhatikan dengan benar mengenai kualitas ASI dan pemberiannya agar tidak mengganggu tahap perkembangan bayi selama 6 bulan pertama semenjak hari pertama lahir (HPL) (Kemenkes RI 2018).

### **2.2.2 Manfaat ASI**

Menurut WHO (2010) hanya 40 % dari seluruh bayi di dunia mendapatkan ASI untuk jangka waktu 6 bulan (Pollard, 2019).

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

1. ASI menurunkan resiko diare dan infeksi dada
2. ASI menurunkan resiko obesitas dan diabetes tipe I dan II
3. ASI menurunkan resiko sindrom kematian bayi mendadak (SIDS atau *Sudden infant death syndrome*) merupakan kondisi yang terjadi pada bayi dibawah usia satu tahun terjadi bayi sedang dalam posisi tidur (Pollard 2019).

#### **b. Manfaat pemberian ASI pada ibu**

Menurut WHO (2010) merupakan menyusui memberikan manfaat bagi ibu dengan jalan mengatur fertilitas dan mengurangi resiko osteoporosis, kanker payudara dan diabetes tipe 2. Faktor pencegahan yang dihasilkan oleh ASI bagi ibu dipengaruhi oleh dosis ASI bahwa makin lama ibu memberi ASI, lebih baik proteksi yang diterimanya terutama terhadap kanker payudara. Penghentian ASI secara dini atau tidak memberi ASI sama sekalidapat meningkatkan resiko depresi pasca-melahirkan. Pemberian ASI membantu ibu lebih cepat kembali ke berat

badan sebelum hamil dengan jalan memanfaatkan lemak yang tertimbun selama kehamilan menjadi energi (Pollard 2019).

### **2.2.3 Komposisi ASI**

Air susu ibu (ASI) merupakan suatu usaha keras memperoleh lemak dalam larutan protein, laktosa, vitamin, dan mineral berfungsi sebagai makanan bayi. Komposisi zat gizi dalam ASI adalah :

a. Karbohidrat

Karbohidrat dalam ASI berbentuk laktosa (gula susu) yang jumlahnya tidak terlalu bervariasi setiap hari, dan jumlahnya lebih banyak. Rasio jumlah laktosa dalam ASI adalah 7 sehingga ASI terasa lebih manis sehingga bayi mengenal ASI dengan baik dan pemberian ASI semakin berhasil. Karbohidrat dalam ASI merupakan nutrisi penting berperan dalam pertumbuhan sel saraf otak dan pemberian energi untuk kerja sel-sel saraf. Di dalam usus sebagai laktosa akan diubah menjadi asam laktat berfungsi mencegah pertumbuhan bakteri yang berbahaya serta membangun penyerapan kalsium dan mineral-mineral.

b. Protein

Protein dalam ASI lebih rendah. Dalam protein ASI hampir seluruhnya terserap oleh sistem pencernaan bayi karena ASI lebih lunak dan mudah dicerna.

c. Lemak

Sekitar setengah dari energi yang terkandung dalam ASI berasal dari lemak yang lebih mudah dicerna dan diserap oleh bayi karena ASI lebih banyak mengandung enzim pemecah lemak (lipase). Komposisi lemak pada menit awal menyusui berbeda dengan 10 menit kemudian. Jenis lemak dalam ASI mengandung banyak omega-3, omega-6, dan DHA yang dibutuhkan dalam pembentukan sel-sel jaringan otak. Jumlah asam linoleate dalam ASI adalah 6. Asam linoleate berfungsi memacu perkembangan sel saraf otak bayi.

d. Mineral

ASI mengandung mineral yang lengkap walaupun kadarnya relatif rendah, tetapi bisa mencukupi kebutuhan bayi sampai berumur 6 bulan. Zat besi dan kalsium dalam ASI merupakan mineral yang sangat stabil, mudah diserap tubuh, dan jumlah sangat sedikit. Sekitar 75% dari zat besi terdapat dalam ASI

dapat diserap oleh usus. ASI juga mengandung natrium, kalium, fosfor, dan klor yang lebih sedikit tetapi tetap mencukupi kebutuhan bayi.

e. Vitamin

Vitamin yang diperlukan bayi selama 6 bulan pertama dalam kehidupan dapat diperoleh dari ASI. Vitamin D yang larut air terdapat dalam susu hanya ada sedikit dalam lemak susu. Penyakit polio jarang menimpa bayi bila diberi ASI apabila kulitnya sering terkena sinar matahari. Jumlah vitamin A, tiamin, dan vitamin C bervariasi sesuai makananyang dikonsumsi oleh ibu (Prasetyono, 2021).

#### **2.2.4 Volume Produksi ASI**

Pada bulan terakhir kehamilan, mulai menghasilkan produksi ASI. Dalam kondisi normal. Pada hari pertama dan kedua sejak bayi lahir air susu yang dihasilkan sekitar 50-100 ml sehari jumlah pun meningkat hingga 500 ml. Pada minggu kedua produksi ASI semakin efektif dan terus-menerus meningkat pada 10-14 hari setelah melahirkan bayi yang sehat mengonsumsi 700-800 ml ASI setiap hari setelah memasuki masa 6 bulan volume pengeluaran air susu mulai menurun. Saat itu kebutuhan gizi tidak lagi dapat dipenuhi oleh ASI dan harus mendapatkan makanan tambahan (Prasetyono, 2021).

Secara fisiologis ukuran payudara tidak mempengaruhi volume air susu yang diproduksi artinya jumlah ASI yang diproduksi tidak tergantung pada besar atau kecilnya payudara yang tidak dapat mempengaruhi jumlah produksi ASI yang bervariasi setiap hari. Nutrisi ibu dapat mempengaruhi ASI yang dibutuhkan oleh bayi sesuai tingkat pertumbuhan dan perkembangannya semakin sehatnya bayi semakin banyak ASI yang harus dikonsumsi. Volume ASI yang diproduksi dipengaruhi oleh kondisi psikis seorang ibu dan makanan yang dikonsumsi karena ibu tidak boleh merasa stres dan gelisah secara berlebihan keadaan ini berpengaruh terhadap volume ASI pada minggu-minggu pertama menyusui ibu. Jumlah air susu pada ibu yang kekurangan gizi sekitar 500-700 ml setiap hari selama 6 bulan pertama 400-600 ml pada 6 bulan kedua serta 300-500 ml. Pada tahun kedua kehidupan baik kekurangan gizi dikarenakan cadangan lemak yang tersimpan dalam tubuh ibu pada masa kehamilan tidak mencukupi kebutuhannya.

Peningkatan konsumsi makanan pada ibu hamil belum tentu meningkatkan produksi air susunya gizi dalam makanan yang dikonsumsi ibu hamil yang itulah yang menjadi faktor dominan pengaruh terhadap volume produksi ASI (Prasetyono, 2021).

### **2.2.5 Klasifikasi ASI**

ASI dibedakan dalam tiga stadium yaitu: kolostrum, air susu transisi, dan air susu matur. Komposisi ASI hari 1-4 (kolostrum) berbeda dengan ASI hari 5-10 (transisi) dan ASI matur.

#### **a. Kolostrum**

Kolostrum merupakan susu pertama keluar berbentuk cairan kekuning-kuningan yang lebih kental dari ASI matang. Kolostrum mengandung protein, vitamin yang larut dalam lemak, dan mineral yang lebih banyak dari ASI matang. Kolostrum sangat penting untuk diberikan karena selain tinggi immunoglobulin A (IgA) sebagai sumber imun pasif bayi, kolostrum juga berfungsi sebagai pencemar untuk membersihkan saluran pencernaan bayi baru lahir. Produksi kolostrum dimulai pada masa kehamilan sampai beberapa hari setelah kelahiran. Namun, pada umumnya kolostrum digantikan oleh ASI transisi dalam dua sampai empat hari setelah kelahiran bayi.

#### **b. ASI Transisi (Peralihan)**

ASI transisi diproduksi mulai dari berhentinya produksi kolostrum sampai kurang lebih dua minggu setelah melahirkan. Kandungan protein dalam ASI transisi semakin menurun, namun kandungan lemak, laktosa, vitamin larut air, dan semakin meningkat. Volume ASI transisi semakin meningkat seiring dengan lamanya menyusui dan kemudian digantikan oleh ASI matang.

#### **c. ASI Matur/Matang**

ASI matang mengandung dua komponen berbeda berdasarkan waktu pemberian yaitu foremilk dan hindmilk. Foremilk merupakan ASI yang keluar pada awal bayi menyusui, sedangkan hindmilk keluar setelah permulaan. *Foremilk* mengandung vitamin, protein, dan tinggi akan air. *Hindmilk* mengandung lemak empat sampai lima kali lebih banyak dari foremilk (Mukhtar 2018).

### 2.2.6 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Produksi ASI

Produksi ASI pada ibu menyusui dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang berhubungan yaitu:

1. Faktor makanan

Kebutuhan kalori ibu perhari harus terdiri dari 60-70% karbohidrat, 10-20% protein, dan 20-30% lemak. Kalori ini didapat dari makanan yang dikonsumsi ibu dalam sehari.

2. Faktor psikologis ibu

Masa nifas merupakan salah satu fase yang memerlukan adaptasi psikologi. Perubahan peran seorang ibu memerlukan adaptasi yang harus dijalani. Tanggung jawab bertambah dengan adanya bayi yang baru lahir. Dorongan dan perhatian anggota keluarga lainnya merupakan dorongan positif untuk ibu.

3. Faktor isapan bayi

Bayi yang sehat dapat mengosongkan satu payudara sekitar 5-7 menit dan ASI dalam lambung bayi akan kosong dalam waktu dua jam. Sebaiknya menyusui bayi secara non jadwal (*on demand*) karena bayi akan menentukan sendiri kebutuhannya.

4. Usia ibu

Menurut pendapat Depkes RI (2010) bahwa umur sangat menentukan kesehatan maternal dan berkaitan dengan kondisi kehamilan, persalinan dan nifas serta cara mengasuh dan menyusui bayinya. Ibu yang berumur kurang dari 20 tahun masih belum matang dan belum siap dalam hal jasmani dan sosial dalam menghadapi kehamilan serta persalinan.

5. Jumlah persalinan

Jumlah persalinan yang pernah dialami ibu memberikan pengalaman dalam memberikan ASI dan mengetahui cara untuk meningkatkan produksi ASI sehingga tidak ada masalah bagi ibu dalam memberikan ASI. Pada ibu yang baru pertama kali melahirkan dan ibu yang lebih dari dua kali melahirkan anak seringkali menemukan masalah dalam memberikan ASI.

6. Pendidikan ibu

Pendidikan ibu merupakan salah satu unsur penting yang menentukan keadaan gizi keluarga. Orang yang memiliki dasar pendidikan yang tinggi lebih mudah mengerti dan memahami informasi yang diterimanya bila dibandingkan dengan orang yang berpendidikan lebih rendah.

#### 7. Pekerjaan ibu

Ibu yang bekerja sebagai IRT memiliki keberhasilan dalam memproduksi ASI atau memberikan ASI eksklusif dibandingkan dengan ibu yang bekerja diluar rumah. Hal ini disebabkan karena meskipun mereka setelah melahirkan dan masih harus menyusui anaknya tetapi mereka harus kembali bekerja setelah cuti melahirkan selesai, sehingga waktu yang di miliki untuk merawat bayi dan frekuensi menyusui akan berkurang. Frekuensi menyusui akan mempengaruhi produksi ASI. Semakin sering ibu menyusui maka akan mempengaruhi hormon yang akan memperbanyak produksi ASI.

#### 8. Kondisi puting susu

Bentuk dan kondisi puting susu yang tidak baik seperti adanya infeksi pada payudara, payudara bengkak, dan puting susu tidak menonjol merupakan faktor yang mempengaruhi dalam pemberian ASI diantaranya adalah produksi ASI yang sedikit sehingga tidak cukup dikonsumsi bayi.

#### 9. Produksi ASI

Produksi dan keluarnya ASI terjadi setelah bayi dilahirkan yang disusul kemudian dengan peristiwa penurunan kadar hormon estrogen yang mendorong naiknya kadar prolactin untuk produksi ASI. Sekalipun pada hari pertama ASI yang keluar hanya sedikit, ibu harus tetap menyusui. Tindakan ini selain dimaksudkan untuk memberikan nutrisi kepada bayi agar bayi belajar menyusui atau membiasakan menghisap puting payudara ibu serta mendukung produksi ASI.

#### 10. Dukungan keluarga dan suami

Dukungan keluarga mempunyai hubungan dengan suksesnya produksi ASI dan pemberian ASI eksklusif pada bayi. Dukungan keluarga adalah dukungan untuk memotivasi ibu memberikan ASI saja kepada bayinya sehingga meningkatkan frekuensi produksi ASI. Suami dan keluarga dapat berperan aktif

dalam pemberian ASI dengan cara memberikan dukungan emosional atau bantuan praktis lainnya (Mukhtar, 2018).

## **2.3 ASI Eksklusif**

### **2.3.1 Definisi**

ASI eksklusif adalah bayi hanya diberi ASI selama 6 bulan tanpa tambahan cairan lain, seperti susu formula, madu, jeruk, air putih atau air teh dan tanpa tambahan makanan padat seperti bubur nasi, nasi tim biscuit kecuali obat, vitamin, mineral. Setelah 6 bulan. Setelah 6 bulan bayi boleh diberikan makanan pendaamping ASI (MPASI), dan ASI masih diberikan bayi usia 2 tahun atau lebih (Pollard 2019).

### **2.3.2 Tujuan Pemberian ASI Eksklusif**

ASI diberikan kepada bayi karena mengandung banyak manfaat dan kelebihan diantaranya yaitu menurunkan resiko terjadinya penyakit infeksi misalnya infeksi saluran pencernaan atau diare infeksi saluran pernapasan dan infeksi telinga ASI juga bisa menurunkan dan mencegah terjadinya penyakit non infeksi seperti penyakit alergi obesitas kurang gizi, dan asma. ASI dapat meningkatkan IQ dan EQ anak menyusui anak bisa menciptakan ikatan psikologis dan kasih sayang yang kuat antara Ibu dan bayi. Bayi merasa terlindungi dalam pelukan ibu mendengar langsung denyut jantung Ibu serta merasakan sentuhan ibu saat menyusui. Hal itu tidak akan dirasakan bayi ketika minum susu lainnya selain ASI karena ia harus menggunakan botol (Prasetyono, 2021).

ASI memberikan semua energi dan gizi atau nutrisi yang dibutuhkan oleh bayi selama 6 bulan pertama setelah kelahiran pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi tingkat kematian baik yang dikarenakan berbagai penyakit yang menyimpannya seperti diare dan radang paru-paru dan mempercepat pemulihan bila sakit. Bagaimana besar pertumbuhan dan perkembangan bayi ditentukan oleh pemberian ASI eksklusif ASI mengandung zat gizi yang tidak terdapat dalam susu formula komposisi zat dalam ASI antara lain 88,1% air 3,8% lemak 0,9% protein 7% laktosa serta 0,2% Zat berupa apa DHA, DAA, dan shpynogelin. Proses

menyusui atau inisiasi menyusui dini (IMD) berlangsung hingga 2 tahu, walaupun volume ASI diberikan berkurang sampai 30% (Prasetyono, 2021).

Tujuan pemberian ASI Eksklusif selama enam bulan berperan dalam pencapaian tujuan *Millenium Development Goals* (MDGs) tahun 2015 dalam Roesli (2012). Tujuan dari MDGs tersebut adalah:

1. Membantu mengurangi kemiskinan

Jika seluruh bayi yang lahir di Indonesia disusui ASI secara Eksklusif 6 bulan maka akan mengurangi pengeluaran biaya akibat pembelian susu formula.

2. Membantu mengurangi kelaparan

Pemberian ASI Eksklusif membantu mengurangi angka kejadian kurang gizi dan pertumbuhan yang terhenti yang umumnya terjadi sampai usia 2 tahun.

3. Membantu mengurangi angka kematian anak balita

Berdasarkan penelitian WHO di enam Negara berkembang, resiko kematian bayi antara usia 9-12 bulan meningkat 40% jika bayi tersebut tidak disusui (Mukhtar, 2018).

### **2.3.3 Kondisi yang Membuat Ibu Sulit Menyusui Pada Bayi**

Ada beberapa hal yang menjadikan ibu sulit menyusui bayinya sebagai berikut :

1. Puting susu rata atau masuk ke dalam

Ada 87% ibu dapat menyusui dan di situasi tertentu yang membuat ibu menyusui sekitar 2% ibu memiliki puting susu yang masuk kedalam ketika areolanya ditekan sedangkan 5-8% Ibu mempunyai puting susu rata yang tidak keluar saat dingin atau distimulasi. Ibu dengan puting payudara yang masuk kedalam tetap bisa menyusui bayi secara efektif. Bukankah ukuran payudara tetapi kelenturan kulit di sekelilingnya dan kemudahan bayi menghisap puting payudara.

2. Masalah-masalah payudara

Ibu melahirkan dampak ukuran payudara atau bedah payudara terhadap keberhasilan menyusui bayi tapi kenyataannya keduanya tidak menimbulkan masalah, seperti :

a. Payudara besar

Payudara besar bisa menutupi dagu atau hidung bayi saat menyusui. Dan dapat menyebabkan saluran ASI tersumbat.

b. Bedah payudara

Setelah menjalani bedah payudara tergantung ibu menyusui bayi ada atau tidaknya saluran air susu atau saraf penting yang terpotong dan rusak apabila saluran air susu terpotong maka mempengaruhi jumlah ASI yang dapat diminum bayi dan apabila sistem saluran akan sembuh maka mampu memproduksi ASI kembali. Jika saraf terpotong isapan bayi pada puting payudara dan areola mungkin tidak stimulasi otak untuk memerintahkan produksi hormon yang membuat dan mengeluarkan air susu. Bila benda dilakukan pada salah satu payudara ibu bisa menyusui secara eksklusif dengan payudara lainnya.

3. Ibu terserang penyakit

Ibu yang sedang sakit dan ingin tetap menyusui bayinya bukanlah masalah yang serius tindakan ini bermasalah jika Ibu harus minum obat yang tidak cocok bagi bayi. Jika ibu ingin berhenti menyusui bayi selama minum obat dan hendak ibu memompa payudara agar suplai ASI tetap terjaga. Apabila Ibu berhenti menyusui secara tiba-tiba maka mengakibatkan pembesaran payudara.

4. Menyusui sambil minum obat

Sebagian besar obat yang diminum oleh ibu akan masuk ke dalam ASI dalam jumlah kecil yang mengandung risiko bagi bayi yang menyusui kepada ibunya. Jika Ibu tidak yakin bahwa obat yang dikonsumsi bersifat aman bagi bayi dan tidak ada alternatif lainnya hendak ASI yang diproduksi selama mengkonsumsi obat tidak diberikan kepada bayi atau ibu menunda minum obat sebelum memompa air susu dengan tujuan memperbanyak persediaan ASI beku bagi bayi bila Ibu mulai meminum obat (Prasetyono, 2021).

### **2.3.4 Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang ASI Eksklusif**

Tingkat pengetahuan ibu tentang informasi ASI eksklusif ibu dapat memahaminya dan menyerap manfaat ASI eksklusif selama 6 bulan pertama kelahiran bayi akan mendapatkan nutrisi dan manfaat yang terkandung dalam ASI. Maka kurang pengetahuan ibu tentang manfaat ASI menyebabkan ibu-ibu mudah

terpengaruh dan beralih ke susu formula karena kurangnya informasi atau nasehat yang diberi oleh tenaga kesehatan tentang asi eksklusif dengan benar. Hanya memberikan ASI saja sudah sangat cukup untuk memenuhi kebutuhan zat gizi bayi di bawah usia enam bulan. Tingkat pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif 69,7% di Indonesia dengan pengetahuan dan keterampilan sejak ibu hamil. (Kesehatan, 2021). Tingkat pengetahuan ibu yang dilaksanakan peneliti di Posyandu Kelurahan Wek I Kecamatan Padang Sidempuan Utara kota Padang Sidempuan. Penelitian di Posyandu Kelurahan Wek I Kecamatan Padang Sidempuan Utara kota Padang Sidempuan yang terdapat tingkat pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif sebanyak 0,981 maka instrument kuesioner reliable dari 30 pertanyaan pada bulan januari sampai february tahun 2021.

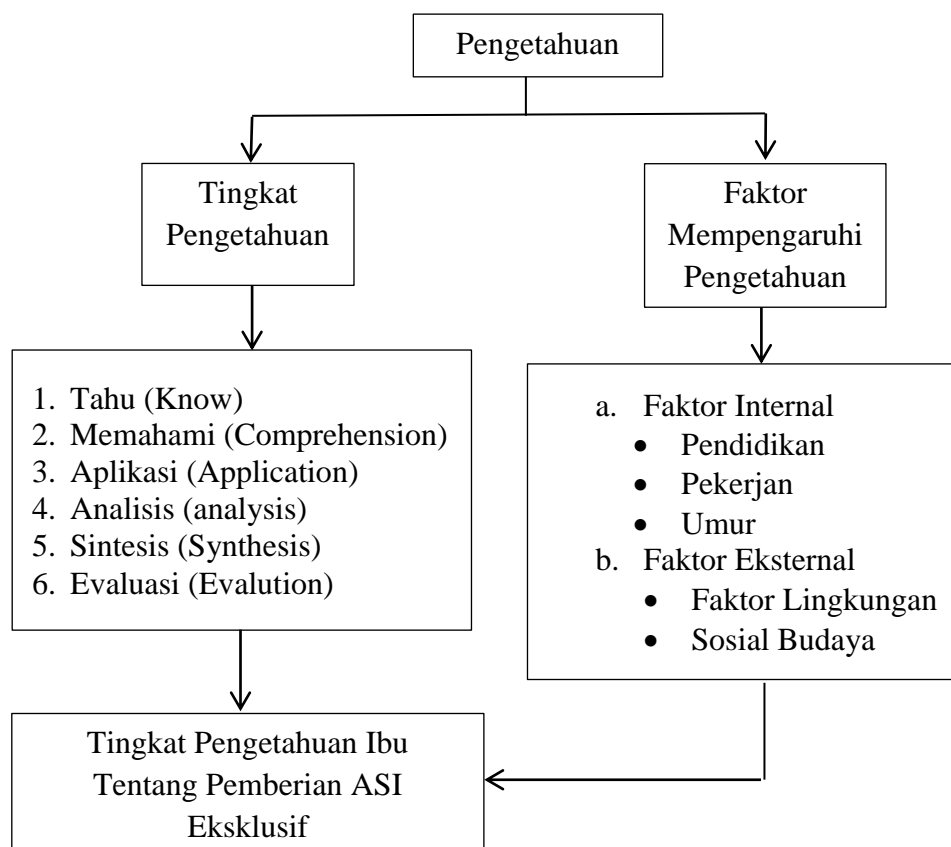
### **2.3.5 Cara Menyusui**

Langkah-langkah menyusui yang benar menurut Dinkes RI tahun 2009 :

- 1) Ibu mencuci tangan sebelum menyusui bayinya
- 2) Ibu duduk dengan santai dan nyaman, posisi punggung tegak sejajar punggung kursi dan kaki diberi alas sehingga tidak menggantung
- 3) Mengeluarkan sedikit ASI dan mengoleskan pada puting susu dan areola sekitarnya Bayi dipegang dengan satu lengan, kepala terletak pada lengkung siku ibu dan bokong bayi terletak pada lengan
- 4) Ibu menempelkan perut bayi pada perut ibu dengan meletakkan satu tangan bayi dibelakang ibu dan yang satu di depan, kepala bayi menghadap ke payudara
- 5) Ibu memosisikan bayi dengan telinga dan lengan pada garis lurus
- 6) Ibu memegang payudara dengan ibu jari diatas dan jari yang lain menopang dibawah serta tidak menekan puting susu atau areola
- 7) Ibu menyentuhkan puting susu pada bagian sudut mulut bayi sebelum menyusui
- 8) Setelah bayi mulai menghisap, payudara tidak perlu dipegang atau disangga lagi
- 9) Ibu menatap bayi saat menyusui
- 10) Pasca menyusui

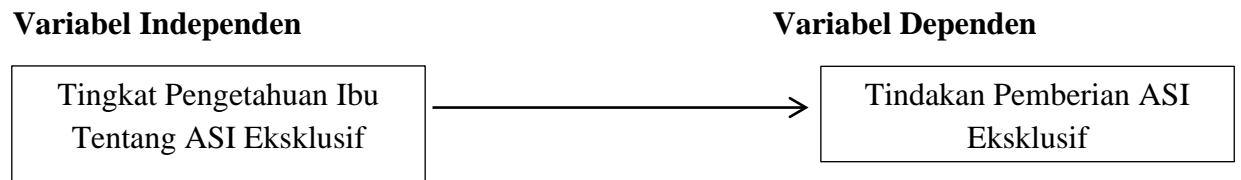
- a. Melepas isapan bayi dengan cara jari kelingking dimasukkan kemulut bayi melalui sudut mulut bayi atau dagu bayi ditekan kebawah
  - b. Setelah bayi selesai menyusui, ASI dikeluarkan sedikit kemudian dioleskan pada putting susu dan areola, biarkan kering dengan sendirinya
- 11) Cara menyendawakan bayi
- a. Letakkan bayi tegak lurus bersandar pada bahu ibu dan perlahan-lahan diusap punggung belakang sampai bersendawa
  - b. Kalau bayi tertidur, baringkan miring ke kanan atau tengkurap. Udara akan keluar dengan sendirinya
- 12) Menganjurkan ibu agar menyusui bayinya setiap saat bayi menginginkan (Mukhtar, 2018).

## 2.4 Kerangka Teori



**Gambar 2.1 Kerangka Teori**

## 2.5 Kerangka Konsep



**Gambar 2.2 Kerangka Konsep**

## 2.6 Hipotesis

Terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dengan tindakan pemberian ASI eksklusif di Posyandu Kelurahan Wek I Kecamatan Padang Sidempuan Utara kota Padang Sidempuan.