

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengertian Menyusui

Menyusui merupakan suatu proses alamiah manusia dalam mempertahankan dan melanjutkan kelangsungan hidup keturunannya. Organ tubuh yang ada pada seorang wanita menjadi sumber utama kehidupan untuk menghasilkan ASI yang merupakan sumber makanan bayi yang paling penting terutama pada bulan-bulan pertama kehidupan. Perkembangan zaman membawa perubahan bagi kehidupan manusia, dengan bertambahnya ilmu pengetahuan dan teknologi yang semakin pesat membuat pengetahuan manusia mengetahui pentingnya ASI bagi kehidupan bayi. Menyusui merupakan suatu pengetahuan yang sudah ada sejak lama yang mempunyai peranan penting dalam mempertahankan kehidupan manusia (Astuti, 2013). Sedangkan menurut (Varney dkk, 2008) menyusui adalah cara yang optimal dalam memberikan nutrisi dan mengasuh bayi, dan dengan penambahan makanan pelengkap pada paruh kedua tahun pertama, kebutuhan nutrisi, imunologi, dan psikososial dapat terpenuhi hingga tahun kedua dan tahun-tahun berikutnya.

B. Fisiologi menyusui

Menyusui yaitu produksi dan pengeluaran ASI merupakan rangsangan mekanik, saraf, dan macam-macam hormon. Menurut Mansyur, Nurlina, & Dahlan (2014) hormon dibedakan menjadi tiga yaitu

1. Pembentukan kelenjar payudara

a. Masa kehamilan

Pada awal kehamilan duktus yang baru meningkat dan lobulus dipengaruhi oleh hormon plasenta dan korpus luteum (Sukarni, Icemi, & Wahyu, 2013)

b. Tiga bulan kehamilan

Pada bulan kehamilan ketiga, tubuh seorang perempuan akan menghasilkan hormon untuk merangsang keluarnya ASI di payudara

antara lain progesteron untuk merangsang alveoli, estrogen untuk menstimulasi saluran ASI untuk mengembang, prolaktin untuk mengembangkan alveoli

c. Trimester dua kehamilan

Laktogen plasenta berfungsi untuk menghasilkan kolostrum

2. Pembentukan Air Susu

Menurut penelitian (Astutik, 2014) terdapat dua refleks untuk membentuk dan mengeluarkan air susu yaitu :

a. Refleks Prolaktin

Hormon prolaktin berfungsi membuat kolostrum, refleks prolaktin terjadi ketika hisapan bayi memberikan rangsangan ujung-ujung saraf pada puting susu dan aerola berfungsi sebagai wadah dan menuju ke hipotalamus melalui medula spinalis sehingga memacu pengeluaran untuk merangsang sel alveoli yang nantinya menghasilkan air susu. Pada teori laktasi diketahui bahwa peningkatan sekresi air susu pada masa laktasi berhubungan erat dengan peningkatan kadar prolaktin darah, selama perlakuan ibu menyusui dalam kondisi sehat dan ibu terhindar dari stress. Stress yang terjadi pada ibu menyusui akan menghambat kerja dari *Prolactin Inhibitory Factor* (PIF). (Sukarni, Icemi, & Wahyu, 2013).

b. Oksitosin.

Oksitosin yang aktif dapat mengencangkan otot halus dalam rahim pada saat melahirkan dan pasca melahirkan. Pasca melahirkan oksitosin berperan untuk mengencangkan otot halus di sekitar alveoli untuk memeras ASI menuju saluran susu, Oksitosin memicu kontraksi dinding alveoli dan air susu yang diproduksi keluar dari alveoli masuk ke dalam duktus sampai ke mulut bayi (Lowdermilk, Perry dan Chasion, 2013).

c. Reflek Letdown

Rangsangan yang membuat aliran ASI meningkat melalui hisapan bayi yang akan menstimulasi hipofisis untuk mengeluarkan oksitosin. Hormon ini berfungsi memicu kontraksi di uterus. Letdown refleks

dapat terjadi lebih dari sekali dalam satu sesi menyusui, biasanya ibu akan merasakan refleks ini di awal menyusui.

Faktor yang meningkatkan refleks letdown yaitu mengamati bayi dengan penuh kasih dan sayang, mencium bayi, mendengarkan suara bayi dan bersedia menyusui. Faktor penghambatnya yaitu ibu mengalami stres, bingung, pikiran kacau, cemas, takut (Sundawati, 2011).

C. Manfaat Menyusui

Manfaat menyusui ternyata tidak hanya untuk bayi, tetapi juga bermanfaat bagi ibu. Adapun manfaat yang diperoleh dengan menyusui untuk ibu menurut Sri Astuti (2015) adalah :

- a. Menyusui membantu mempercepat pengembalian rahim ke bentuk semula dan mengurangi perdarahan setelah kelahiran. Ini karena isapan bayi pada payudara dilanjutkan melalui saraf ke kelenjar hipofise di otak yang mengeluarkan hormon oksitosin. Oksitosin selain bekerja untuk mengkontraksikan saluran ASI pada kelenjar air susu juga merangsang uterus untuk berkontraksi sehingga mempercepat proses involusio uteri.
- b. Menyusui secara teratur akan menurunkan berat badan secara bertahap karena pengeluaran energi untuk ASI dan proses pembentukannya akan mempercepat seorang ibu kehilangan lemak yang ditimbun selama kehamilan.
- c. Bagi ibu, pemberian ASI mudah karena tersedia dalam keadaan segar dengan suhu selalu siap jika diperlukan pada malam hari.
- d. Mengurangi biaya pengeluaran karena ASI tidak perlu dibeli.
- e. Menyusui dapat meningkatkan kedekatan antara ibu dan bayi. Bayi yang sering berada dalam dekapan ibu karena menyusui akan merasakan kasih sayang ibunya. Bayi juga akan merasa aman dan tenang, terutama karena masih dapat mendengar detak jantung ibunya yang telah dikenal selama dalam kandungan. Perasaan terlindung ini

akan menjadi dasar perkembangan emosi dan membentuk kepribadian yang percaya diri dan dasar spiritual yang baik.

- f. Pemberian ASI secara eksklusif dapat menunda proses menstruasi dan ovulasi selama 20 sampai 30 minggu atau lebih karena isapan bayi merangsang hormon prolaktin yang menghambat terjadinya ovulasi/pematangan telur sehingga menunda kesuburan.
- g. Menyusui menurunkan resiko kanker ovarium dan kanker payudara pramenopause, serta penyakit jantung pada ibu. Hasil penelitian (The Lancet Medical Journal, 2012) menemukan bahwa resiko kanker payudara turun 4,3% pada ibu yang menyusui, menyusui juga dapat menurunkan osteoporosis.
- h. Wanita menyusui yang tidak memiliki riwayat diabetes gestasional akan kemungkinan yang lebih kecil untuk mengalami diabetes tipe 2 di kemudian hari.

D. Mekanisme Menyusui

Reflek yang penting dalam mekanisme isapan bayi terbagi menjadi tiga menurut Marliandiani (2015) yaitu:

- a. Refleks Menangkap (Rooting Refleks)

Timbul saat bayi baru lahir, pipi disentuh, dan bayi akan menoleh kearah sentuhan. Bibir bayi dirangsang dengan puting susu, maka bayi akan membuka mulut dan berusaha menangkap puting susu.

- b. Refleks Menghisap (Sucking Refleks)

Refleks ini timbul apabila langit-langit mulut bayi tersentuh oleh puting. Agar puting mencapai palatum, maka sebagian besar areola harus masuk kedalam mulut bayi. Dengan demikian, sinus laktiferus yang berada di bawah areola tertekan antara gusi, lidah, dan palatum sehingga ASI keluar.

- c. Refleks Menelan (Swallowing Refleks)

Refleks ini timbul apabila mulut bayi terisi oleh ASI, maka bayi akan menelannya.

E. Teknik Menyusui

Teknik menyusui merupakan cara memberi ASI pada bayi dengan pelekatan posisi ibu dan bayi dengan tepat (Arini, 2012). Teknik menyusui akan dibutuhkan agar ibu dan bayi merasa nyaman dan bayi bisa merasakan manfaat dari menyusui (Mansyur, Nurlina, & Dahlan, 2014).

1. Waktu dan Cara Menyusui

Waktu untuk menyusui yang baik bertujuan membantu ibu dalam mengosongkan payudara dan mencegah terjadinya bendungan ASI atau payudara membengkak. Menurut Kemenkes RI (2015) waktu dan cara menyusui yang baik, yaitu:

- a. Menyusui sesuai kebutuhan bayi kapanpun bayi meminta (on demand)
- b. Ibu menyusui bayi dari kedua payudara secara bergantian masing-masing 5-15 menit hingga air susu berhenti keluar dan bayi berhenti menyusu dengan melepas hisapannya secara spontan
- c. Ibu menyusui bayinya minimal 8 kali sehari
- d. Ketika bayi tidur lebih dari 3 jam maka bangunkan, dan susui
- e. Ibu menyusui bayinya sampai payudara terasa kosong
- f. Ketika bayi sudah kenyang, tetapi payudara masih terasa penuh ibu bisa mengeluarkan ASInya dengan cara diperah dan disimpan.

Tabel 1 Kebutuhan ASI bayi

Usia Bayi	Rata-rata volume ASI perpenyajian	Rata-rata total volume ASI perhari
Minggu pertama (setelah hari ke-4)	30-59 ml	300-600 ml
Minggu ke-2 dan ke-3	59-89 ml	450-750 ml
Bulan ke-1 hingga ke-6	89-148 ml	750-1.035 ml

Tabel 2 Cara Menyimpan ASI

ASI	Suhu Ruangan	Lemari ES / Kulkas	Freezer
ASI yang baru saja diperah (ASI segar)	ASI matang : 24 jam dalam suhu 15 ⁰ C 10 jam dalam suhu 19-22 ⁰ C 4-6 jam dalam suhu 25 ⁰ C	3-8 hari dengan suhu 0-4 ⁰ C Jangan simpan di bagian di bagian pintu, tetapi simpan di bagian paling belakang lemari es/kulkas- oaling dingin dan tidak terlalu terpengaruh perubahan suhu	3-4 bulan dalam pintu freezer 2 pintu 6-12 bulan dalam freezer khusus yang sangat dingin (<18 ⁰ C)
ASI beku dicairkan dalam leari es/kulkas tapi belum dihangatkan	Tidak lebih dari 4 jam (yaitu jadwal minum ASI berikutnya)	Simpan di dalam lemari es/kulkas sampai dengan 24 jam	Jangan masukkan kembali dalam freezer
ASI yang sudah dicairkan dengan air hangat	Untuk diminum sekaligus	Dapat disimpan selama 4 jam atau sampai jadwal minum ASI berikutnya	Jangan masukkan kembali dalam freezer
ASI yang sudah mulai diinu oleh bayi dari botol yang sama	Sisa yang tidak dihabiskan harus dibuang	Dibuang	Dibuang

F. Faktor yang memengaruhi keberhasilan menyusui

Keberhasilan pemberian ASI pun perlu disiapkan sejak dini mulai dari antenatal, seperti ibu dipersiapkan secara fisik dan psikologis, memberikan dukungan, dan berbagai penyuluhan tentang menyusui. Saat persalinan yang dapat mendukung keberhasilan pemberian ASI, Masa nifas atau puerperium atau pascapersalinan dimulai sejak 1 jam setelah lahirnya plasenta sampai dengan 6 minggu (42 hari) setelah hari itu (Hepilita, Y. 2016). Seorang ibu

yang sedang dalam masa pascapersalinan memerlukan beberapa hal untuk mendukung keberhasilan menyusunya hal yaitu sebagai berikut :

1. Informasi dan konseling tentang perawatan bayi dan edukasi pemberian ASI, gejala yang mungkin timbul, kesehatan pribadi, higiene, masa penyembuhan, kehidupan seksual (Aini L.N, 2017).
2. Mencegah terjadinya trauma lahir karena akan sulit untuk melakukan inisiasi menyusui dini.
3. Setelah bayi stabil (<30 menit), letakkan bayi di dada ibu. Biarkan dia mencari puting susu ibu dan menghisapnya selama 30-60 menit. Inisiasi dini pemberian ASI sangat penting karena dapat mencegah kematian neonatus. Hal ini karena kolostrum memberikan perlindungan dari infeksi dan dapat mencegah dari hipotermia.
4. Dukungan suami dan keluarga yang memotivasi ibu agar tetap semangat untuk menyusui bayinya
5. Mengonsumsi makanan yang dapat memicu pengeluaran ASI lebih lancar.

G. Dampak perilaku menyusui yang tidak tepat

Kurangnya informasi, pendidikan, dan pengalaman seorang ibu berdampak pada kemampuan dalam menyusui (Goyal, Banginwar & Towair 2011). Dampak dari perilaku menyusui yang tidak tepat yaitu :

1. Puting susu lecet, jika mulut bayi tidak menempel dengan baik, bayi akan menghisap atau menarik puting terlalu dalam sehingga dapat menyakiti puting susu ibu
2. Payudara sakit saat menyusui, kondisi yang wajar terjadi di awal karena ibu belum paham sepenuhnya cara posisi menyusui, hingga teknik perlekatan mulut bayi dengan puting susu. Kesalahan dalam menerapkan teknik untuk menyusui inilah yang kemudian menimbulkan nyeri.
3. Payudara bengkak saat menyusui, biasanya hal ini terjadi karena adanya penumpukan ASI di dalam payudara sehingga

membuatnya terasa besar, penuh, dan keras. Perlekatan yang benar dapat mendukung pengeluaran ASI ibu lebih lancar.

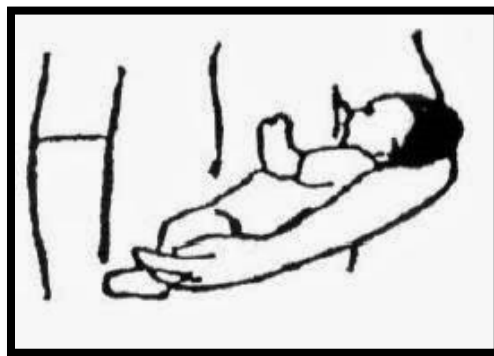
H. Posisi dan Perlekatan Menyusui

Pengetahuan tentang teknik menyusui harus dikuasai dengan benar, langkah-langkah menyusui, cara pengamatan teknik menyusui dan lama frekuensi menyusui. (Creasoft, 2008).

Cara menyusui yang benar menurut (Rizki, 2013) yaitu :

1. Cucilah tangan dengan air bersih sehingga bakteri dan kuman tidak menempel pada payudara ibu atau bayi
2. Perah sedikit ASI dan oleskan ke puting lalu ke aerola disekitarnya sebelum menyusui
3. Menyusui dengan posisi duduk
 - a. Posisi menyusui sambil duduk dengan santai menggunakan kursi yang rendah agar kaki ibu tidak menggantung dan punggung ibu bersandar sandaran kursi
 - b. Menopang bayi dengan menggunakan bantal dan selimut, bayi ditidurkan diatas pangkuan ibu
 - (1) Bayi dipegang pada belakang bahunya dengan satu lengan, kepala bayi terletak pada lengkung siku ibu dan bokong bayi ditahan dengan telapak tangan. Kepala bayi tidak boleh tengadah
 - (2) Satu tangan bayi diletakkan dibelakang badan ibu dengan tangan satunya didepan
 - (3) Payudara dipegang dengan C hold dibelakang aerola, tidak menekan puting susu atau aerolanya
 - (4) Kepala bayi menghadap payudara, perut bayi menempel di badan ibu
 - (5) Telinga dan lengan bayi diletakkan satu garis lurus
 - (6) Ibu memandangi bayi dengan penuh cinta kasih
 - c. Tangan kanan menyangga payudara kiri dan 4 jari dan ibu jari menekan payudara bagian atas aerola.

- d. Bayi diberi rangsangan untuk membuka mulut (rooting reflek) dengan cara menyentuh pipi dengan puting susu atau menyentuh sisi mulut bayi.
 - e. Setelah bayi membuka mulut, kepala bayi didekatkan ke payudara ibu dengan puting serta aerola dimasukkan dalam mulut bayi.
4. Melepaskan isapan bayi
- Setelah menyusui melepas isapan bayi dengan cara jari kelingking ibu dimasukkan ke mulut bayi melalui sudut mulut atau dagu bayi ditekan ke bawah. Menyusui berikutnya dimulai pada payudara yang belum kosong, setelah selesai menyusui, ASI dikeluarkan sedikit kemudian dioleskan pada puting susu dan aerola disekitarnya.
5. Menyendawakan Bayi
- Menyendawakan untuk mengeluarkan udara di lambung agar bayi tidak gumoh atau muntah setelah disusui. Bayi digendong tegak di bahu ibu kemudian punggung bayi di tepuk-tepuk secara perlahan, posisi tengkurap di atas pangkuan ibu, kemudian punggungnya diusap-usap sampai bayi bersendawa.



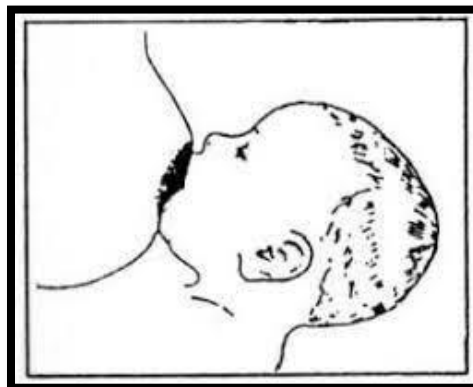
Gambar 1 Cara meletakkan bayi yang benar
(Sumber: Perinasia, 2004 dalam Arini, 2012)



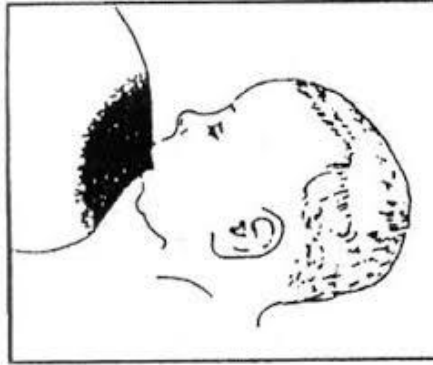
Gambar 2 Cara memegang payudara yang benar
(Sumber: Perinasia, 2004 dalam Arini, 2012)



Gambar 3 Cara merangsang mulut bayi yang benar
(Sumber: Perinasia, 2004 dalam Arini, 2012)



Gambar 4 Perletakan benar
(Sumber: Perinasia, 2004 dalam Arini, 2012)



Gambar 5 Perletakan salah
(Sumber: Perinasia, 2004 dalam Arini, 2012)



Gambar 6 Teknik menyusui yang benar
(Sumber: Perinasia, 2004 dalam Arini, 2012)



Gambar 7 melepas hisapan bayi
(Sumber: Perinasia, 2004 dalam Arini, 2012)

I. Kriteria Bayi Menyusu Dengan Benar

Ada beberapa kriteria mengetahui bayi telah menyusu dengan teknik yang benar yaitu:

1. Bayi terlihat tenang
2. Badan bayi menempel pada badan ibu
3. Mulut bayi terbuka lebar
4. Dagunya menempel pada payudara ibu
5. Sebagian aerola masuk ke dalam mulut bayi
6. Bayi terlihat menyusu pada payudara ibu bukan hanya di puting susu saja
7. Bayi terlihat menghisap kuat dengan irama perlahan
8. Puting susu ibu tidak merasakan nyeri
9. Telinga dan lengan bayi diletakkan pada satu garis lurus
10. Kepala tidak menengadah

J. Kewenangan Bidan

Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/320/2020 Tentang Standar Profesi Bidan, mengingat Undang-Undang Nomor 4 Tahun 2019 tentang Kebidanan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2019 Nomor 56, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 6325) area standar kompetensi bidan meliputi:

Etik legal dan keselamatan klien, Komunikasi efektif, Pengembangan diri dan profesionalisme, Landasan ilmiah praktik kebidanan, Keterampilan klinis dalam praktik kebidanan, Promosi kesehatan dan konseling, dan Manajemen dan kepemimpinan. Kompetensi Bidan menjadi dasar memberikan pelayanan kebidanan secara komprehensif, efektif, efisien dan aman berdasarkan evidence based kepada klien, dalam bentuk upaya promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif yang dilaksanakan secara mandiri, kolaborasi dan rujukan.

Sebagai Seorang bidan diharapkan dapat memberikan pelayanan konseling yang bermutu dan sesuai dengan standar pelayanan kebidanan. Kesehatan ibu saat menyusui menjadi salah satu asuhan yang dapat diberikan bidan terutama

pada teknik menyusui dalam upaya pencegahan dan penanganan keefektifan menyusui. Bidan merupakan fasilitator dalam mempromosikan kesehatan..

K. Metode Edukasi Teknik Menyusui

Ibu menjadi lebih mudah memahami dan mempraktikan teknik menyusui dengan bantuan media pembelajaran yang memungkinkan ibu untuk menerima pengetahuan, keterampilan dan sikap (Sri Anitah, 2012). adapun pemberian edukasi yang digunakan dalam studi kasus ini yaitu sebagai berikut:

1. Komunikasi Verbal yaitu bentuk penjelasan yang diberikan pada pendengar dalam suatu diskusi dengan menyampaikan ide-ide atau pemikiran dan akan lebih mudah disampaikan secara verbal dengan harapan pendengar bisa lebih mudah memahami pesan-pesan yang disampaikan (Notoatmojo, 2012).
2. Media Video adalah alat yang dapat menyajikan informasi, memaparkan proses, menjelaskan konsep-konsep yang rumit, mengajarkan keterampilan, dan mempengaruhi sikap. Daryanto tahun 2010 mengungkapkan media video adalah segala sesuatu yang memungkinkan sinyal audio dapat dikombinasikan dengan gambar bergerak secara sekuensial. Menurut Notoatmodjo sebagai salah satu media elektronika maka video memiliki beberapa kelebihan yaitu :
 - a. Sudah dikenal masyarakat
 - b. Mengikutsertakan semua panca indra
 - c. Lebih mudah dipahami
 - d. Lebih menarik karena ada suara dan gambar bergerak
 - e. Bertatap muka
 - f. Penyajian dapat dikendalikan
 - g. Jangkauan relatif lebih besar
 - h. Sebagai alat diskusi dan dapat diulang-ulang.

3. Ceramah Dalam Notoatmodjo tahun 2012 baik digunakan untuk sasaran yang berkependidikan tinggi ataupun rendah. Menurutnya, hal-hal yang perlu diperhatikan dalam menggunakan metode ceramah adalah:
 - a. Suasana ceramah akan berhasil apabila penceramah menguasai materi sehingga penceramah harus mempersiapkan diri
 - b. mempelajari materi dan sistematika yang baik
 - c. mempersiapkan alat bantu pengajaran. Pada hakekatnya ceramah merupakan proses transfer informasi.
4. Media leaflet yang berisi kalimat yang singkat, padat mudah dimengerti dan gambar-gambar yang sederhana dapat juga menjadi alternatif dalam pemberian edukasi menyusui pada ibu nifas (Husni,2008). Penggunaan media leaflet dapat meningkatkan pengetahuan, penelitian tersebut sesuai dengan teori De Fleur yang menyatakan bahwa media massa yang merupakan bagian dari sumber informasi dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang (Nastiti,2009)

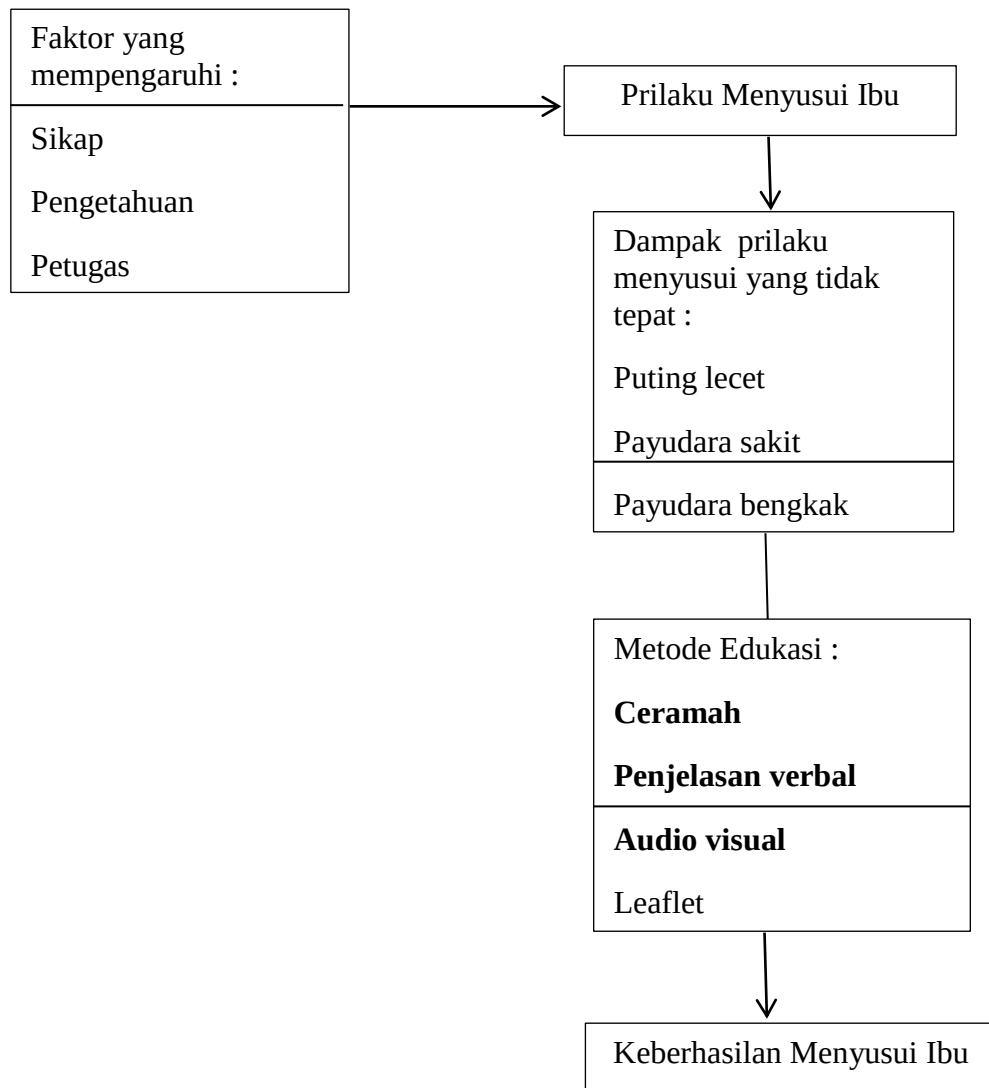
L. Pengetahuan dan sikap dengan teknik menyusui pada ibu pasca melahirkan

Pengetahuan ibu tentang teknik menyusui akan membawa pemahaman yang mendalam pada dampak baik ataupun buruknya pemberian ASI. Masih ada ibu yang belum memahami tentang menyusui dan pentingnya manfaat ASI bagi bayi, Teknik menyusui diperkenalkan pada ibu untuk mengurangi Rendahnya pengetahuan tentang teknik menyusui yang dapat menyebabkan ibu gagal dalam melakukan teknik menyusui dan gagal dalam pemenuhan nutrisi pada bayi. Hasil penelitian ini sejalan dengan Trianita & Nopriantini pada tahun 2018 yang menyatakan bahwa sikap yang positif tentang praktik menyusui, maka seorang ibu akan mampu untuk menyusui dengan teknik menyusui yang benar. Adapun ibu yang bersikap positif namun tidak menyusui dengan teknik yang tepat dapat terjadi karena meskipun ibu setuju dengan cara menyusui yang benar masih ada kondisi fisik ibu ataupun bayi dan faktor lingkungan yang cukup berpengaruh terhadap perilaku ibu untuk menyusui dengan benar (Hepilita. Y, 2016)

M. Pentingnya peran dan perilaku petugas

Setelah dilakukan penelitian oleh Musriah, N tahun 2018 diketahui bahwa masih ada ibu menyusui yang belum pernah mendapatkan informasi mengenai teknik menyusui sehingga disarankan kepada petugas kesehatan setempat untuk terus berupaya memberikan informasi mengenai preaktik menyusui dengan melakukan konseling penyuluhan individu dan kelompok dipuskesmas ataupun kegiatan posyandu, selain itu dukungan dari petugas kesehatan, kondisi emosional, dan psikologis suami serta keluarganya dapat mempengaruhi motivasi dan semangat ibu dalam menyusui, dan pelayanan kesehatan untuk kecurigaan dan munculnya tanda terjadinya komplikasi.

N. Kerangka Teori



(Sumber: Perinasia, 2004 dalam Arini,2012)