

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. ASI**

##### **1. Pengertian**

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber makanan terbaik bagi bayi karena mengandung banyak antibodi dan nutrisi yang diperlukan untuk tumbuh kembangnya (Hatta et al., 2021). ASI adalah air susu yang dikeluarkan dari kelenjar susu kanan dan kiri ibu, air susu ibu merupakan makanan alami atau jenis susu terbaik yang mempunyai nilai gizi dan energi tinggi, mudah dicerna dan mempunyai kandungan gizi seimbang untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi dan tersedia kapan saja (Prawirohardjo, 2014).

ASI menyediakan semua nutrisi dan energi yang dibutuhkan bayi selama bulan-bulan pertama kehidupannya dan menyediakan hingga setengah atau lebih dari kebutuhan nutrisi bayi selama paruh kedua tahun pertama, hingga sepertiga pada paruh kedua kehidupannya ASI juga terbukti mempengaruhi perkembangan otak dan berpotensi mempengaruhi perilaku bayi serta perkembangan kecenderungan perilakunya (*Global Breastfeeding Scorecard*, 2023).

Menyusui adalah bagian dari proses reproduksi yang meliputi menstruasi, pembuahan, kehamilan, persalinan, menyusui, dan penyapihan. Jika semua faktor berjalan dengan baik, maka menyusui akan berhasil. Setiap mamalia mempunyai sepasang atau lebih payudara yang dipersiapkan untuk menghasilkan susu guna memberi makan anak yang dilahirkannya. Susu setiap organisme yang menyusui berbeda-beda dan spesifik spesies, disesuaikan dengan kebutuhannya, yang bergantung pada bentuk fisik, habitat, laju pertumbuhan, dan frekuensi laktasi (Prawirohardjo, 2014).

ASI Eksklusif adalah pemberian Air susu ibu kepada anak sejak lahir hingga enam bulan pertama kehidupan tanpa modifikasi atau penambahan minuman dan makanan lain. Bayi sebaiknya diberikan ASI eksklusif selama

enam bulan pertama kehidupannya untuk mencapai pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan yang optimal, Pemberian ASI eksklusif akan terus dilakukan hingga anak berusia 2 tahun (Global Breastfeeding Scorecard, 2023). Pemberian ASI eksklusif pada bayi merupakan salah satu cara mencegah penyakit menular gizi buruk, dan akan mempengaruhi kualitas kesehatan bayi (Ibrahim & Rahayu, 2021).

## **2. Komposisi ASI**

Komposisi ASI dapat berubah dan bervariasi sesuai kebutuhan bayi tergantung usianya. Berdasarkan waktunya, ASI dibagi menjadi 3 tahap yaitu (Elisabeth & Endang, 2022):

### **a. Kolostrum (ASI hari 1-7)**

Kolostrum merupakan air susu pertama ibu yang keluar, berbentuk cairan kekuningan yang diproduksi beberapa hari setelah kelahiran, berbeda dengan ASI transisi dan ASI matur. Kolostrum mengandung protein tinggi 8,5%, sedikit karbohidrat 3,5%, lemak 2,5%, garam dan mineral 0,4%, air 85,1%, dan vitamin larut lemak. Kandungan protein kolostrum lebih tinggi, sedangkan kandungan laktosanya lebih rendah dibandingkan ASI matang.

Selain itu, kolostrum juga tinggi imunoglobulin A (IgA) sekretorik, laktoferin, leukosit, serta faktor perkembangan seper faktor pertumbuhan epidermal. Kolostrum juga dapat berfungsi sebagai pencakar yang dapat membersihkan saluran pencernaan bayi baru lahir. Jumlah kolostrum yang diproduksi ibu hanya sekitar 7,4 sendok teh atau 36,23 mL per hari. Pada hari pertama bayi, kapasitas perut bayi 5-7 mL (atau sebesar kelereng kecil), pada hari kedua 12- 13 mL, dan pada hari ketiga 22-27 mL (atau sebesar kelereng besar/gundu). Karenanya, meskipun jumlah kolostrum sedikit tetapi cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi baru lahir.

### **b. ASI Masa Transisi (ASI hari 7-14)**

ASI ini merupakan transisi dari kolostrum ke ASI matur. Kandungan protein makin menurun, namun kandungan lemak, laktosa, vitamin larut

air, dan volume ASI akan makin meningkat. Peningkatan volume ASI dipengaruhi oleh lamanya menyusui yang kemudian akan digantikan oleh ASI matur.

### **c. ASI Matur**

ASI matur merupakan ASI yang disekresi dari hari ke-14 seterusnya dan komposisinya relatif konstan. ASI matur, dibedakan menjadi dua, yaitu susu awal atau susu primer, dan susu akhir atau susu sekunder. Susu awal adalah ASI yang keluar pada setiap awal menyusui, sedangkan susu akhir adalah ASI yang keluar pada setiap akhir menyusui. Susu awal, menyediakan pemenuhan kebutuhan bayi akan air. Jika bayi memperoleh susu awal dalam jumlah banyak, semua kebutuhan air akan terpenuhi. Susu akhir memiliki lebih banyak lemak daripada susu awal, menyebabkan susu akhir kelihatan lebih putih dibandingkan dengan susu awal. Lemak memberikan banyak energi; oleh karena itu bayi harus diberi kesempatan menyusu lebih lama agar bisa memperoleh susu akhir yang kaya lemak dengan maksimal. Komponen nutrisi ASI berasal dari 3 sumber, beberapa nutrisi berasal dari sintesis di laktosit, beberapa berasal dari makanan, dan beberapa dari bawaan ibu. Pada ASI matur, terdapat 2 konsistensi dengan kandungan ajaib yang berbeda:

#### **1) Foremilk**

Jenis ASI ini berwarna sedikit jernih dan kebiru-biruan. Warna tersebut menandakan bahwa air susu ibu memiliki kandungan lemak yang cukup rendah. Foremilk merupakan jenis air susu ibu yang biasanya keluar di awal-awal menyusui. Kandungan lemaknya yang cukup sedikit membuat tekstur foremilk cenderung encer.

#### **2) Hindmilk**

Dibandingkan dengan warna dan tekstur foremilk, tekstur hindmilk lebih kental namun sama-sama bagus. Inilah sebabnya mengapa warna hindmilk sering putih, atau bahkan sedikit kuning sebagai tanda kandungan lemaknya yang tinggi. Semakin banyak Ibu memompa ASI, kandungan lemak dalam ASI akan terus meningkat, sehingga membuatnya lebih kental.

Untuk lebih jelas perbedaan kadar gizi yang dihasilkan kolostrum, ASI transisi dan ASI matur dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 1.**  
**Komposisi Kandungan ASI**

| <b>Kandungan</b>     | <b>Kolostrum</b> | <b>Transisi</b> | <b>ASI Matur</b> |
|----------------------|------------------|-----------------|------------------|
| Energi (Kg kla)      | 57,0             | 63,0            | 65,0             |
| Laktosa (gr/ 100 ml) | 6,5              | 6,7             | 7,0              |
| Lemak (gr/ 100 ml)   | 2,9              | 3,6             | 3,8              |
| Protein (gr/ 100 ml) | 1,195            | 0,965           | 1,324            |
| Mineral (gr/100 ml)  | 0,3              | 0,3             | 0,2              |
| Immunoglobulin:      |                  |                 |                  |
| Ig A (mg/100 ml)     | 335,9            | -               | 119,6            |
| Ig G (mg/100 ml)     | 5,9              | -               | 2,9              |
| Ig M (mg/100 ml)     | 17,1             | -               | 2,9              |
| Lisosim (mg/100 ml)  | 14,2-16,4        | -               | 24,3-27,5        |
| Laktoferin           | 420-520          | -               | 250-270          |

Sumber: Elisabeth & Endang (2022).

### **3. Kandungan Nutrisi Pada ASI**

ASI memiliki kandungan nutrisi yang sesuai dengan kebutuhan dan kondisi fisik bayi. Berikut kandungan nutrisi ASI secara spesifik (Toto, S. & Nur, 2023):

#### **a. Karbohidrat**

Karbohidrat yang terdapat dalam ASI adalah laktosa. Laktosa merupakan karbohidrat utama dalam ASI dan berfungsi sebagai sumber energi bagi otak. Kadar laktosa yang terdapat pada ASI hampir dua kali lebih tinggi dibandingkan pada susu sapi atau susu formula. Namun, diare jarang terjadi pada bayi yang mendapat ASI. Faktanya, laktosa dari ASI lebih baik diserap dibandingkan laktosa dari susu sapi atau susu formula. ASI mengandung lebih banyak laktosa dibandingkan susu jenis lainnya, yaitu 73 mg/ml.

#### **b. Protein**

ASI mengandung 9mg/ml protein. Protein yang terdapat dalam ASI adalah whey, casein, alfa-laktalbumin, taurine, laktoferin, IgA dan

lisozim. Protein utama yang terdapat pada ASI dan susu sapi mengandung whey dan casein. Whey adalah protein yang kasar, lembut, dan mudah dicerna. Sedangkan kasein merupakan protein kasar dan menggumpal yang sulit dicerna oleh usus bayi. Protein utama pada ASI adalah whey, sedangkan protein utama pada susu sapi adalah caseine. Oleh karena itu, protein ASI lebih baik dibandingkan protein susu sapi.

#### **c. Lemak**

Kandungan lemak pada ASI disesuaikan dengan kebutuhan bayi, yakni 42 mg/ml. Lemak pada ASI paling sesuai dengan kondisi bayi. Lemak utama yang terdapat pada ASI adalah lemak ikatan rantai panjang (omega-3, omega-6, DHA dan Arachidonic acid). Lemak ikatan rantai panjang merupakan lemak esensial dan merupakan komponen penting untuk proses myelinisasi. Myelinisasi adalah pembentukan membran isolasi di sekitar serabut saraf, menyebabkan rangsangan bergerak lebih cepat.

Komponen lemak lain yang terdapat pada ASI adalah kolesterol. Kandungan kolesterol yang tinggi pada ASI membantu meningkatkan perkembangan otak bayi. Kolesterol juga terlibat dalam pembentukan enzim yang mengontrol kolesterol di masa depan. Kondisi ini akan mencegah serangan jantung dan penebalan pembuluh darah di usia muda.

#### **d. Karnitin**

Karnitin berperan dalam mendukung pembentukan energi yang diperlukan untuk menjaga metabolisme tubuh. Konsentrasi karnitin pada bayi yang diberi ASI lebih tinggi dibandingkan pada bayi yang diberi susu formula.

#### **e. Vitamin**

Vitamin – vitamin tersebut terdiri dari:

- 1) Vitamin K, diperlukan sebagai nutrisi yang berfungsi sebagai faktor pembekuan untuk mencegah perdarahan.
- 2) Vitamin D, guna mencegah penyakit tulang pada bayi. Meski ASI sedikit mengandung vitamin D

- 3) Vitamin E, ASI mempunyai kandungan vitamin E yang tinggi, terutama pada kolostrum dan ASI transisi dini. Vitamin E berkontribusi terhadap ketahanan dinding sel darah merah.
- 4) Vitamin A, Selain berkontribusi terhadap kesehatan mata, vitamin A juga mendukung pembelahan sel, kekebalan, dan pertumbuhan.

**f. Mineral**

Mineral dalam ASI memiliki kualitas lebih tinggi dan lebih mudah diserap dibandingkan susu formula. Mineral utama dalam ASI adalah kalsium, magnesium, fosfor, sodium, potassium dan klorida. Mineral lain yang terdapat dalam jumlah kecil yaitu zinc, iron, copper, mangan, selenium, yodium, fluorida. Kadar mineral rata-rata tetap konstan selama menyusui, kecuali beberapa mineral tertentu yang kadarnya bergantung pada asupan makanan ibu. Zat besi dan kalsium dalam ASI sangat stabil dan tidak terpengaruh oleh pola makan ibu. Zat besi pada ASI berikatan dengan protein sehingga lebih mudah diserap dan tidak dapat digunakan oleh bakteri untuk tumbuh.

**g. Enzim**

Enzim adalah molekul biologis berupa protein yang berperan sebagai katalis, yaitu senyawa yang meningkatkan laju reaksi. Semua proses biologis memerlukan enzim agar terjadi dengan cepat dalam jalur metabolisme yang ditentukan oleh hormon yang bertindak sebagai promotor. Enzim yang ada dalam ASI dapat memperlancar pencernaan.

**h. Antibodi**

Antibodi ASI mengandung banyak antibodi berbeda dari tubuh ibu yang dapat meningkatkan imunitas bayi. Kandungan antibodi tertinggi pada ASI adalah IgA (Immunoglobulin A), salah satu manfaatnya adalah melindungi kesehatan saluran cerna bayi.

**4. Manfaat Pemberian ASI**

Berikut ini adalah manfaat-manfaat yang akan diperoleh apabila memberikan ASI pada bayi (Sutanto, 2022):

### **a. Bagi Bayi**

#### **1) Membantu memulai kehidupan dengan baik**

Bayi yang mendapat ASI mengalami kenaikan berat badan setelah lahir, tumbuh dengan baik setelah masa perinatal, dan mengurangi risiko obesitas. Sering menyusui juga terbukti bermanfaat karena volume ASI yang dihasilkan lebih banyak sehingga penurunan berat badan bayi hanya sedikit.

#### **2) Mengandung Antibodi**

Pada ASI terdapat konsentrasi antibodi yang tinggi terhadap bakteri E.Coli, sehingga jumlah bakteri E.Coli pada tinja bayi juga rendah. Dalam ASI, kecuali antibodi terhadap E.Coli. Terbukti terdapat antibodi terhadap Salmonella Typhi, Shigella dan antibodi terhadap virus seperti rotavirus, polio, dan campak.

#### **3) ASI mengandung komposisi yang tepat**

Beragam bahan makanan yang baik untuk bayi antara lain rasio seimbang dan cukup nutrisi yang dibutuhkan selama 6 bulan pertama. ASI mengandung kandungan laktosa yang lebih tinggi dibandingkan susu formula. Di dalam usus, laktosa akan difermentasi menjadi asam laktat yang mempunyai efek sebagai berikut:

- a) Menghambat pertumbuhan bakteri patogen
- b) Merangsang pertumbuhan mikroorganisme yang mampu menghasilkan asam organik dan mensintesis vitamin tertentu
- c) Memperlancar pengendapan calcium-cassienate
- d) Memperlancar penyerapan berbagai jenis mineral, seperti kalsium dan magnesium.

#### **4) Mengurangi kejadian karies dentis**

Insiden karies dentis atauTingkat kerusakan gigi pada bayi yang diberi susu formula jauh lebih tinggi dibandingkan bayi yang diberi ASI. Hal ini seringkali disebabkan oleh kebiasaan menyusui dengan botol dan dot, terutama menjelang tidur, sehingga menyebabkan gigi lebih lama bersentuhan dengan susu formula dan membentuk asam yang akan merusak gigi.

- 5) Memberi rasa aman dan nyaman pada bayi serta adanya ikatan antara ibu dan bayi

Hubungan fisik antara ibu dan bayi sangat baik untuk perkembangan bayi, kontak kulit ibu dengan kulit membantu bayi mengembangkan keterampilan psikomotorik dan sosial yang lebih baik.

- 6) Terhindar dari elergi

ASI tidak mengandung beta-laktoglobulin yang dapat menyebabkan alergi pada anak. Pada bayi baru lahir, sistem IgA belum sempurna sehingga memberikan susu formula pada bayi Anda akan merangsang aktivitas sistem ini dan dapat menyebabkan alerg sedangkan ASI tidak menyebabkan efek ini terjadi. Menunda pengenalan protein asing hingga bayi berusia 6 bulan akan mengurangi risiko alergi pada bayi.

- 7) Meningkatkan kecerdasan bayi

Bulan-bulan pertama kehidupan bayi hingga usia 2 tahun merupakan masa dimana otaknya berkembang sangat pesat, perkembangan otak merupakan faktor utama yang mempengaruhi perkembangan kecerdasan anak. Sementara itu, perkembangan otak sangat dipengaruhi oleh nutrisi yang diberikan kepada bayi baik kualitas maupun kuantitasnya. Semua nutrisi yang dibutuhkan untuk proses ini bisa didapat dari ASI yang mengandung Nutrisi utama yang dibutuhkan untuk perkembangan otak meliputi, taurin, laktosa, DHA, AA, asam omega-3 dan omega-6.

## **b. Bagi Ibu**

- 1) Aspek Kontrasepsi

Mulut bayi yang menghisap puting susu akan merangsang ujung saraf sensorik sehingga kelenjar hipofisis anterior mengeluarkan prolaktin. Prolaktin memasuki ovarium, menghambat produksi estrogen, sehingga menyebabkan anovulasi.

Menyusui merupakan metode kontrasepsi yang 98% efektif pada 6 bulan pertama setelah melahirkan jika hanya menyusui (eksklusif)



dan jika menstruasi belum kembali. Menyusui merupakan salah satu metode kontrasepsi alami yang aman, murah dan cukup efektif.

## 2) Aspek kesehatan ibu

Menyusui bayi akan merangsang kelenjar hipofisis untuk memproduksi oksitosin. Oksitosin meningkatkan kontraksi rahim dan mencegah perdarahan pascapersalinan. Menunda menstruasi dan mengurangi perdarahan pasca melahirkan mengurangi kejadian anemia defisiensi besi. Angka kejadian kanker payudara pada ibu menyusui lebih rendah dibandingkan pada ibu yang tidak menyusui.

Pencegahan kanker hanya dapat dilakukan bila ibu memberikan ASI eksklusif kepada anaknya. Penelitian menunjukkan bahwa ibu yang memberikan ASI eksklusif kepada anaknya memiliki risiko 25% lebih rendah terkena kanker payudara dan ovarium dibandingkan ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif.

## 3) Aspek penurunan berat badan

Ibu yang memberikan ASI eksklusif pada anaknya akan lebih mudah dan cepat kembali ke berat badan semula sebelum hamil. Saat hamil, berat badan bertambah bukan hanya karena janin, tapi juga karena banyaknya lemak yang menumpuk di tubuh. Simpanan lemak ini sebenarnya disiapkan sebagai sumber energi selama produksi ASI. Oleh karena itu, saat menyusui, tubuh akan memproduksi ASI lebih banyak untuk menguras lemak yang menumpuk yang berfungsi menyimpan energi. Logikanya, jika jumlah lemak yang terkumpul berkurang maka berat badan ibu akan cepat kembali ke berat badan sebelum hamil.

## 4) Aspek psikologis

Manfaat menyusui tidak hanya bermanfaat bagi bayi tetapi juga ibu. Ibu akan merasa bangga dan dibutuhkan, perasaan yang dibutuhkan semua manusia (Sutanto, 2022).

# c. Bagi Keluarga

## 1) Aspek ekonomi

Tidak perlu membeli ASI, sehingga uang yang tadinya digunakan untuk membeli susu formula bisa digunakan untuk keperluan lain. Penghematan juga diperoleh karena bayi yang mendapat ASI lebih jarang sakit, sehingga mengurangi biaya pengobatan.

## 2) Aspek psikologis

Kebahagiaan keluarga bertambah, karena kelahiran lebih jarang, sehingga suasana kejiwaan ibu baik dan dapat mendekatkan hubungan bayi dengan keluarga (Sutanto, 2022).

## 5. Faktor-Faktor Pemberian ASI

Menurut Prawirohardjo (2014), Notoatmodjo (2017) dan Khofiyah (2019) mengatakan terdapat beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif terbagi menjadi 2 yaitu:

### a. Faktor Internal Ibu

#### 1) Umur

Meskipun usia wanita tidak memiliki pengaruh secara statistik, wanita usia subur cenderung lebih siap dan stabil untuk hamil, melahirkan, merawat, dan menyusui. Oleh karena itu, pemberian ASI eksklusif memiliki tingkat keberhasilan yang lebih tinggi dibandingkan usia non-reproduksi. Dengan kesehatan reproduksi yang baik dan stabil, ibu dapat memenuhi kebutuhan ASI bayinya, termasuk informasi penting mengenai ASI eksklusif.

#### 2) Paritas

Faktor yang mempengaruhi ketidak berhasilan ASI eksklusif salah satunya adalah paritas. Paritas adalah jumlah kelahiran janin yang memenuhi syarat untuk melangsungkan kehidupan. Paritas dapat dibedakan menjadi primipara, multipara dan grandemultipara.

Salah satu faktor yang mempengaruhi niat dalam menyusui yaitu pengalaman. Ibu yang tidak berhasil selama menyusui anak pertama akan sulit untuk menyusui anak berikutnya karena adanya sikap dan pengalaman yang dialami oleh ibu yang kurang baik pada proses menyusui.

### 3) Pekerjaan

Pekerjaan adalah suatu kegiatan yang dilakukan untuk mencari nafkah guna menerima gaji atas pekerjaan yang dilakukan. Pada beberapa penelitian, pekerjaan ibu tidak berpengaruh terhadap perilaku menyusui, karena mayoritas ibu tidak bekerja dan hanya berstatus ibu rumah tangga serta tidak menerima gaji apapun.

### 4) Pendidikan

Tingkat pendidikan merupakan salah satu ukuran untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku ibu tentang ASI Eksklusif, karena semakin tinggi tingkat pendidikan maka proses berpikir akan semakin baik dan fokus. Para ibu dapat memahami secara utuh manfaat dan pentingnya ASI bagi tumbuh kembang putra-putrinya pada 1000 hari pertama kehidupan.

### 5) Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil pemahaman dan terjadi setelah manusia mengalami suatu objek tertentu.

### 6) Kesehatan Ibu

Status kesehatan ibu mempunyai pengaruh yang sangat penting terhadap kelangsungan pemberian ASI. Ibu yang mempunyai penyakit menular atau penyakit payudara dan tidak boleh atau tidak dapat menyusui bayinya.

## **b. Faktor Eksternal Ibu**

### 1) Dukungan Suami

Dukungan suami mempunyai hubungan yang signifikan dengan pemberian ASI eksklusif pada anak usia 0 sampai 6 bulan. Suami yang suportif cenderung meningkatkan peluang pemberian ASI eksklusif.

### 2) Dukungan Keluarga

Dukungan lingkungan keluarga terutama dari suami, orang tua atau kerabat lainnya sangat menentukan keberhasilan pemberian ASI.

### 3) Dukungan Petugas Kesehatan

Tenaga medis profesional dapat membantu dan mendukung ibu memberikan ASI.

#### 4) Pendapatan Keluarga

ASI hanya berkualitas baik jika ibu mengonsumsi makanan dengan kandungan gizi yang baik. Keluarga dengan gizi cukup memungkinkan ibu memberikan ASI eksklusif kepada anaknya lebih tinggi dibandingkan keluarga dengan gizi kurang.

#### 5) Nilai-nilai atau adat budaya

Adat istiadat budaya akan mempengaruhi para ibu untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayinya karena hal tersebut sudah menjadi bagian dari budaya keluarganya. Salah satu adat budaya yang masih banyak dilakukan di masyarakat adalah adat selapanan.

### 6. Cara Menyusui Yang Benar

Teknik menyusui merupakan suatu cara seorang ibu menyusui anaknya untuk memenuhi kebutuhan gizi anak. Posisi menyusui yang tepat yaitu ibu dengan posisi nyaman atau santai, menggunakan kursi yang dilengkapi sandaran punggung dan sandaran tangan. Gunakan bantal untuk menopang bayi agar posisi bayi tidak terlalu jauh dari payudara ibu (Elisabeth & Endang, 2022).

#### a. Cara Memasukkan Putting Susu Ibu Ke Mulut Bayi

Jika memulai dengan payudara kanan maka, letakkan bayi pada dalam siku lengan kanan ibu, sehingga tubuh bayi menghadap tubuh ibu. Tangan kiri bayi diletakkan di pinggang ibu, tangan kanan ibu memegang bokong/paha kanan bayi, menggunakan 4 jari tangan kiri untuk menopang payudara kanan ibu, ibu jari diletakkan di atas namun tidak menutupi bagian gelapnya (areola), sentuhlah mulut bayi dengan puting payudara ibu. Tunggu hingga bayi membuka mulutnya lebar-lebar lalu Masukkan puting ke dalam mulut bayi secepat mungkin hingga bagian hitamnya.

#### b. Teknik Melepas Hisapan Bayi

Setelah menyusui bayi kurang lebih 10 menit, lepaskan hisapan bayi dengan cara:

- 1) Memasukkan jari kelingking ibu yang bersih ke sudut mulut bayi

- 2) Tekan dagu bayi kebawah dengan lembut
- 3) Menutup lubang hidung bayi untuk membuka mulut bayi
- 4) Jangan menarik puting untuk melepaskannya.

**c. Cara Menyendawakan Bayi Setelah Minum ASI**

Setelah bayi melepaskan isapannya, sendawakan bayi sebelum menyusui pada payudara yang lain dengan cara:

- 1) Letakkan bayi pada bahu ibu, tepuk lembut punggung bayi hingga bayi bersendawa
- 2) Bayi dibaringkan telungkup di pangkuan ibu dan punggungnya diusap.

**d. Tanda-Tanda Teknik Menyusui Sudah Baik Dan Benar**

- 1) Bayi tenang
- 2) Mulut bayi terbuka lebar
- 3) Bayi menempel dengan baik pada ibu
- 4) Mulut dan dagu bayi menempel pada payudara
- 5) Areola ibu sebagian besar tertutup oleh mulut bayi
- 6) Bayi tampak menyusui perlahan
- 7) Telinga dan lengan bayi berada pada garis lurus yang sama.

**7. Permasalahan Laktasi / Menyusui**

Kegagalan menyusui seringkali disebabkan oleh sejumlah masalah baik bagi ibu maupun bayinya. Permasalahan ibu yang terjadi selama menyusui dapat dimulai sebelum kelahiran, pada awal masa nifas, dan pada masa nifas. Masalah menyusui juga bisa disebabkan oleh keadaan khusus. Selain itu, seringkali para ibu mengeluh bayinya sering menangis karena ASI yang kurang atau ASI yang kurang enak, tidak enak atau apapun yang mereka pikirkan sehingga seringkali membuat mereka memutuskan untuk berhenti menyusui. Permasalahan bayi yang umumnya berkaitan dengan manajemen laktasi antara lain (Elisabeth & Endang, 2022):

**a. Kurang Atau Kesalahan Informasi**

Banyak ibu yang menganggap susu formula sama baiknya atau lebih baik dari ASI. Oleh karena itu, mereka segera memberikan susu formula

jika merasa ASInya kurang. Masih banyak tenaga medis yang tidak memberikan informasi pada saat pemeriksaan kehamilan atau saat memulangkan bayi.

#### **b. Putting Datar Atau Terbenam**

Putting yang kurang menguntungkan seperti ini sebenarnya tidak terlalu menjadi masalah. Cara paling efektif untuk memperbaiki kondisi ini adalah dengan hisapan langsung bayi yang kuat.

#### **c. Putting Lecet**

Putting lecet bisa disebabkan oleh trauma pada puting saat menyusui. Selain itu, retakan dan pembentukan celah dapat terjadi. Putting pecah-pecah bisa sembuh dengan sendirinya dalam waktu 48 jam.

#### **d. Payudara Bengkak**

Pembengkakan payudara adalah suatu kondisi dimana payudara tampak lebih berisi (kencang) akibat nyeri sekitar hari ketiga atau keempat setelah melahirkan. Biasanya akibat statis pada pembuluh darah vena dan pembuluh limfe, pertanda ASI mulai keluar lebih banyak. Pembengkakan sering terjadi pada payudara yang tidak elastis. Namun jika payudara membengkak dan ibu tidak mengeluarkan ASI, maka ASI akan menumpuk di payudara. Cara aman untuk mencegah pembengkakan payudara adalah dengan segera menyusui bayi setelah lahir, menyusui lebih sering, dan menggunakan pompa ASI manual.

#### **e. Mastitis**

Mastitis adalah peradangan pada payudara, mastitis ini bisa terjadi kapan saja saat ibu sedang menyusui. Namun, paling sering terjadi antara hari ke 10 dan 28 setelah kelahiran. Gejala mastitis adalah nyeri dan bengkak di sebagian atau seluruh area payudara, payudara berwarna merah, payudara terasa keras dan menggumpal, serta demam. Untuk mengatasi masalah tersebut, disarankan untuk mengonsumsi makanan bergizi dan istirahat yang cukup. Bayi sebaiknya mulai menyusui saat payudaranya meradang, diberikan antibiotik untuk mengatasi infeksi, pengobatan analgesik untuk meredakan nyeri, dan kompres hangat pada payudara (Elisabeth & Endang, 2022).

## **8. Cara Ukur ASI Eksklusif**

ASI yang disebut ASI Eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada Bayi sejak dilahirkan hingga 6 bulan, tanpa menambahkan atau mengganti dengan makanan atau minuman lain seperti air putih, pisang, buah-buahan halus, air tajin, susu formula dan lain sebagainya (Hatta et al., 2021).

## **B. Paritas**

### **1. Pengertian**

Paritas adalah kelahiran bayi yang mampu bertahan hidup. Paritas dicapai pada usia kehamilan 20 minggu atau berat janin 500 gram (Varney, 2010).

Paritas sangat berpengaruh sekali terhadap penerimaan seseorang terhadap pengetahuan, semakin banyak pengalaman seorang ibu maka penerimaan akan pengetahuan akan semakin mudah. Dimana sesuatu yang dialami seseorang akan menambah pengetahuan yang didapat. Pengalaman sebagai sumber pengetahuan adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi dimasa lalu (Prawirohardjo, 2014).

Paritas merupakan jumlah anak yang pernah dilahirkan oleh seorang ibu. Pengaruh paritas dalam menyusui adalah pengalaman pemberian ASI eksklusif, menyusui pada anak sebelumnya, kebiasaan menyusui dalam keluarga serta pengetahuan tentang manfaat ASI berpengaruh terhadap keputusan ibu untuk menyusui atau tidak. Sebuah studi di Indonesia menunjukkan bahwa ibu multipara lebih sering memberikan ASI eksklusif dibandingkan ibu primipara. Analisis terhadap 10 artikel menunjukkan bahwa mayoritas ibu multipara memberikan ASI eksklusif kepada bayinya dikarenakan Ibu multipara memiliki pengetahuan dan pengalaman langsung dalam menyusui dari kelahiran sebelumnya. Pengalaman ini meningkatkan rasa percaya diri dan keterampilan dalam menyusui, yang berkontribusi pada keberhasilan dan durasi menyusui yang lebih lama pada kelahiran berikutnya (Puspita, 2023).

## 2. Klasifikasi

Menurut Varney (2010), istilah paritas dibagi menjadi tiga macam, antara lain:

### a. Primiparitas

Primiparitas adalah kelahiran bayi hidup untuk pertama kali dari seorang wanita.

### b. Multiparitas

Multiparitas atau pleuriparitas adalah kelahiran bayi hidup dua kali atau lebih dari seorang Wanita.

### c. Grande-multiparitas

Grande-multiparitas adalah kelahiran 5 orang anak atau lebih dari seorang wanita.

## C. Pendidikan

### 1. Pengertian

Pendidikan merupakan bimbingan yang diberikan oleh orang lain agar perkembangan kehidupan seseorang menuju ke arah cita-cita tertentu. Makin tinggi pendidikan seseorang, kemampuan dalam menerima informasi akan semakin baik, sehingga dapat berfikir secara rasional. Menurut *Dictionary of Education* Pendidikan dapat diartikan sebagai suatu proses dimana seseorang mengembangkan kemampuan sikap dan bentuk tingkah laku lainnya dalam masyarakat dan kebudayaan. Pada umumnya semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin baik pula tingkat pengetahuannya (Hariyanto, 2023).

Pendidikan di Indonesia pada dasarnya merupakan kewajiban Pemerintah Republik Indonesia. Semua warga negara diharapkan mengikuti kurikulum pendidikan jangka panjang, yang meliputi enam tahun di sekolah dasar (SD)/ Madrasah Ibtidaiyah (MI) dan tiga tahun sekolah menengah pertama (SMP)/ Madrasah Tsanawiyah (MTS). Setelah menyelesaikan sekolah menengah pertama maka harus menghabiskan tiga tahun di SMA/ sederajat sebelum mulai kuliah. Dua jenis pendidikan di Indonesia adalah pendidikan formal dan pendidikan non-formal (Nasional U-USP, 2003).



Pendidikan orang tua merupakan salah satu faktor penting dalam tumbuh kembang anak. Karena dengan pendidikan yang baik, maka orang tua dapat menerima segala informasi dari luar terutama tentang cara pengasuhan anak yang baik, asupan gizi yang sesuai, sehingga orang tua dapat menjaga kesehatan anaknya, pendidikan dan sebagainya (Andriani & Olivia, 2019).

Pendidikan sangat penting untuk membangun dan membentuk karakter manusia, yang pada akhirnya output dari pendidikan tersebut yang akan menjadi sumber daya Pembangunan. Tingkat pendidikan ibu yang rendah mengakibatkan kurangnya pengetahuan ibu dalam menghadapi masalah, terutama dalam pemberian ASI eksklusif. Pengetahuan ini diperoleh baik secara formal maupun informal. Ibu-ibu yang mempunyai tingkat pendidikan tinggi umumnya terbuka menerima perubahan atau hal-hal baru guna pemeliharaan kesehatan. Pendidikan berkaitan dengan pengetahuan ibu menyusui dalam memberikan ASI Eksklusif, hal ini dihubungkan dengan tingkat pengetahuan ibu bahwa seseorang yang berpendidikan lebih tinggi akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas dibandingkan dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah (Yuliasri, 2022).

Tingkat pendidikan merupakan salah satu indikator sosial dalam masyarakat karena melalui pendidikan sikap tingkah laku manusia dapat meningkat dan berubah citra sosialnya. Pendidikan ibu merupakan modal utama dalam menunjang ekonomi keluarga, juga berperan dalam penyusunan makan keluarga serta pengasuhan dan perawatan anak (Andriani & Olivia, 2019).

## **2. Kategori Tingkat Pendidikan**

Kategori pendidikan menurut Nasional U-USP (2003):

- a. Pendidikan Rendah (SD/MI dan SMP/MTs)
- b. Pendidikan Tinggi (SMA/SMK/MAN dan Perguruan tinggi/ Sarjana)

## **D. Penelitian Terkait**

### **1. Hubungan Paritas dengan pemberian ASI Eksklusif**

- a. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan (Indriani et al., 2022) yang berjudul “Pengaruh Paritas, Pekerjaan Ibu, Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga terhadap Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Bayi” diketahui bahwa Ibu yang memiliki paritas  $<3$  akan meningkatkan pemberian ASI eksklusif daripada ibu bayi yang memiliki paritas  $\geq 3$  yaitu (OR=2.47; CI 95%=1.21 hingga 3.72;  $p < 0.000$ ). Adanya hubungan antara paritas dengan pemberian ASI Eksklusif.
- b. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan (Kusuma et al., 2023) yang berjudul “Hubungan Paritas dan Pekerjaan ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif” mengatakan bahwa dari 32 ibu primipara yang memberikan ASI eksklusif hanya 10 orang (31,2%), kemudian 49 ibu multipara dan yang memberikan ASI eksklusif hanya 15 orang (30,6%). Hasil uji statistik chi square didapatkan p value = 1,000 ( $>0,05$ ), maka dapat disimpulkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara paritas ibu dengan pemberian ASI eksklusif.

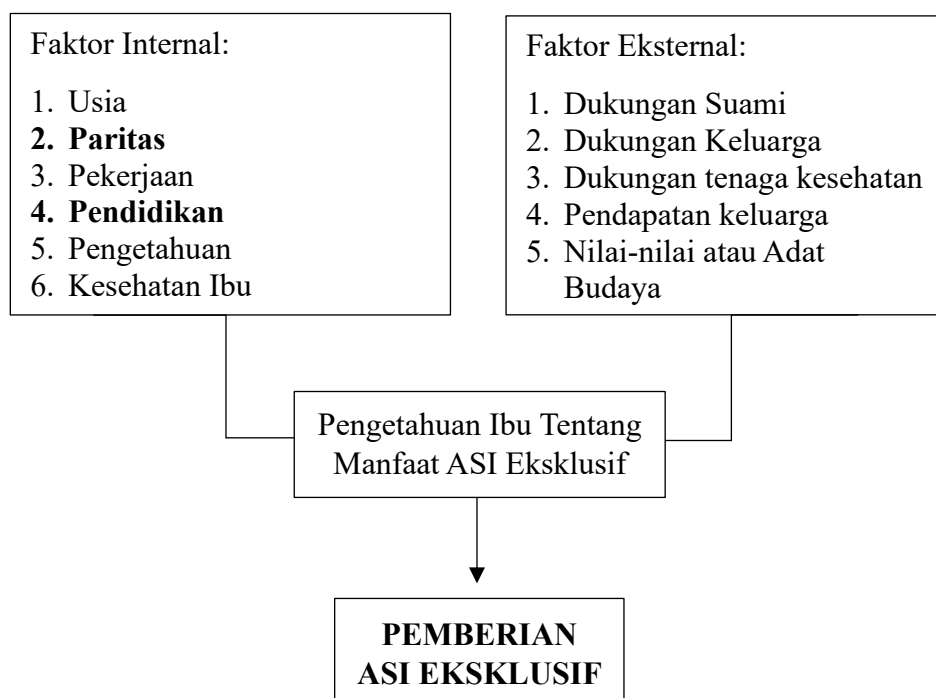
### **2. Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif**

- a. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Mariska, 2022) yang berjudul “Hubungan Pengetahuan, Sikap Ibu Dan Dukungan Suami Terhadap Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu menyusui Di Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu” diketahui hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Tingkat Pendidikan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi, yang didukung oleh hasil analisis dengan menggunakan analisis Chi Square diperoleh nilai p-value sebesar 0,016 ( $p < 0,05$ ). Hasil ini dapat disimpulkan bahwa pendidikan ibu yang memiliki bayi usia 7-12 bulan tidak signifikan terhadap pemberian ASI eksklusif.
- b. Hasil penelitian tersebut diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yuliasri, 2022) yang berjudul “Hubungan Tingkat Pendidikan Terhadap Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Cara Memerah Dan

Menyimpan Air Susu Ibu (ASI)” diketahui bahwa Hasil uji statistik menggunakan chi square diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,000, karena nilai signifikansi  $p < 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak, artinya terdapat hubungan antara tingkat pendidikan dengan pengetahuan ibu menyusui tentang cara pemerahan dan menyimpan air susu ibu (ASI).

### E. Kerangka Teori

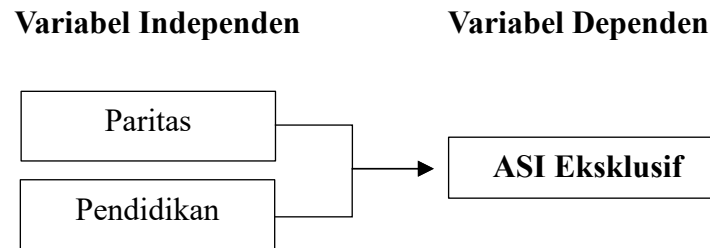
Kerangka teori adalah hubungan antar konsep berdasarkan teori yang berkaitan dengan permasalahan yang akan diteliti agar penelitian mempunyai wawasan yang luas sebagai dasar untuk mengembangkan atau mengidentifikasi variabel-variabel yang akan diteliti (Notoatmodjo, 2018).



Gambar 1. Kerangka Teori  
(Prawirohardjo (2014), Notoatmodjo (2017) dan Khofiyah, (2019))

### F. Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah uraian dan visualisasi hubungan atau kaitan antara konsep satu terhadap konsep yang lainnya, atau antara variabel yang satu dengan variabel yang lain dari masalah yang ingin diteliti (Notoatmodjo, 2010).



Gambar 2. Kerangka Konsep

## G. Variabel Penelitian

Menurut Steen & Roberts (2011) variabel penelitian pada dasarnya adalah suatu hal yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut kemudian ditarik kesimpulannya.

### 1. *Variabel Dependen* (Variabel Terikat)

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Pada penelitian ini yang menjadi variabel dependen adalah Pemberian ASI Eksklusif.

### 2. *Variabel Independent* (Variabel Bebas)

Variabel bebas adalah variabel yang diukur, dimanipulasi, atau dipilih oleh peneliti untuk menentukan hubungan atau dampaknya terhadap fenomena yang diamati. Pada penelitian ini yang menjadi variabel independen adalah Paritas dan Tingkat Pendidikan Ibu.

## H. Hipotesis

Hipotesis merupakan suatu pendapat atau kesimpulan yang sifatnya masih sementara (Notoatmodjo, 2010).

- Ha : Ada hubungan Paritas dengan pemberian ASI Eksklusif di desa Gedung Ratu Kabupaten Tulang Bawang Barat.
- Ha : Ada hubungan Tingkat Pendidikan ibu dengan pemberian ASI Eksklusif di desa Gedung Ratu Kabupaten Tulang Bawang Barat.

## I. Definisi Oprasional

Definisi operasional adalah definisi variabel-variabel yang akan diteliti secara operasional di lapangan (Steen & Roberts, 2011).

**Tabel 2. Definisi Oprasional**

| No | Variabel                | Definisi                                                                                                                            | Cara Ukur | Alat Ukur   | Hasil Ukur                                                              | Skala   |
|----|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------|-------------------------------------------------------------------------|---------|
| 1. | Pemberian ASI Eksklusif | Hasil jawaban responden tentang Pemberian ASI saja sampai bayi usia 6 bulan tanpa diberikan makanan/ minuman pendamping selain ASI. | Angket    | Kuisisioner | 0: Eksklusif<br><br>1: Non Eksklusif                                    | Ordinal |
| 2. | Paritas                 | Hasil jawaban responden tentang Jumlah anak yang dilahirkan sampai saat ini.                                                        | Angket    | Kuisisioner | 0: (Multi-paritas) >2 orang anak<br><br>1: (Primi-paritas) 1 orang anak | Ordinal |
| 3. | Tingkat Pendidikan      | Hasil jawaban responden tentang Ijazah pendidikan terakhir yang dimiliki.                                                           | Angket    | Kuisisioner | 0: pendidikan tinggi<br><br>1: pendidikan rendah                        | Ordinal |