

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

1.5 Konsep Asi Eksklusif

1.5.1 Pengertian Asi Eksklusif

Air Susu Ibu (ASI) adalah susu yang paling baik untuk dikonsumsi seorang bayi di umur 0-6 bulan pertamanya atau bahkan sampai 2 tahun, yang bermanfaat bagi pertumbuhan otak dan tumbuh kembang pada bayi (Rochmawati et al., 2021). Menurut WHO (2023). Asi Eksklusif merupakan bayi hanya menerima air susu ibu dan tidak ada cairan atau padatan lain bahkan air, kecuali larutan rehidrasi oral atau tetes/sirup vitamin, mineral, atau obat-obatan WHO juga melaporkan pemberian ASI secara eksklusif hingga usia enam bulan bisa mencegah kematian lebih dari 200 ribu bayi setiap tahun (RI, 2023). Menurut Kementerian Kesehatan RI (2020) Asi Eksklusif adalah air susu yang hanya dihasilkan dari air susu ibu yang tidak boleh dicampur atau digabungkan dengan makanan lain kecuali air mineral, vitamin dan obat hingga beranjak pada usia 6 bulan.

1.5.2 Komposisi Asi

Menurut (RI, 2022), ASI mengandung nutrisi dalam jumlah besar dan bervariasi. Komposisi ASI berubah dari waktu ke waktu, tergantung kebutuhan dan usia bayi. ASI dibagi menjadi tiga tahap tergantung periodenya yaitu:

1. Kolostrum (ASI hari 1-7)

Kolostrum adalah ASI pertama yang keluar yang berupa cairan berwarna kekuningan yang keluar beberapa hari setelah lahir. Kolostrum mengandung 8,5% protein tinggi, 3,5% rendah karbohidrat, 2,5% lemak, 0,4%

garam dan mineral, serta 85,1% air dan vitamin yang larut dalam lemak. Kandungan protein kolostrum lebih tinggi dibandingkan ASI matur, dan kandungan laktosa lebih rendah dibandingkan ASI matur.

2. Asi Masa Transisi (hari 7-14)

ASI masa transisi ini adalah peralihan dari kolostrum ke ASI matang. Kandungan proteinnya menurun, namun kandungan lemak, laktosa, vitamin larut air, dan jumlah ASI meningkat. Peningkatan volume ASI dipengaruhi oleh lamanya menyusui, setelah itu digantikan oleh ASI matur.

3. Asi Matur

ASI matur adalah ASI yang dikeluarkan sejak hari ke-14 dan komposisinya relatif tetap. ASI orang dewasa terbagi menjadi dua, yaitu. susu awal atau susu primer dan susu akhir atau susu sekunder. Early milk adalah ASI yang keluar pada setiap awal menyusui, sedangkan late milk adalah ASI yang keluar pada setiap akhir menyusui. Susu dini memenuhi kebutuhan air bayi. Jika bayi mendapat kolostrum dalam jumlah banyak, maka seluruh kebutuhan airnya terpenuhi. Susu terakhir memiliki lebih banyak lemak dibandingkan susu pertama, sehingga susu terakhir tampak lebih putih dibandingkan susu pertama. Lemak memberikan banyak energi. Bayi sebaiknya diberikan kesempatan menyusu dalam jangka waktu yang lebih lama agar dapat memperoleh kolostrum berlemak sebanyak-banyaknya. Nutrisi dalam ASI berasal dari tiga sumber, sebagian nutrisi dari sintesis sel susu, sebagian dari makanan, dan sebagian lagi dari ibu.

1.5.3 Manfaat dan Tujuan Asi Eksklusif

Menurut (RI, 2023). Asi sangat bermanfaat bagi bayi karena kandungan nutrisi yang ada pada asi tidak ada pada makanan lain termasuk susu formula. Asi eksklusif sangat bermanfaat bagi bayi. Berikut adalah beberapa manfaat kesehatan Asi Eksklusif bagi bayi adalah sebagai berikut:

1. Mengandung zat gizi sesuai kebutuhan bayi yang berguna untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan fisik serta kecerdasan.
2. Melindungi bayi dari alergi.
3. Aman dan terjamin kebersihannya, karena langsung disusukan kepada bayi dalam keadaan segar.
4. Membantu dalam memperbaiki refleks menghisap, menelan dan pernapasan bagi bayi.
5. Bayi dapat lebih sehat, lincah dan tidak cengeng.
6. Bayi tidak sering sakit.

Selain manfaat pada bayi, Asi eksklusif juga sangat bermanfaat bagi ibu, berikut adalah beberapa manfaat Asi Eksklusif bagi ibu sebagai berikut:

1. Mengatasi rasa trauma pasca persalinan

Asi Eksklusif memiliki peranan penting untuk membantu seorang ibu dalam mengatasi trauma pasca persalinan. Apalagi pada seorang ibu yang baru melahirkan anak untuk pertama kalinya (primigravida). Dengan kehadiran seorang buah hati yang baru hadir di hidup mereka, perlahan-lahan trauma tersebut akan hilang karena ibu dapat merasakan kebahagiaan dalam memberi asuhan untuk bayi pertamanya. Proses menyusui juga memicu pelepasan oksitosin, hormon yang memperkuat ikatan emosional antara ibu dan anak.

2. Meningkatkan kesehatan mental ibu

Pemberian ASI eksklusif meningkatkan kesehatan mental ibu karna kehadiran bayi dan ikatan antara ibu dan anak yang tercipta melalui pemberian ASI mengurangi risiko depresi pasca melahirkan dan sindrom baby blues.

3. Mencegah risiko kanker payudara dan ovarium

Pemberian ASI eksklusif juga membantu mengurangi risiko ibu terkena kanker payudara dan ovarium karena selama menyusui, kadar hormon estrogen dalam tubuh ibu menurun yang merupakan faktor risiko terjadinya kanker payudara dan ovarium.

1.6 Ibu Primipara

1.6.1 Definisi Ibu Primipara

Primipara adalah seorang wanita yang melahirkan untuk pertama kalinya, ibu primipara kurang pengalaman dalam merawat bayi dibandingkan dengan ibu multipara yang sudah memiliki pengalaman sebelumnya (Fitriani & Syahputri, 2019). Bagi ibu yang baru pertama kali hamil dan pertama melahirkan belum memiliki pengalaman banyak tentang merawat bayi termasuk memberikan ASI pada bayinya. Motivasi ibu untuk memberikan ASI eksklusif selama enam bulan sangatlah penting. Maka pentingnya dorongan dan dukungan dari keluarga dalam memberikan motivasi ibu dalam menyusui (Sulistyowati et al., 2020).

1.6.2 Faktor Karakteristik khusus Ibu Primipara yang dapat mempengaruhi dalam memberikan Asi Eksklusif

Menurut (Feriyal et al., 2023) terdapat faktor internal yang mempengaruhi ibu dalam pemberian Asi Eksklusif yaitu sebagai berikut:

1.6.2.1 Faktor Internal

1. Usia

Faktor usia ibu mempunyai dukungan yang signifikan terhadap pemberian ASI eksklusif, karena usia ibu di bawah 20 tahun merupakan masa pertumbuhan yang melibatkan organ reproduksi. Semakin muda ibu, semakin sedikit ASI yang diterima bayinya. Hal ini disebabkan oleh tuntutan sosial, tanggung jawab ibu, dan tekanan sosial yang dapat mempengaruhi produksi ASI. Hal tersebut sangat erat kaitannya dengan dukungan keluarga pada ibu yang melahirkan anak pertamanya. Usia 20 hingga 35 tahun merupakan usia ideal ibu untuk produksi ASI optimal serta pematangan fisik dan mental ibu. Setelah usia 35 tahun, organ reproduksi sudah melemah dan pemberian ASI eksklusif tidak maksimal.

2. Pendidikan

Edukasi orang tua dan anggota keluarga, khususnya ibu bayi, merupakan faktor penting dalam memastikan bayi mampu memberikan ASI eksklusif. Rendahnya tingkat pendidikan menyebabkan sulitnya menerima penyuluhan tentang ASI eksklusif. Tingkat pendidikan yang sesuai memudahkan penyerapan informasi terutama mengenai pemenuhan kebutuhan gizi anak, dan menjamin kecukupan gizi anak. Secara umum, ibu dengan pendidikan tinggi lebih terbuka terhadap hal-hal baru dan terbuka terhadap perubahan agar tetap sehat, terutama dalam hal pemberian ASI eksklusif.

3. Paritas

Kebanyakan ibu yang baru pertama kali menjadi ibu khawatir tentang bagaimana jadinya hidup merawat bayi. Ibu yang baru pertama kali melahirkan

harus beradaptasi dengan keadaan pasca melahirkan, sedangkan ibu yang sudah pernah melahirkan sudah terbiasa dengan kehadiran anggota keluarga baru. Diperkuat dengan penelitian Ayalew (2020) yang menyebutkan bahwa kurangnya pengalaman menyusui dapat mempengaruhi ibu yang baru pertama kali mengalami komplikasi payudara karena teknik praktik menyusui yang tidak tepat. Pentingnya dukungan dari keluarga terdekat seperti orang tua dan mertua yang sudah mempunyai pengalaman sebelumnya untuk mendukung pemberian Asi Eksklusif.

4. Pekerjaan

Ibu yang bekerja memiliki waktu yang kurang dalam mengurus bayinya oleh karena itu ibu cenderung memberikan susu formula atau makanan tambahan lainnya pada bayi di bawah usia 6 bulan atau memberikan bayinya untuk diasuh oleh anggota keluarga lainnya ketika ibu pergi bekerja. Kesulitan yang dihadapi perempuan untuk menyeimbangkan pekerjaan dengan pengasuhan anak, serta dukungan yang tidak memadai dari keluarga membuat ibu mengalami kesulitan dalam pemberian Asi Eksklusif.

5. Motivasi

Dukungan psikologis mempunyai dukungan yang signifikan terhadap produksi ASI seorang ibu. Memaksimalkan produksi ASI memerlukan kepercayaan pada diri sendiri. Adanya faktor pendukung positif dari keluarga dan teman menyusui dapat memicu produksi hormon oksitosin (Sabrina, 2019)

6. Sikap

Sikap positif seorang ibu dalam menyusui bayinya juga meningkatkan produksi ASI. Ibu juga harus menghindari stres, depresi, dan kelelahan karena produksi ASI menurun (Sabrina, 2019)

7. Kondisi Kesehatan Ibu

Dalam situasi tertentu, bayi mungkin tidak menerima ASI sama sekali. Misalnya, jika dokter melarang ibu menyusui karena mengidap penyakit jantung berat atau penyakit lain yang dapat membahayakan ibu atau anak, atau jika ibu terkena Infeksi virus yang serius (Sabrina, 2019)

1.6.2.2 Faktor Eksternal

1. Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga berarti membantu ibu memberikan ASI, mendukung perawatan emosional ibu pada bayi, dan menyiapkan pola makan terbaik bagi ibu menyusui. Dukungan keluarga juga sangat penting dalam pelaksanaannya. Keluarga juga memberikan dukungan emosional dan praktik kepada ibu hamil. Salah satu keluarga yang berperan aktif adalah suami yang memberikan dukungan emosional dan bantuan instrumental lainnya dalam pemberian ASI. Dukungan keluarga terhadap ibu dalam memberikan ASI eksklusif sebagai salah satu faktor eksternal yang sangat besar dukungannya bagi ibu dalam memberikan ASI eksklusif (Sepjuita Audia et al., 2023)

2. Dukungan Petugas Kesehatan

Perawat, dan tenaga kesehatan lain, bahkan petugas kesehatan masyarakat harus dapat membantu ibu untuk merasa percaya diri dalam memberikan ASI eksklusif sejak sebelum hamil hingga minimal enam bulan setelah kelahiran dan hingga anak berulang tahun ke dua, harus mampu memberikan edukasi dan motivasi.

1.7 Konsep Motivasi

1.7.1 Pengertian Motivasi

Menurut Morgan pada (Abnisa, 2020). Motivasi diartikan sebagai pendorong atau penggerak. Motivasi merupakan salah satu faktor yang membuat seorang ibu memberikan ASI eksklusif pada bayinya, karena bagi seorang ibu motivasi merupakan kekuatan internal dan eksternal yang memotivasi dirinya untuk mencapai suatu tujuan tertentu(Maulida, 2021). Motivasi yang baik, bisa meningkatkan frekuensi menyusui. Dengan motivasi yang tepat diharapkan keberhasilan pemberian ASI dapat sesuai dengan yang diharapkan(Wardani et al., 2020)

1.7.2 Jenis Motivasi

Menurut (Vitari A., 2015) pada (Novita., A 2020) dibagi menjadi dua yaitu:

1. Motivasi Instrinsik

Motivasi ini dasarnya tidak datang dari luar, melainkan setiap individu sudah ada dorongan sendiri akan sesuatu yang di inginkan. Motivasi instrinsik datang kesadaran hati.

2. Motivasi Ekstrinsik

Berbeda dengan motivasi instrinsik, motivasi ekstrinsik kebalikannya yaitu motivasi ini butuh perangsang. Artinya butuh orang lain sehingga perlu seseorang untuk berbuat sesuatu.

1.7.3 Fungsi Motivasi

Nasution pada (Abnisa, 2020) mengatakan fungsi motivasi dibagi menjadi tiga yaitu:

1. Motivasi mendorong perilaku. Tanpa motivasi, tidak akan ada perubahan.
2. Motivasi bertujuan untuk mengarahkan perilaku untuk mencapai tujuan.
3. Motivasi dikatakan sebagai penggerak yang menentukan konsistensitas dalam menyelesaikan aktivitas atau sesuatu yang menjadi tujuan.

1.7.4 Tujuan motivasi

Ahmad rohani pada (Abnisa, 2020) mengatakan fungsi motivasi menjadi tiga bagian

1. Memberi semangat agar seseorang tetap berminat melakukan sesuatu
2. Memberi perhatian agar dapat mencapai tujuan-tujuan yang diinginkan
3. Membantu memberi kebutuhan akan hasil yang ingin di capai.

1.8 Dukungan Keluarga

1.8.1 Definisi Dukungan Keluarga

Menurut Friedman (2013), dukungan keluarga adalah sikap dan perilaku anggota keluarga yang menerimanya dalam bentuk dukungan informasional, dukungan evaluatif, dukungan instrumental, dan dukungan emosional. Dukungan keluarga merupakan suatu bentuk hubungan interpersonal yang melibatkan sikap,

perilaku, dan penerimaan anggota keluarga sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikannya. Dukungan adalah sebuah upaya moril dan materil yang dilakukan untuk memotivasi orang lain agar ikut serta dalam suatu kegiatan. seperti memberikan dukungan terhadap pemberian ASI Eksklusif. Dukungan dan bantuan dari orang lain dan orang-orang terdekat sangat besar peranannya dalam berhasil tidaknya pemberian ASI. Semakin banyak dukungan yang diterima untuk terus menyusui, semakin besar pula kemauan atau motivasi untuk memberikan Asi Eksklusif. Dukungan keluarga merupakan faktor ksternal yang paling besar dukungannya terhadap keberhasilan ASI Eksklusif (Sulistyowati et al., 2020).

1.8.2 Fungsi Dukungan Keluarga

Friedman (2013) membagi fungsi dukungan keluarga menjadi 4 bentuk yaitu sebagai berikut:

1. Dukungan Emosional

Dukungan emosional mencakup ekspresi dalam berempati, perhatian, mendorong, kehangatan pribadi, kasih sayang

2. Dukungan Instrumental

Dukungan instrumental artinya keluarga merupakan sumber bantuan yang praktis dan nyata, seperti kebutuhan finansial, makanan, minuman, dan istirahat

3. Dukungan Informasional

Dukungan informasi menggambarkan peran anggota keluarga sebagai penyedia informasi, memberikan nasihat, saran, dan informasi yang dapat digunakan anggota keluarga untuk memperjelas permasalahan. Aspek

dukungan ini meliputi pemberian nasehat, saran, masukan, bimbingan dan informasi.

4. Dukungan Penilaian

Keluarga berperan sebagai pembimbing dan mediator dalam pemecahan masalah, sebagai sumber dan penegas jati diri keluarga, termasuk memberikan dukungan, penghargaan, dan pertimbangan.

1.8.3 Contoh Dukungan Keluarga Kepada Ibu Menyusui

Menurut (Hidayati et al., 2021). Terdapat beberapa contoh dukungan dari keluarga kepada ibu yang sedang menyusui

1. Dukungan Emosional

Dukungan emosional mencakup ekspresi dalam berempati, perhatian, mendorong dan memberikan semangat dari pihak keluarga yaitu suami dan orang tua kepada ibu menyusui sehingga ibu merasa aman dan damai.

2. Dukungan Instrumental

Dukungan instrumental artinya keluarga merupakan sumber bantuan yang praktis dan nyata, artinya seorang keluarga khususnya suami mendukung seorang istri secara materi sehingga meringankan beban istri yang sedang menyusui bayinya. Selain memberikan materi suami juga bisa mendukung secara nyata dengan membantu mencuci pakaian, mengurus bayi, menemani istri sehingga mengurangi perasaan stress pada istri.

3. Dukungan Informasional

Dukungan ini berupa pemberian informasi dari keluarga khususnya orang tua dan mertua dari pengalaman sebelumnya. Memberikan informasi kepada ibu primipara yang minim informasi dan pengalaman dalam hal menyusui. Karna

informasi dapat mempengaruhi persepsi seorang ibu dalam memberikan ASI Eksklusif.

4. Dukungan Penilaian

Penilaian adalah bentuk dukungan keluarga berupa bimbingan, penghargaan kepada istri memberikan kalimat positif kepada istri seperti memuji dengan ungkapan kagum kepada istri.

1.9 Studi Terdahulu Tentang Dukungan Keluarga dan Pemberian ASI Eksklusif

1.9.1 Tinjauan Peneliti Sebelumnya yang telah Menginfestigasi Dukungan Antara Dukungan Keluarga dengan Pemberian ASI Eksklusif.

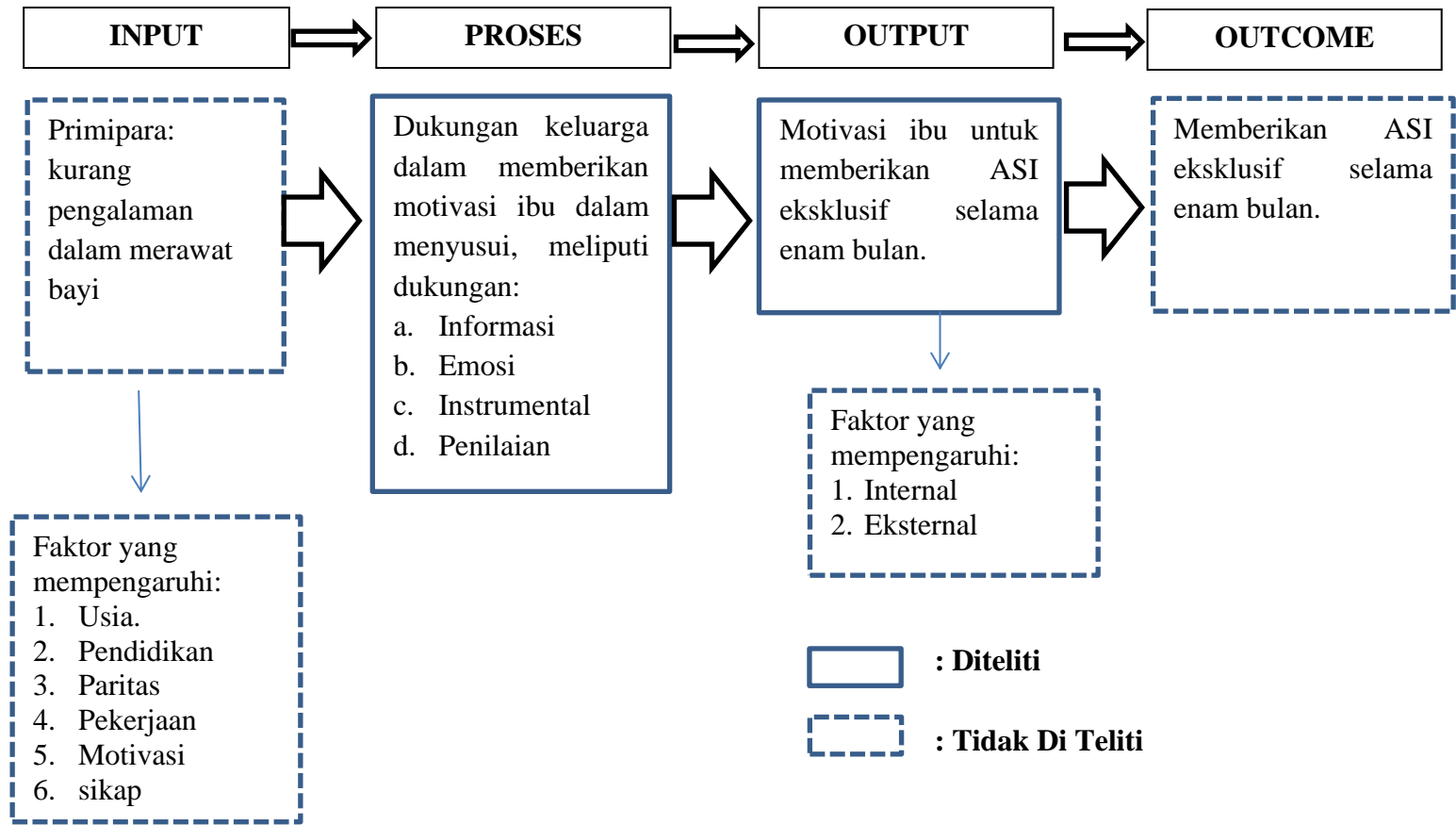
Ibu yang tidak mendapat dukungan dari suami atau anggota keluarganya untuk memberikan ASI eksklusif mempunyai kemungkinan 9,854 kali lebih besar untuk tidak memberikan ASI eksklusif. Masih kakunya budaya dan tradisi menyusui bayi yang menangis seringkali menyulitkan ibu untuk memberikan ASI eksklusif. Arahan orang tua dan kerabat yang bersikeras untuk memberikan MPASI sejak dini dapat membingungkan para ibu muda, terutama jika mereka menuruti keinginan keluarga (Feriyal et al., 2023)

Ibu yang mendapat dukungan keluarga lebih besar kemungkinannya untuk memberikan ASI eksklusif dibandingkan ibu yang tidak mendapat dukungan keluarga. Secara statistik, terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan pemberian ASI eksklusif (Susanti & Hety, 2021)

Suami dan anggota keluarga lainnya dapat berperan aktif dalam menyusui dengan memberikan dukungan emosional atau dukungan praktis lainnya.

Kesuksesan seorang ibu tidak lepas dari peran keluarganya. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan pemberian ASI eksklusif (Lindawati, 2019).

1.10 Kerangka Teori



Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual sumber modifikasi (Fitriani & Syahputri, 2019). (Sulistyowati et al., 2020)