# BAB I

# PENDAHULUAN

## 1.1. Latar Belakang

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi optimal bagi bayi baru lahir, menyediakan antibodi, vitamin, dan nutrisi esensial yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Menurut *World Health Organitation* (WHO), ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan dapat mencegah hingga 13% kematian anak di bawah usia lima tahun secara global, dengan manfaat jangka panjang seperti peningkatan kecerdasan dan kekebalan tubuh. Produksi ASI yang cukup sangat bergantung pada asupan nutrisi ibu, termasuk kalori, protein, dan cairan, yang mempengaruhi hormon prolaktin dan oksitosin. Data terbaru dari *United Nations Children's Fund* (UNICEF) menunjukkan bahwa pada tahun 2022, hanya 48% bayi di dunia menerima ASI eksklusif, dengan angka yang lebih rendah di negara berkembang akibat kurangnya pengetahuan nutrisi ibu (UNICEF, 2022).

Menurut (WHO), cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia menunjukkan 66,4% pada tahun 2024. Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa pada tahun 2023, persentase bayi yang mendapatkan ASI eksklusif di Jawa Timur adalah 72,68%, dan meningkat menjadi 73,59 % pada tahun 2024. Di Kota Kediri pada tahun 2024 memiliki capaian yang lebih tinggi, yakni 74,60%, melampaui rata-rata Jawa Timur sebesar 1,01%. Di Puskesmas Sukorame pada tahun 2024

capian ASI Eksklusif mencapai 85,51% dan mengalami penurunan pada tahun 2025 yaitu mencapai 73,8%. Namun, meskipun persentase ini cukup tinggi, capaian tersebut masih berada di bawah target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) yang menetapkan angka minimal 80% untuk pemberian ASI eksklusif. (Badan Pusat Statistik, 2024).

Salah satu masalah utama yang kerap dialami seorang ibu ketika menyusui adalah produksi ASI yang sedikit. Produksi ASI sedikit dapat disebabkan oleh beberapa hal, mulai dari pelekatan yang tidak benar, intensitas menyusui yang kurang, asupan nutrisi ibu yang kurang, penyakit tertentu, dll. Keadaan ini berpengaruh terhadap kesehatan ibu pada masa nifas serta dapat berdampak pada bayi, berupa kesulitan dalam menyusu sehingga kebutuhan ASI tidak terpenuhi secara optimal. Tingkat pengetahuan yang baik menjadi dasar seseorang dalam mengembangkan cara berpikir dan dapat memudahkan seseorang menerima motivasi, sehingga pada akhirnya mampu mendorong perubahan sikap dan perilaku . Pengetahuan ibu merupakan faktor penting dalam keberhasilan pemberian ASI, karena ibu yang memiliki pemahaman yang baik tentang ASI akan lebih siap dalam menjalani proses menyusui dan memenuhi kebutuhan bayinya secara optimal (Hardjito, 2023).

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu nifas tentang nutrisi masih tergolong rendah. Penelitian oleh (Jannah, 2024) melaporkan bahwa dari 10 penelitian yang direview, hanya 20% ibu

nifas memiliki pengetahuan gizi yang baik, sementara 55–62,5% berada pada kategori pengetahuan cukup, dan 10–40% masih memiliki pengetahuan kurang, kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu menyusui belum memenuhi kebutuhan nutrisi optimal yang berdampak langsung pada proses produksi ASI.

Penelitian terbaru menemukan bahwa ibu dengan tingkat pengetahuan baik terkait nutrisi memiliki peluang lebih tinggi untuk mengalami kelancaran produksi ASI dibandingkan ibu dengan pengetahuan rendah. (R & Sitorus, 2020) menunjukkan bahwa 33,3% ibu memiliki pengetahuan baik, 45,5% memiliki pengetahuan cukup, dan 21,2% masih memiliki pengetahuan kurang, dan dari ibu yang berpengetahuan baik, 90,9% di antaranya memiliki produksi ASI yang lancar, sedangkan 71,4% dari ibu yang berpengetahuan kurang mengalami produksi ASI tidak lancar. Data ini membuktikan bahwa tingkat pengetahuan berperan kuat dalam kelancaran produksi ASI.

Ibu dengan pengetahuan rendah memiliki risiko 2,4 kali lebih besar mengalami produksi ASI kurang lancar dibanding ibu yang memiliki pengetahuan baik (R & Sitorus, 2020). Peneliti lain menunjukkan bahwa pengetahuan nutrisi yang kurang berpengaruh signifikan terhadap rendahnya produksi ASI ($p = 0,008$), sehingga bayi berpotensi tidak memperoleh kebutuhan gizinya secara optimal (Winatasari & Mufidaturrosida, 2020).

Pengetahuan tentang nutrisi berperan penting dalam membentuk pola konsumsi makanan yang sehat selama masa nifas. Ibu yang memiliki pengetahuan tentang nutrisi yang baik cenderung lebih selektif dalam memilih jenis makanan, serta mampu mengatur asupan karbohidrat, lemak, dan gula yang seimbang, sehingga menyebabkan kelancaran produksi ASI. Namun, realita di lapangan menunjukkan bahwa banyak ibu nifas di Indonesia masih memiliki pengetahuan tentang asupan nutrisi yang rendah, yang berdampak pada pola makan yang tidak sesuai kebutuhan. Studi dari Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia (JGKI) menyebutkan bahwa hanya 43,2% ibu nifas yang memiliki pengetahuan gizi baik, dan lebih dari 56,8% masih kurang memahami pentingnya pengaturan makanan dalam masa pemulihan pasca persalinan (Widiastuti et al., 2024).

Beberapa penelitian telah mengkaji faktor-faktor yang berhubungan dengan produksi ASI. Penelitian Purnama et al. (2024) menunjukkan adanya hubungan antara pola makan dan produksi ASI, namun penelitian tersebut belum menelaah apakah pola makan tersebut dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi. Penelitian lain juga menemukan hubungan antara pengetahuan ibu dan kelancaran pengeluaran ASI, tetapi lebih menitikberatkan pada aspek perawatan payudara dan teknik menyusui tanpa mengevaluasi pengetahuan nutrisi sebagai variabel utama. Keterbatasan tersebut menunjukkan adanya celah penelitian, khususnya terkait peran pengetahuan ibu nifas tentang asupan nutrisi terhadap produksi

ASI dalam konteks wilayah dan karakteristik sosial budaya tertentu (Al-Tamimi et al., 2024).

Hasil wawancara awal yang dilakukan peneliti terhadap 5 ibu nifas menunjukkan bahwa sebagian ibu masih memiliki pemahaman yang kurang mengenai asupan nutrisi selama masa nifas dan menyusui. Dari 5 ibu nifas tersebut, sebanyak 3 ibu menyatakan belum mengetahui jelas jenis makanan dan jumlah asupan nutrisi yang dibutuhkan untuk mendukung produksi ASI, meskipun telah memperoleh penyuluhan kesehatan dari tenaga kesehatan. Dua ibu mengungkapkan masih membatasi konsumsi makanan tertentu karena adanya pantangan budaya, sementara satu ibu lainnya menyatakan hanya makan berdasarkan kebiasaan tanpa memperhatikan kandungan gizi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan ibu nifas tentang asupan nutrisi masih belum optimal, sehingga mendorong peneliti untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan pengetahuan ibu nifas tentang asupan nutrisi dengan produksi ASI di wilayah Puskesmas Sukorame Kota Kediri.

## 1.2. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara pengetahuan ibu nifas tentang asupan nutrisi dengan produksi ASI di wilayah Puskesmas Sukorame Kota Kediri

## 1.3. Tujuan Penelitian

### 1.3.1. Tujuan Umum

Menganalisis hubungan antara pengetahuan ibu nifas tentang asupan nutrisi dengan produksi ASI di wilayah Puskesmas Sukorame Kota Kediri

### 1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan ibu nifas tentang asupan nutrisi di wilayah Puskesmas Sukorame Kota Kediri.
2. Mengidentifikasi tingkat produksi ASI pada ibu nifas di wilayah Puskesmas Sukorame Kota Kediri.
3. Menganalisis hubungan antara pengetahuan ibu nifas tentang asupan nutrisi dengan produksi ASI di wilayah Puskesmas Sukorame Kota Kediri.

## 1.4. Manfaat Penelitian

### 1.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang kebidanan dan gizi laktasi. Temuan penelitian ini diharapkan dapat memperkuat teori mengenai pengaruh pengetahuan ibu terhadap perilaku konsumsi nutrisi dalam mendukung produksi ASI. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi ilmiah yang memperkaya literatur terkait faktor-faktor yang memengaruhi produksi ASI, sehingga dapat digunakan sebagai dasar bagi penelitian selanjutnya dan pengembangan kajian akademik di bidang kesehatan ibu dan anak.

### 1.4.2. Manfaat Klinis

1. **Bagi Peneliti**

   Memperluas wawasan dan keterampilan peneliti dalam menganalisis pengaruh pengetahuan ibu nifas tentang asupan nutrisi terhadap produksi ASI.

2. **Bagi Masyarakat**

   Meningkatkan kesadaran ibu nifas dan keluarga mengenai pentingnya pemenuhan nutrisi selama masa menyusui sebagai faktor pendukung utama kelancaran dan kecukupan produksi ASI.

3. **Bagi Institusi Pendidikan**

   Menjadi sumber referensi terbaru dalam pengembangan materi ajar terkait nutrisi ibu nifas, kebutuhan nutrisi dalam laktasi, dan faktor-faktor yang memengaruhi produksi ASI, sehingga dapat memperkaya pembelajaran bagi mahasiswa kebidanan dan kesehatan.

4. **Bagi Instansi Pemerintah / Puskesmas**

   Menjadi dasar pertimbangan dalam penyusunan program edukasi gizi, konseling laktasi, dan intervensi promosi kesehatan yang berfokus pada peningkatan pengetahuan nutrisi ibu nifas tentang produksi asi di wilayah Puskesmas Sukorame Kota Kediri.