# BAB 2

# TINJAUAN PUSTAKA

## 2.1 KONSEP ASI

### 2.1.1 Pengertian ASI

ASI (Air Susu Ibu) adalah cairan yang keluar dari kelenjar payudara yang merupakan nutrisi terbaik berenergi tinggi, yang ASI sendiri sudah terproduksi sejak masa kehamilan. (Autoridad Nacional del Servicio Civil, 2021)

ASI adalah makanan bermutu yang bisa didapatkan oleh siapa saja tanpa membebani perekonomian keluarga. Dari beberapa teori menunjukkan bahwa ibu yang setelah mengalami tindakan persalinan cenderung mempunyai sikap kurang mendukung terhadap pemberian ASI eksklusif karena proses persalinan umumnya membuat ibu merasa capek, yang berlebihan, nyeri dan memiliki kekhawatiran yang bisa memicu dihasilkannya hormon kortisol yang tinggi pada hypothalamus dan menyebabkan efek terbalik terhadap pembentukan laktasi sehingga pengeluaran produksi ASI terhambat (Wahyuningsih, 2018).

### 2.1.2 Manfaat ASI Bagi Bayi dan Ibu

1. Untuk Bayi

   Ketika bayi berusia 0-6 bulan, ASI bertindak sebagai makanan utama bayi, karena mengandung lebih dari 60% kebutuhan bayi, ASI memang terbaik untuk bayi, ASI merupakan komposisi makanan ideal untuk bayi, pemberian ASI dapat mengurangi resiko infeksi lambung dan usus, sembelit serta alergi, bayi yang diberi ASI lebih kebal terhadap penyakit dari pada bayi yang tidak mendapatkan ASI, bayi yang diberi ASI lebih mampu

menghadapi efek penyakit kuning, pemberian ASI dapat semakin mendekatkan hubungan ibu dengan bayinya.

Hal ini juga akan berpengaruh terhadap kemapanan emosinya di masa depan, apabila bayi sakit, ASI merupakan makanan yang tepat bagi bayi karena mudah dicerna dan dapat mempercepat penyembuhan, pada bayi prematur, ASI dapat menaikkan berat badan secara cepat dan mempercepat pertumbuhan sel otak, tingkat kecerdasan bayi yang diberi ASI lebih tinggi 7-9 poin dibandingkan bayi yang tidak diberi ASI (Pasaribu, 2019).

2. Untuk Ibu

Isapan bayi dapat membuat rahim cepat kembali ke ukuran normal, mempercepat kondisi ibu untuk kembali ke masa prakehamilan, serta mengurangi resiko perdarahan, lemak yang ditimbun di sekitar panggul dan paha pada masa kehamilan akan berpindah ke dalam ASI, sehingga ibu lebih cepat langsing kembali, resiko terkena kanker rahim dan kanker payudara pada ibu yang menyusui bayi lebih rendah dari pada ibu yang tidak menyusui, menyusui bayi lebih menghemat waktu, karena ibu tidak perlu menyiapkan botol dan mensterilkannya.

ASI lebih praktis lantaran ibu bisa berjalan-jalan tanpa membawa perlengkapan lain, ASI lebih murah dari pada susu formula, ASI selalu steril dan bebas kuman sehingga aman untuk ibu dan bayinya, ibu dapat memperoleh manfaat fisik dan emosional ( Dwi Sunar, 2018).

### 2.1.3 Berapa Kendala Pemberian ASI

Pada dasarnya, setiap ibu bisa menyusui namun terdapat kendala yang menghambat pemberian ASI. Beberapa persoalan yang sering dijumpai seperti

puting lecet yang diakibatkan perlekatan menyusui yang kurang baik, payudara bengkak karena pengosongan payudara yang kurang maksimal, mastitis, infeksi jamur, pembesaran payudara yang tidak seimbang sebab menyusui yang tidak bergantian, produksi ASI terlalu sedikit/terlalu banyak, payudara terasa sakit ketika menyusui, tersumbatnya saluran ASI, serta bayi kesulitan menyusu karena ukuran payudara ibu (Argaheni et al., 2022).

Faktor faktor yang mempengaruhi pemberian ASI :

**2.1.4 Faktor predisposes**

a. Pengetahuan

Pengetahuan mengenai pemberian ASI biasanya didapatkan dari keluarga yang dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang cara menyusui. Hal ini yang menyebabkan pengetahuan ibu tentang pemberian ASI masih rendah, karena informasi yang didapatkan dari keluarga tentang cara pemberian ASI masih kurang.

b. Sikap

Dukungan emosional dan penghargaan dari suami dapat mempengaruhi sikap ibu dalam memberikan ASI. Jika suami menunjukan sikap perhatian positif dan mendukung ibu dalam memberikan ASI hal itu akan mempengaruhi sikap positif ibu terhadap pemberian ASI berbanding terbalik jika suami tidak mendukung penuh.

**2.1.5 Faktor pendukung**

a. Dukungan suami atau dukungan dari orang terdekat

Dukungan suami ataupun dari orang terdekat sangat berperan dalam suksesnya menyusui. Suami dapat menguatkan ibu agar tidak mengganti

ASI dengan susu formula atau makanan pendamping lainnya sebelum bayi berumur lebih dari 6 bulan. Suami juga dapat membantu secara teknis seperti mengantarkan makanan, memberikan makanan bergizi, sampai memijat ibu yang cepat lelah.

b. Dukungan tempat kerja

Dukungan tempat juga mempengaruhi terhadap pemberian ASI mencakup dukungan ketersediaan waktu dan tempat untuk menyusui atau memerah ASI, atau bahkan berkesempatan untuk menyusui bayinya langsung. Selain itu masih kurangnya pengetahuan ibu yang bekerja tentang upaya keberhasilan menyusui saat lagi bekerja dan tidak tersedianya ruang untuk memerah ASI yang diperlukan di tempat kerja.

### 2.1.6 Risiko Pemberian Cairan Tambahan

Menurut Maryunani dalam (Harefa, 2019) Memberikan cairan tambahan sebelum bayi berusia 6 bulan dapat mempengaruhi kesehatan . Diberikan cairan tambahan berisiko meningkatkan kekurangan gizi. Mengganti cairan dengan air putih meskipun dalam jumlah sedikit berdampak buruk pada kondisi bayi, daya tahan tubuhnya. Memberikan cairan pengganti akan membuat bayi merasa kenyang sehingga tidak mau menyusu, padahal ASI kaya dengan gizi yang sempurna untuk bayi. Pemberian air manis dalam seminggu pertama pada usia bayi dapat menurunkan berat badan bayi.

### 2.1.7 Dampak Bayi Yang Tidak Diberikan ASI

Dampak bagi bayi dan ibu jika tidak memberikan ASI Menurut world Alliance For Breastfeeding Action (WABA):

a. Dampak bagi bayi yang tidak diberikan air susu ibu secara efektif, akan lebih beresiko menderita alergi, asma, obesitas, gangguan pencernaan, gangguan gigi, anemia, hipertensi, jantung, IQ rendah.
b. Dampak bagi ibu yang tidak menyusui ialah akan beresiko menderita berbagai masalah kesehatan antara lain, diabetes, obesitas, osteoporosis, kanker payudara, kanker indung telur, kanker rahim, hipertensi dan penyakit jantung.

(Rangkuti, 2022)

### 2.1.8 Langkah- langkah ibu mempersiapkan ASI menjelang kelahiran

Sarana pelayanan kesehatan tentang penerapan 10 langkah-langkah menuju keberhasilan memberikan ASI :

1. Sarana pelayanan kesehatan dapat memberikan kebijakan tentang penerapan sepuluh langkah menuju keberhasilan menyusui dan melarang promosi Pengganti Air Susu Ibu (PASI).
2. Sarana pelayanan kesehatan juga melakukan pelatihan untuk staf sendiri.
3. Mempersiapkan ibu hamil agar mengetahui manfaat ASI dan langkah-langkah keberhasilan menyusui,serta memberikan konseling apabila ibu penderita infeksi HIV positif.
4. Melakukan kontak menyusui ½-1 jam setelah melahirkan
5. Membantu ibu melakukan teknik menyusui dengan benar.
6. Menyusui eksklusif tanpa tambahan makanan ataupun minuman lain sejak lahir.
7. Melaksanakan rawat gabungan antara ibu dan bayi.
8. Menyusui sesuai keinginan bayi.

9. Tidak menggunakan dot buatan kepada bayi.
10. Menindaklanjuti ibu dan bayi setelah pulang dari sarana pelayanan kesehatan. (Fraser, 2019 dan Wilopo,2019).

## 2.2 Keberhasilan Ibu dalam memberikan ASI

### 2.2.1 Keberhasilan menyusui

Agar menyusui mendapatkan manfaat yang maksimal, bayi sebaiknya diberi ASI mulai dari usia 0 – 6 bulan pertama. Beberapa langkah yang dapat membantu ibu agar maksimal dalam pemberian ASI , antara lain :

1. Membiarkan bayi menyusu sesegera mungkin setelah bayi lahir terutama dalam 1 jam pertama, karena bayi baru lahir sangat aktif dan tanggap dalam 1 jam pertama dan setelah itu akan mengantuk dan tertidur. Bayi mempunyai refleks menghisap (sucking reflex) sangat kuat pada saat itu. Jika ibu melahirkan dengan operasi caesar juga dapat melakukan hal ini (bila kondisi ibu sadar, atau bila ibu telah bebas dari efek anestesi umum). Proses menyusui dapat dimulai segera setelah bayi lahir dengan membiarkan bayi diletakkan di dada ibu sehingga terjadi kontak kulit kulit. Bayi akan mulai mencari puting ibu dan menghisapnya. Kontak kulit dengan kulit ini akan merangsang aliran ASI, membantu ikatan batin (bonding) ibu dan bayi serta perkembangan bayi.
2. Yakinkan bahwa hanya ASI makanan pertama dan satu-satunya bagi bayi. Tidak ada makanan atau cairan lain (seperti gula, air, susu formula) yang diberikan, karena akan menghambat keberhasilan proses menyusui. Makanan

atau cairan lain akan mengganggu produksi dan suplai ASI, serta meningkatkan risiko infeksi

3. Susui bayi sesuai kebutuhannya sampai puas. Bila bayi puas, maka bayi akan melepaskan puting dengan sendirinya.

### 2.2.2 Keterampilan menyusui

Agar proses menyusui dapat berjalan lancar, maka ibu harus mempunyai keterampilan menyusui supaya ASI dapat keluar dan dapat diberikan kepada bayi secara efektif. Keterampilan menyusui yang baik meliputi posisi menyusui dan perlekatan bayi, penghisapan ASI, menelan ASI yang tepat.

Posisi menyusui harus senyaman mungkin, dapat dengan posisi berbaring, posisi duduk, posisi tidur miring. Posisi yang kurang tepat akan menghasilkan perlekatan yang tidak baik. Posisi dasar menyusui terdiri dari posisi badan ibu, posisi badan bayi, serta posisi mulut bayi dan payudara ibu (perlekatan/ attachment).

Saat menyusui, bayi harus disanggah sehingga kepala lurus menghadap payudara dengan hidung menghadap ke puting dan badan bayi menempel dengan badan ibu (sanggahan bukan hanya pada bahu dan leher). Sentuh bibir bawah bayi dengan puting, tunggu sampai mulut bayi terbuka lebar dan secepatnya dekatkan bayi ke payudara dengan cara menekan punggung dan bahu bayi (bukan kepala bayi). Arahkan puting susu ke atas, lalu masukkan ke mulut bayi. Masukkan payudara ibu ke mulut bayi sehingga hanya sedikit bagian areola bawah yang terlihat dibanding areola bagian atas. Mulut bayi menyedot ASI dengan dagu bayi menempel pada payudara dan puting susu masuk sepenuhnya pada mulut bayi.

### 2.2.3 Cara memposisikan bayi saat memberikan ASI

a. Cara memposisikan yang benar:

a) posisi muka bayi menghadap ke payudara (chin to breast)

b) Perut/dada bayi menempel pada perut/dada ibu (chest to chest)

c) Seluruh badan bayi menghadap ke badan ibu hingga telinga bayi membentuk garis lurus dengan lengan bayi dan leher bayi

d) Seluruh punggung bayi tersanggah dengan baik

e) Ada kontak mata antara ibu dengan bayi

f) Pegang belakang bahu jangan kepala bayi

g) Kepala terletak di lengan bukan di daerah siku



Gambar 2. 1 Cara memposisikan bayi yang benar

b. Cara memposisikan yang tidak benar :

a) Leher bayi terputar dan cenderung ke depan

b) Badan bayi menjauh badan ibu

c) Badan bayi tidak menghadap ke badan ibu

d) Hanya leher dan kepala tersanggah

e) Tidak ada kontak mata antara ibu dan bayi

### 2.2.4 Tanda Pelekatan bayi yang tepat saat memberikan ASI

a. Pelekatan bayi yang benar

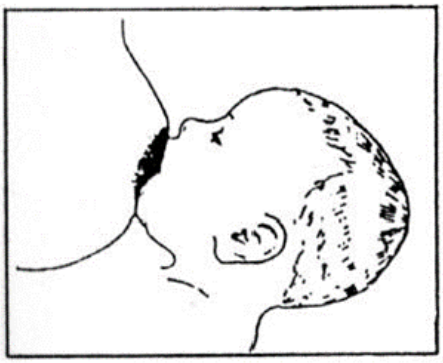
a) Dagu menyentuh payudara

b) Mulut terbuka lebar

c) Lebih banyak areola bagian atas yang terlihat dibanding bagian bawah

d) Tidak menimbulkan rasa sakit pada puting susu

Jika bayi tidak melekat dengan baik maka akan menimbulkan luka dan nyeri pada puting susu dan payudara akan membengkak karena ASI tidak dapat dikeluarkan secara efektif. Bayi merasa tidak puas dan ingin menyusu sering dan lama. Bayi akan mendapat ASI sangat sedikit dan berat badan bayi tidak naik dan perlahan ASI akan mengering.



Gambar 2. 2 Pelekatan yang benar

b.Pelekatan bayi yang salah

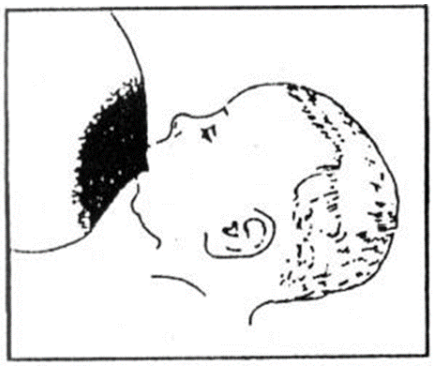
a) Dagu tidak menempel pada payudara

b) Mulut bayi tidak terbuka lebar

c) Bibir bawah terlipat kedalam sehingga menghalangi pengeluaran ASI oleh lidah

d) Lebih banyak areola bagian bawah yang terlihat

e) Terasa sakit pada puting



Gambar 2. 3 Pelekatan yang salah

### 2.2.5 Kemampuan Penghisapan bayi saat diberikan ASI

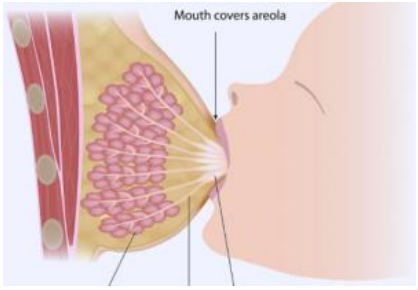
Agar bayi dapat menghisap secara efektif, maka bayi harus mengambil cukup banyak payudara kedalam mulutnya agar lidahnya dapat memeras sinus laktiferus. Bayi harus menarik keluar atau memeras jaringan payudara sehingga membentuk puting buatan/ DOT yang bentuknya lebih panjang dari puting susu. Puting susu sendiri hanya membentuk sepertiga dari puting buatan/ DOT. Hal ini dapat kita lihat saat bayi selesai menyusui. Dengan cara inilah bayi mengeluarkan ASI dari payudara. Hisapan efektif tercapai bila bayi menghisap dengan hisapan dalam dan lambat. Bayi terlihat menghentikan sejenak hisapannya dan kita dapat mendengar suara ASI yang ditelan.



Gambar 2. 4 Penghisapan bayi saat diberikan ASI

### 2.2.6 Kemampuan bayi menelan ASI

a. Bayi tidak menelan ASI dari payudara seperti menelan minuman melalui sedotan
b. Bayi menelan ASI dengan gerakan peristaltik lidah menekan puting susu, masuk ke mulut bayi sampai menyentuh ke langit-langit mulut sehingga ASI terperah keluar.
c. Bila bayi melekat dengan benar dapat memudahkan bayi menelan ASI (Roesli & Yohmi, 2013)




Gambar 2. 5 Menelan ASI yang benar

### 2.2.7 Waktu Yang Dikatakan Berhasil Dalam pemberian ASI

a) Frekuensi dalam pemberian ASI

Frekuensi dalam pemberian ASI yang benar yaitu sebanyak 8-12 kali dalam sehari untuk mendapatkan hasil ASI yang sesuai kebutuhan bayi. Jika frekuensi dalam pemberian ASI yang kurang tepat dapat disebabkan oleh ibu yang tidak mengetahui frekuensi pemberian ASI yang tepat.

b) Durasi Pemberian ASI

Durasi pemberian ASI yang tepat adalah selama 10-15 menit setiap kali menyusui untuk mendapatkan ASI yang sesuai kebutuhan. Jika durasi menyusui kurang dari 10 menit, bayi hanya akan mendapatkan foremilk yaitu ASI yang pertama kali keluar dan encer, akan tetapi jika durasi menyusui 10-

15 menit bayi akan lebih menarik ASI yang kaya akan lemak yang disebut dengan hindmilk. Itu kenapa kebanyakan bayi yang hanya diberikan ASI saja lebih kurus, dikarenakan bayi belum mendapatkan ASI pada bagian lemaknya.

c) Jarak waktu pemberian ASI

Jarak waktu pemberian ASI yang tepat adalah setiap 2-3 jam sekali untuk mendapatkan ASI yang cukup untuk kebutuhan.Waktu pemberian ASI yang tidak tepat biasanya timbul pada saat bayi menagis dan menduga bahwa lapar dan langsung diberikan ASI sebelum 2 jam, sehingga , sehingga ibu memberikan ASI lagi pada kisaran waktu lebih dari 2 jam dari waktu pemberian ASI pertama.

(Danilo Gomes de Arruda, 2021)

### 2.2.8 Cara Menilai Kecukupan ASI

a. ASI akan cukup bila posisi dan perlekatan benar
b. Buang air kecil lebih dari 6 kali sehari dengan warna urine yang tidak pekat dan bau tidak menyengat
c. Berat badan naik lebih dari 500 gram dalam sebulan dan telah melebihi berat lahir pada usia 2 minggu
d. Bayi akan relaks dan puas setelah menyusu dan melepas sendiri dari payudara ibu. (Utami Roesli dan Elizabeth Yohmi,2013)

### 2.2.9 Alat ukur keberhasilan ibu dalam memberikan ASI

*Bristol Breastfeeding Assessment Tool (BBAT*) adalah alat penilaian menyusui yang ringkas yang memfasilitasi penilaian menyusui yang akurat dan

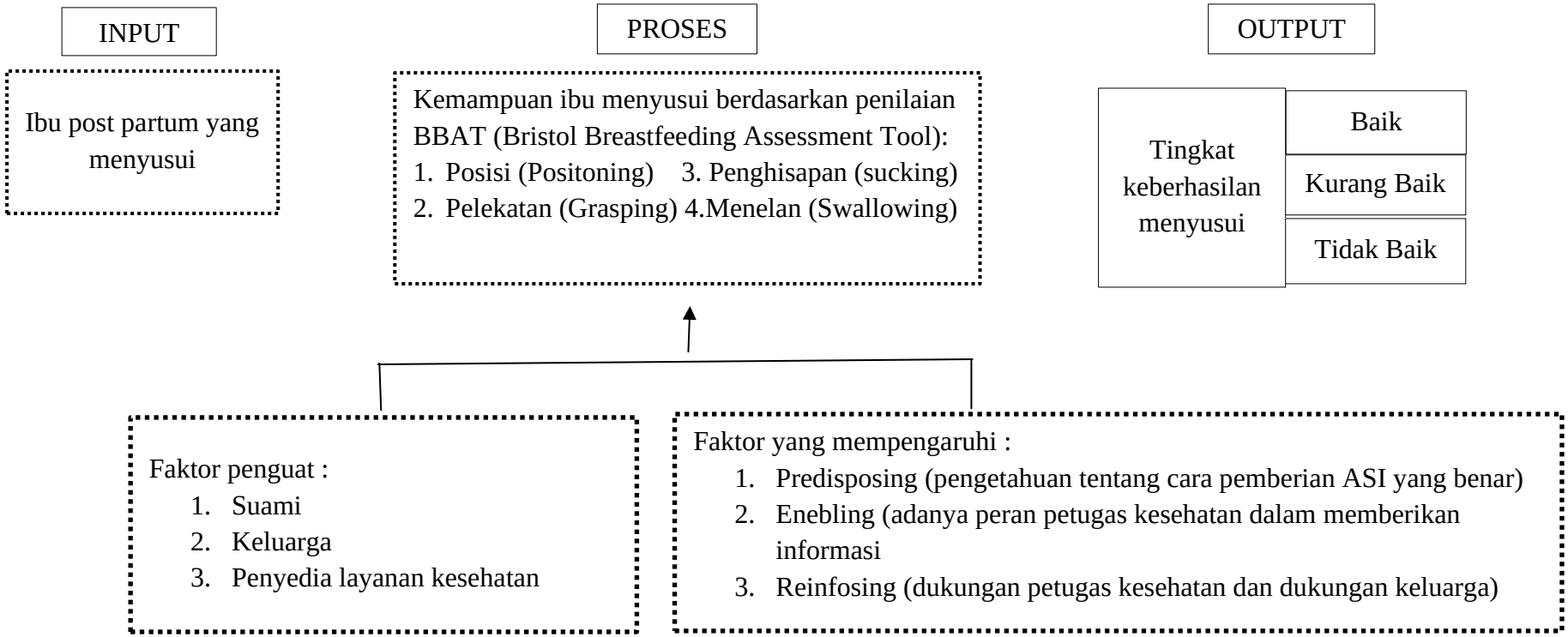
cepat, dan menargetkan saran menyusui untuk ibu yang memperoleh keterampilan menyusui dini atau bagi mereka yang mengalami masalah.

Alat Penilaian Pemberian ASI (BBAT) yang ringkas dikembangkan dan divalidasi oleh sekelompok bidan. Alat ini memiliki penjelasan yang lebih dari alat lain untuk mengingatkan para wanita pendukung menyusui tentang komponen menyusui yang efisien. Dan menurut KBBI kata efisien adalah berdaya guna, efektif, ekonomis, praktis, realistis, sesuai, tepat, tepat guna. Alat ini mampu menilai pemberian ASI secara konsisten dan membantu peneliti dengan memberikan saran kepada ibu tentang memperbaiki posisi dan pelekatan saat menyusui.

Elemen alat yang termasuk, pertama yaitu memposisikan bayi harus ditopang dengan baik, Seluruh badan bayi menghadap ke badan ibu hingga telinga bayi membentuk garis lurus dengan lengan bayi dan leher bayi, berbaring miring/leher tidak bengkok, hidung bayi menempel pada puting, dan ibu percaya diri dalam menggendong bayinya. Mencapai semua ini dan tidak ada saran yang dibutuhkan dinilai baik (2). Yang Kedua, melekatkan: bayi membuka mulut lebar, Saat diberikan puting susu bayi refleks melekatkan mulutnya ke puting susu, dan tetap melekat dengan baik selama menyusui. Pencapaian semua poin ini tidak diperlukan saran dinilai baik dengan diberikan score (2). Ketiga, Menghisap: mampu membentuk pola menghisap yang efektif pada kedua payudara (menghisap cepat awal kemudian menghisap lebih lambat dengan jeda), bayi mudah dalam melepaskan hisapannya, Skor (2) diberikan jika pola menghisap yang efektif tercapai. Ke empat Menelan: terdengar suara menelan ASI, menelan lembut secara teratur diberi skor (2)baik jika menelan secara teratur, terdengar tenang .

Mengulas instrumen yang digunakan untuk menilai pemberian ASI pada periode awal postpartum yang telah digunakan untuk mengidentifikasi wanita dengan risiko terbesar berhenti menyusui dini. Banyak instrumen yang panjang dan rumit untuk dinilai, BBAT dapat terbukti menjadi alat yang efektif untuk digunakan dalam studi penelitian di mana penilaian objektif pemberian ASI mungkin diperlukan. (Dolgun et al., 2018)

## 2.3 Kerangka Konseptual




Gambar 2. 6 Kerangka Konsep