

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Dukungan suami

2.1.1 Pengertian dukungan suami

Dukungan adalah salah satu ungkapan dari kasih sayang seorang suami, bentuk dari dukungan suami berupa memberikan kenyamanan pada ibu, perhatian, penghargaan, atau berupa bantuan suami kepada istri. Tanggung jawab dan peran suami bertambah dengan kehadirannya anak yang baru lahir. Dorongan dan perhatian dari suami merupakan dukungan positif untuk ibu karena mempunyai pengaruh sangat besar (Sutanto, Adina Vita. 2017:88).

2.1.2 Bentuk dukungan suami

a. Dukungan emosional

Dukungan psikologi yang berupa ungkapan seorang suami kepada istri berupa empati, rasa mencintai, kepedulian dan perhatian untuk membuat istri merasa senang dan nyaman (Sutanto, Andina Vita. 2017:88).

b. Dukungan penghargaan

Ungkapan dari seorang suami melalui penghargaan yang bersifat positif untuk mendorong ibu lebih maju lagi. Ungkapan dukungan yang diberikan berupa kalimat dorongan atau persetujuan, gagasan, atau perasaan suami dan perbandingan yang positif seseorang dengan orang lain. (Sutanto, Andina Vita. 2017:88).

Menurut Dr. Arri Handayani dalam bukunya “*How To Raise Great Family: Mengasuh Anak Penuh Kesadaran*” bahwa penghargaan yang diberikan oleh suami atas kemampuan atau keahlian yang istri punya dapat meningkatkan harga diri dan kepercayaan pada ibu, sehingga ibu mendapat penghargaan, pengakuan atas keahlian secara langsung dari suami (Handayani, Arri. 2019:26).

c. Dukungan intrumental

Berupa bantuan yang diberikan secara langsung dari suami kepada istri, misalnya memberikan uang atau membantu ibu dalam mengurus rumah dan bayi (Sutanto, Andina Vita. 2017:88).

d. Dukungan informal

Bantuan yang berupa informasi, seperti nasihat, saran, pengetahuan dan petunjuk (Sutanto, Andina Vita. 2017:88).

2.1.3 Dukungan suami (*Breastfeeding Father*) pada ibu menyusui

Ketika ibu menyusui bayi, suami dapat berperan aktif dalam kegiatan dan persiapan menyusui. Ada beberapa hal yang dapat suami lakukan untuk mendukung keberhasilan ibu menyusui antara lain:

1. Menyendawakan bayi setelah menyusu.
2. Membawa bayi ke pangkuan ibu saat akan menangis.
3. Mengingatkan ibu jika menyusui merupakan salah satu bentuk investasi.
4. Menggendong bayi.
5. Membawakan segelas air minum untuk ibu.
6. Membawakan bantal saat ibu akan menyusui.

7. Memeluk, memuji serta memotivasi ibu untuk masa awal menyusui.
8. Membantu membersihkan rumah.
9. Membuat ibu merasa nyaman dan terlindungi.
10. Menemani saat menyusui dan memberikan ciuman kepada anak dan ibu.
11. Mengikuti tahapan pertumbuhan anak.
12. Mengikuti komunitas sesama ayah ASI agar tidak ada perasaan negatif dan rasa tidak nyaman (Arifianto. 2019:109-111).

Menurut Cahyadi Takiawan (2015) suami harus melakukan beberapa hal untuk membantu ibu menyusui, dengan cara:

1. Menggendong bayi saat menangis di malam hari.
2. Membantu ibu dalam merawat bayi seperti memandikan, memberi bedak, minyak telon, memakaikan baju bayi.
3. Memberikan pijatan kepada ibu saat menyusui atau saat ibu sedang istirahat, dengan pijatan yang diberikan suami dapat menurunkan stress dan menimbulkan rasa bahagia.
4. Membuatkan atau membelikan makanan dan minuman yang dapat menunjang produksi ASI seperti jus kacang hijau, sayur daun katuk.
5. Mengajak bayi keluar rumah untuk berjemur dibawah sinar matahari atau menikmati angin sore.

Peran seorang suami dalam memberikan kasih sayang dan harga diri kepada ibu dapat diberikan melalui perhatian, dan pemberian dukungan untuk ibu. Dukungan suami bisa diberikan dengan cara memberikan rasa simpati, minat terhadap ibu, sikap toleran terhadap kelemahan ibu,

memberikan rasa hangat, tenang, dan rasa suka tanpa syarat serta mencoba membantu ibu melewati masa sulitnya. Bagi seorang ibu dukungan suami perlu dikembangkan, karena pada dasarnya ibu selalu dibayangi oleh kebutuhan, terutama kebutuhan untuk mendapatkan kasih sayang dan dicintai (Prabandani. 2009).

2.1.4 Mekanisme dukungan

Dukungan berupa sosial yang dapat mempengaruhi kesehatan seseorang, terdapat beberapa dukungan sosial:

1) Mediator perilaku

Berupa dukungan yang sifatnya mengajak dan meniru untuk merubah perilaku menjadi baik. Misalnya, membersihkan rumah, merawat anak, berhenti merokok (Sutanto, Adina Vita. 2017:88).

2) Dukungan psikologis

Tujuannya untuk meningkatkan kepercayaan diri dan menjembatani interaksi antar manusia yang sifatnya bermakna. Misal suami mengantar istri ke puskesmas untuk cek kesehatan, mengantar anak kesekolah (Sutanto, Adina Vita. 2017:88).

3) Dukungan fisiologis

Membantu merelaksasikan sesuatu yang mengancam serta meningkatkan sistem kekebalan tubuh seseorang. Misalnya, perawat menjelaskan tindakan apa saja yang akan dilakukan, dari penjelasan tersebut ibu dapat memahami dan mempunyai gambaran seperti apa tindakannya nanti

sehingga ibu lebih siap untuk dilakukan tindakan (Sutanto, Adina Vita. 2017:88).

4) Dukungan penilaian

Memberikan dukungan berupa keputusan yang tepat dan benar untuk ibu (Jayanti, Ira. 2019:29).

2.1.5 Fungsi dukungan suami

Terjadinya suatu perubahan pola kehidupan masyarakat dari agraris menjadi industrialisasi, fungsi dari dukungan dikembangkan menjadi:

1) Fungsi biologis

- a. Melanjutkan keturunan.
- b. Menjaga dan membesarkan anak.
- c. Memenuhi gizi keluarga.
- d. Menjaga dan merawat anggota keluarga (Harnilawati. 2013:14).

2) Fungsi psikologis

- a. Memberikan cinta kasih dan rasa aman.
- b. Memberikan perhatian antar keluarga.
- c. Membina keluarga.
- d. Memberi identitas dalam keluarga (Harnilawati. 2013:14).

3) Fungsi sosialisasi

- a. Memberikan sosialisasi kepada anak.
- b. Membuat norma-norma sesuai dengan perkembangan anak.
- c. Mewariskan nilai-nilai budaya dalam keluarga (Harnilawati. 2013:14).

4) Fungsi ekonomi

- a. Mencari penghasilan untuk memenuhi kebutuhan dalam keluarga.
- b. Memperhitungkan kebutuhan keluarga.
- c. Menyisihkan uang untuk kehidupan masa depan (Harnilawati. 2013:14).

5) Fungsi pendidikan

- a. Menyekolahkan anak untuk mendapat pengetahuan, mengasah minat dan bakat dari anak.
- b. Mempersiapkan kebutuhan anak ketika sudah dewasa.
- c. Mendidik anak sesuai perkembangannya (Harnilawati. 2013:14).

2.1.6 Kategori dukungan suami

Untuk mengetahui presentase tentang dukungan suami menurut Notoatmodjo 2010 dibagi menjadi tiga yaitu baik, kurang baik, dan tidak baik, kemudian hasilnya dimasukkan kedalam kategori:

Baik : 76-100%

Kurang baik : 55-75%

Tidak baik : <55%

Untuk memasukkan ke dalam data nominal, maka peneliti merubah dari 3 kategori menjadi 2 kategori, agar tidak selisih satu angka dan bersifat adil. Sehingga diperoleh kategori:

Mendukung : 76-100%

Tidak mendukung : 0-75%

2.2 ASI eksklusif

2.2.1 Pembentukan ASI

Semua ibu hamil hakikatnya dapat menyusui karena ASI diproduksi sejak ibu hamil usia dua puluh minggu, hal tersebut sesuai dengan laktogenesis atau pembentukan ASI tahap satu, dalam hal ini bersifat paten tidak terpengaruh dengan bentuk puting, ataupun ukuran payudara dalam kondisi normal, kecuali memang ada kondisi khusus seperti payudara yang tidak berkembang normal sejak pubertas atau saat hamil. Semua wanita dewasa mempunyai sel susu yang sama jumlahnya dan produksi ASI yang diperoleh juga sama, tergantung dari rangsangan manajemen ASI yang benar. Bentuk puting juga bukan pengaruh keberhasilan ibu dalam menyusui, karena menyusui merupakan cara kerja lidah memerah bukan menghisap puting (Bayu, Maharani. 2014:05).

Ketika ASI yang dikeluarkan hanya sedikit bahkan tidak keluar saat hamil semakin besar, karena ditahan oleh hormon kehamilan sehingga ASI tidak bisa keluar dengan baik. Hormon kehamilan berpusat pada plasenta, saat plasenta lepas hormon kehamilan turun dan ASI dapat keluar, tetapi sisa hormon kehamilan yang masih tersisa di pembuluh darah akan hilang dalam waktu tiga hari atau 27 jam pasca persalinan (Bayu, Maharani. 2014:05).

Laktogenesis tahap dua ketika bayi lahir hingga usia 72 jam, dalam waktu ini seharusnya ibu dan anak melakukan kontak kulit, bayi disusui dengan perlekatan yang benar sehingga merangsang payudara untuk memproduksi ASI. Proses menyusui dilakukan setiap dua jam sekali dan

dilakukan sekitar 15-30 menit. Jika dalam waktu tiga hari ASI belum juga keluar bayi sudah mendapatkan asupan dari lemak coklat yang di pakai untuk metabolisme tubuh selama tiga hari pertama. Sehingga kontak kulit antara ibu dan bayi serta percobaan menyusui dengan perlekatan yang benar merupakan awal keberhasilan ibu menyusui (Bayu, Maharani. 2014:05).

2.2.2 Pengertian ASI eksklusif

ASI eksklusif adalah pemberian ASI pada bayi usia nol sampai enam bulan tanpa tambahan apapun baik cairan (madu, air putih) maupun makanan padat seperti pisang sampai batas ibu memberikan ASI eksklusif enam bulan (Rahayu, YP. 2012:22). Menyusui merupakan cara memenuhi nutrisi bayi, WHO merekomendasikan ASI eksklusif diberikan mulai 1 jam bayi lahir sampai enam bulan dan diteruskan hingga usia 2 tahun atau lebih (Asih, Yusari. 2016:30).

ASI sangat bermanfaat baik bagi bayi jika di berikan selama enam bulan penuh sejak pertama lahir dan masih mencukupi kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan anak, manfaat ASI akan semakin meningkat sesuai dengan berapa lama ASI diberikan. ASI dapat memberikan seluruh kebutuhan bayi mulai dari gizi yang baik, imunologi atau dari perasaan ibu sendiri ke bayinya ketika ibu menyusui (Wulandari, Setyo. 2011:34).

Dari penelitian yang dilakukan oleh Utami 2005:4 mengenai pemberian makanan padat terlalu dini sebelum usia 6 bulan mempunyai dampak negatif untuk kesehatan bayi dan tidak ada dampak positif nya sama

sekali, pemberian makanan padat justru akan mengganggu proses ASI eksklusif serta menambah angka kesakitan bayi, sehingga definisi ASI eksklusif di berikan hingga usia 6 bulan (Suherni, 2009:40). Pemberian ASI eksklusif menjadi salah satu sarana yang dapat diandalkan untuk pembangunan Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas, ASI menjadi makanan yang paling sempurna untuk tumbuh kembang bayi selama enam bulan pertama, perkembangan jasmani, emosional maupun spiritual bayi juga akan menjadi lebih baik (Asih, Yusari. 2016:30).

2.2.3 Manfaat pemberian ASI

a) Manfaat untuk bayi

1. ASI eksklusif dapat meningkatkan kecerdasan

Di dalam ASI terdapat berbagai lemak yaitu *omega-3*, *omega-6*, *DHA*, *arachidonic acid* yang sangat mempengaruhi pembentukan selaput untuk membungkus serabut saraf yang berada pada otak, dan untuk pematangan sel otak, sehingga rangsangan akan lebih cepat masuk ke dalam otak bayi dan akan menjamin potensi kecerdasan anak secara optimal (Suherni. 2009:29).

2. Mengurangi karies dentis

Gigi bayi yang lebih lama kontak dengan susu formula akan membentuk asam dan menyebabkan kerusakan gigi, sehingga anak yang lebih banyak minum susu formula insiden karies dentisnya akan lebih tinggi (Wulandari, Setyo. 2011:20).

3. ASI sebagai nutrisi terbaik

ASI merupakan makanan bayi yang mengandung sumber gizi sangat ideal serta mempunyai komposisi seimbang dengan kebutuhan pertumbuhan bayi (Nugroho, Tufan. 2014:16).

4. ASI dapat meningkatkan daya tahan tubuh bayi

ASI mengandung zat kekebalan tubuh (*immunoglobulin*) yang dapat melindungi dari bakteri, virus, jamur, membunuh kuman-kuman jahat, serta memerangi infeksi yang masuk ke dalam tubuh, sehingga bayi yang mendapatkan ASI eksklusif daya tahan tubuhnya lebih kuat di banding dengan bayi yang tidak ASI eksklusif (Nugroho, Tufan. 2014:17).

5. Menumbuhkan ikatan kasih sayang

Adanya kontak kulit ketika menyusui antara anak dan ibu akan menumbuhkan rasa aman, nyaman, dan tenang, sehingga meningkatkan dasar emosional dan spiritual yang baik (Nugroho, Tufan. 2014:17).

b) Manfaat untuk ibu

1. Sebagai aspek psikologis

Ketika ibu menyusui, akan merasa bangga dan di butuhkan oleh semua manusia dan mempunyai rasa kepuasan tersendiri serta menjadi kebanggaan yang mendalam untuk ibu (Wulandari, Setyo. 2011:21).

2. Mengurangi terjadinya perdarahan setelah persalinan

Ketika ibu menyusui kadar oksitosin akan meningkat sehingga perdarahan setelah persalinan lebih cepat berhenti, karena proses

penutupan pada pembuluh darah yang cepat, sehingga Angka Kematian Ibu (AKI) menurun (Nugroho, Tufan. 2014:18).

3. Sebagai KB alami

Saat bayi menghisap puting, post anterior hipofise mengeluarkan prolaktin ke indung telur, produksi estrogen menjadi banyak dan menekan ovulasi (Nugroho, Tufan. 2014:18)

4. Lebih cepat ke berat badan sebelum hamil

Ibu menyusui bayi membutuhkan energi, energi di dapat dari timbunan lemak saat hamil, dengan ibu menyusui secara eksklusif produksi ASI akan semakin banyak sehingga timbunan lemak untuk cadangan energi akan terpakai (Nugroho, Tufan. 2014:18).

2.2.4 Kandungan gizi di dalam ASI

ASI merupakan nutrisi terbaik yang menjadi makanan utama untuk bayi yang dihasilkan oleh kedua belah kelenjar payudara. Komposisi ASI berubah dari waktu ke waktu sesuai stadium laktasi. Tahapan dari laktasi dibagi atas kolostrum 0-5 hari, ASI transisi 6-14 hari, dan ASI matur 15-30 hari. ASI mengandung *immunoglobulin*, antibodi dan *sigA* untuk kekebalan tubuh bayi.

a) Kolostrum

ASI yang pertama keluar mempunyai warna kuning, yang menandakan tinggi kandungan *carotenoid*, protein yang tinggi (*gamma globulin*), rendah lemak dan laktose, mengandung vitamin A, dan banyak natrium serta Zeng (Nugroho, Tufan. 2014:20).

b) ASI transisi

Mengandung protein yang lebih rendah dari kolostrum, mengandung lemak dan karbohidrat yang lebih tinggi dari kolostrum (Nugroho, Tufan. 2014:20).

c) ASI matang

Berwarna putih kekuningan yang mengandung garam kalsium kaseinat, *riboflavin*, karoten serta terdapat antimicrobial faktor (antibodi, sel, enzim, protein) (Nugroho, Tufan. 2014:21)

2.2.5 Komposisi dalam ASI

Kandungan utama di dalam ASI adalah air, sedangkan pada susu formula bentuknya lebih kental sehingga lebih sering menimbulkan diare pada bayi. Untuk kandungan ASI lainnya yang penting adalah:

a) Karbohidrat

Yang menjadi penyusun utama pada ASI adalah laktosa sebagai sumber energi untuk otak, kandungannya dua kali lipat di banding susu sapi yang menyebabkan angka kejadian diare meningkat. Manfaat yang lain dari laktosa adalah mengabsorpsi kalsium dan merangsang pertumbuhan *Lactobacillus bifidus* (Astuti, Sri dkk. 2015:156-158).

b) Protein

Protein dalam ASI lebih banyak mengandung protein *whey*, sedangkan pada susu sapi lebih banyak mengandung protein kasein yang sulit dicerna oleh bayi, ASI mempunyai jenis asam amino salah

satunya asam amino taurin. Asam taurin mempunyai peran penting dalam perkembangan otak, taurin ini sangat baik untuk bayi yang prematur karena pada bayi prematur pembentukan asam taurin sangat rendah. ASI juga banyak mengandung senyawa organik atau nukleotida yang tersusun dari nitrogen, karbohidrat dan fosfat. Nukleotida mempunyai peran dalam pertumbuhan dan kematangan usus, merangsang pertumbuhan bakteri serta menyerap zat besi dan daya tahan tubuh (Astuti, Sri dkk. 2015:156-158).

c) Lemak

Kadar lemak yang tinggi pada ASI sangat dibutuhkan dalam kecepatan pertumbuhan otak. Lemak omega-3 dan omega-6 berperan aktif dalam perkembangan otak bayi. ASI juga mengandung asam lemak rantai panjang antara asam *dokosaheksanoat* (DHA) serta asam *arakidonat* (ARA) yang berperan dalam perkembangan jaringan saraf dan retina mata (Astuti, Sri dkk. 2015:156-158).

d) Karnitin

Karnitin berperan dalam proses pembentukan energi dalam mempertahankan metabolisme tubuh. ASI dalam tiga minggu pertama menyusui mengandung banyak karnitin terutama pada kolostrum (Astuti, Sri dkk. 2015:156-158).

e) Vitamin

Mengandung banyak vitamin dalam ASI, seperti vitamin K untuk pembekuan darah yang jumlahnya seperempat lebih tinggi dari susu

formula. Terdapat juga vitamin A dan E, beta-karoten sebagai bahan baku proses pembentukan vitamin A, fungsinya untuk menjaga kesehatan mata, pembelahan sel, kekebalan tubuh dan perkembangan. Sedang vitamin E berfungsi untuk mencegah terjadinya anemia hemolitik. Vitamin lain yang ada di dalam ASI antara lain vitamin B1, B2, B6, B9, vitamin C. Asupan makanan yang di konsumsi ibu juga berpengaruh terhadap kadar vitamin dalam ASI (Astuti, Sri dkk. 2015:156-158).

f) Mineral

Mineral yang terdapat dalam ASI antara lain kalsium, fosfor, magnesium, vitamin D dan lemak. Zat besi dalam ASI mudah untuk diserap oleh bayi sekitar 20-50% sehingga resiko bayi kekurangan zat besi lebih kecil dari pada bayi yang diberi susu formula. Mineral lain yang terdapat dalam ASI adalah zinc yang berguna dalam proses metabolisme dan selenium untuk pertumbuhan bayi (Astuti, Sri dkk. 2015:156-158).

2.2.6 Zat protektif dalam ASI

Sejak bayi ada di dalam kandungan, bayi mendapatkan zat protektif dari plasenta. Ketika bayi lahir zat ini berhenti, bergantian dengan ASI yang mempunyai proteksi untuk antibodi, sehingga pemberian ASI berperan penting untuk mencegah terjadinya infeksi (Astuti, Sri dkk. 2015:161-162).

a. Sistem kekebalan tubuh nonspesifik

Bayi yang mengkonsumsi ASI mempunyai daya tahan tubuh yang baik sehingga tidak mudah terserang oleh penyakit. Zat protektif dalam ASI yang berperan dalam sistem kekebalan tubuh antara lain:

1. *Lactobacillus bifidus*

Mengubah laktosa asam laktat dan asam asetat dalam saluran pencernaan serta menghambat mikroorganisme *E. Coli* yang dapat menyebabkan diare pada bayi. *Lactobacillus bifidus* mudah tumbuh pada bayi yang hanya minum ASI saja, karena ASI mengandung polisakarida yang dapat berkaitan dengan nitrogen berfungsi untuk pertumbuhan *Lactobacillus bifidus*, sedangkan susu formula tidak mengandung faktor ini (Astuti, Sri dkk. 2015:161-162).

2. *Laktoferin*

Laktoferin berperan menjadi penghambat terhadap pertumbuhan kuman tertentu, seperti *Staphylococcus* dan *E. Coli* yang membutuhkan zat besi untuk proses pertumbuhannya. *Laktoferin* juga bisa menghambat pertumbuhan terhadap jamur kandida (Astuti, Sri dkk. 2015:161-162).

3. *Lisozim*

Menjadi pelindung dari bakteri patogen dan diare (Astuti, Sri dkk. 2015:161-162).

4. Komplemen C-3 dan C-4

Fungsinya untuk menghancurkan bakteri dan sebagai penanda yang dikenali oleh sel pemusnah untuk dimatikan (Astuti, Sri dkk. 2015:161-162).

5. *Sitokin* dan *neutrofil*

Sebagai pengaktif sel limfosit T dan alat traspor IgA dari ibu ke bayi sebagai pertahanan payudara ibu terhadap infeksi pada awal pemberian ASI (Astuti, Sri dkk. 2015:161-162).

6. Faktor *antistreptokokus*

Berfungsi sebagai pelindung bayi dari infeksi kuman (Astuti, Sri dkk. 2015:161-162).

7. *Peroksidase*

Sebagai enzim untuk menghancurkan kuman patogen (Astuti, Sri dkk. 2015:161-162).

b. Sistem kekebalan tubuh spesifik

Untuk kekebalan yang spesifik berperan pada kuman dan zat asing yang sudah dikenali. ASI lebih banyak disebut sebagai darah putih, karena didalamnya mengandung sel penting dalam pembunuhan kuman dan juga perlindungan pertama pada saluran cerna. Zat dalam sistem kekebalan tubuh spesifik antara lain:

1. Antibodi

Pada antibodi terdapat asam dan enzim *proteolitik* untuk membuat lapisan pada mukosa untuk mencegah bakteri patogen dan enterovirus masuk kedalam mukosa usus (Astuti, Sri dkk. 2015:162).

2. Imunitas saluran

Untuk membunuh dan memfagositosis mikroorganismenya, membentuk C-3, C-4, *lisozim*, dan *laktoferin*, sehingga leukosit menurun jika volume ASI meningkat (Astuti, Sri dkk. 2015:162).

2.2.7 Langkah-langkah memperbanyak ASI

- a) Meningkatkan waktu menyusui menjadi sering, apabila anak sudah kenyang ASI bisa di pompa, karena semakin banyak ASI yang keluar maka semakin banyak yang akan di produksi (Asih, Yusari. 2016:45).
- b) Psikologi ibu harus baik, ketika ibu merasa relaks dan yakin bahwa ASI yang di berikan cukup secara otomatis sensor pada otak akan mempekerjakan hormon oksitosin bekerja lebih cepat, akhirnya produksi ASI semakin banyak. Termasuk dukungan dari keluarga dan suami akan memberikan dampak baik untuk psikologi ibu (Asih, Yusari. 2016:45).
- c) Jangan berikan susu formula pada anak, membuat anak semakin malas untuk menyusu ibunya, merasa kenyang terlebih dahulu karena pemberian susu formula, sehingga anak malas menyusu dan produksi ASI akan makin berkurang (Asih, Yusari. 2016:45).

- d) Hindari menggunakan dot, jika yang diberikan itu ASI perah berikan menggunakan sendok, jika tetap memberikan dengan dot maka anak nanti akan bingung puting (Asih, Yusari. 2016:45).
- e) Perbanyak mengkonsumsi makanan bergizi, apabila ibu makan dengan teratur mengandung kalori, lemak, protein, vitamin dan mineral maka ASI yang di hasilkan akan mencukupi kebutuhan anak (Asih, Yusari. 2016:45).
- f) Rutin membersihkan dan merawat payudara (Asih, Yusari. 2016:45).
- g) Kelola istirahat dengan baik (Asih, Yusari. 2016:45)

2.2.8 Tanda bayi cukup ASI

Bayi pada usia 0-6 bulan dapat dilihat tentang kecukupan ASI nya melalui cara:

- a) Bayi meminum ASI setiap 2-3 jam dalam waktu 24 jam.
- b) BAB bayi berwarna kuning dan sering.
- c) Bayi BAK sekitar 6-8x sehari.
- d) Ibu bisa mendengar waktu bayi menelan ASI.
- e) Payudara ibu lebih lembek, artinya ASI kosong.
- f) Warna kulit bayi kemerahan dan terasa kenyal.
- g) Berat badan dan tinggi badan bayi sesuai dengan pertumbuhan.
- h) Perkembangan motorik pada bayi baik.
- i) Saat bayi cukup minum ASI tidur akan pulas dan bangun sewaktu-waktu jika lapar.

- j) Saat bayi menyusui terlihat rakus, lama kelamaan akan melemah dan tertidur (Marmi. 2015:45-46).

2.2.9 Faktor keberhasilan memberikan ASI

a) Cara ibu menyusui

1. Posisi badan ibu ketika menyusui harus benar, dada bayi menempel pada bagian bawah payudara ibu dengan posisi menghadap ke ibu, telinga bayi berada dalam satu garis lengan ibu, dagu bayi menempel pada payudara, dan jaga hidung bayi jangan sampai tertutup oleh payudara (Wulandari, Setyo. 2011:41).
2. Posisi mulut bayi dan puting susu ibu usahakan baik, ketika bayi hendak menyusui ibu menopang payudara dengan menjepit payudara menggunakan jari telunjuk dan tengah, berikan rangsangan pada bayi agar membuka mulut, masukkan puting susu melalui langit-langit atau mulut bayi, usahakan semua aerola masuk ke dalam mulut bayi (Wulandari, Setyo. 2011:41).

b) Waktu dan frekuensi ibu dalam menyusui

Ketika bayi sehat lambung akan kosong dalam waktu 2 jam, bayi mampu mengosongkan satu payudara dalam waktu sekitar 5-7 menit, ketika bayi menangis atau waktunya untuk menyusui segera susui bayi karena ketika kita menjadwalkan waktu menyusui atau membatasi jumlah ASI maka akan berdampak buruk, karena isapan bayi mempengaruhi produksi ASI. Ketika ibu menyusui usahakan kedua payudara di susukan

sehingga besar kedua payudara sama dan produksi ASI tetap baik (Wulandari, Setyo. 2011:41).

c) Pengeluaran ASI

Ketika ibu bekerja, pompa payudara ketika terasa penuh atau sebelum berangkat ke tempat kerja, kemudian simpan di udara terbuka (bertahan 6-8 jam), dilemari es dengan suhu 40°C (dapat bertahan 24 jam) atau di dalam *freezer* -18°C (6 bulan) sehingga bayi tetap meminum ASI eksklusif. Saat payudara penuh keluarkan terlebih dahulu supaya ketika menyusui bayi tidak tersedak karena payudara penuh. Ibu dapat mengeluarkan ASI dengan menggunakan tangan atau menggunakan alat (Wulandari, Setyo. 2011:41)

2.2.10 Faktor ketidak berhasilan memberikan ASI

a) Faktor bayi

1. Kelainan anatomik:
 - a. Bibir sumbing.
 - b. Deformitas fasial.
 - c. Kelainan gastrointestinal.
2. Kelainan fisiologis:
 - a. Frekuensi menyusui kurang sering.
3. Masalah organik:
 - a. Infeksi.
 - b. Prematur.
 - c. Kelainan syaraf pusat.

4. Psikologis:

- a. Bayi stress.
- b. Bayi yang sulit (Wulandari, Setyo Rini. 2011:81).

b) Faktor ibu

1. Kelainan anatomik:

- a. Payudara sudah di angkat.
- b. Jaringan payudara hipoplastik.
- c. Puting inverse.

2. Kelainan fisiologis:

- a. Kurangnya waktu menyusui.
- b. Stress, lelah, depresi, obat, rokok.
- c. Asupan gizi yang kurang.

3. Masalah organik:

- a. Ibu sedang sakit.
- b. Mengalami masalah hormonal.
- c. Ibu yang hamil lagi.

4. Psikologis:

- a. Ibu yang sedang depresi, cemas, memikirkan masalah, tergantung dengan orang lain, kurang mendapat dukungan dari suami/keluarga (Wulandari, Setyo Rini. 2011:82).

2.2.11 Faktor yang mempengaruhi ASI eksklusif

1. Pengetahuan

Pengetahuan ibu yang kurang tentang ASI eksklusif dapat mempengaruhi sikap dan perilaku ibu dalam menyusui (Septikasari, Majestika. 2018:34). Contoh dari pengetahuan:

- a. Pemahaman tentang ASI eksklusif.
- b. Manfaat ASI.
- c. Kandungan dari ASI.
- d. Kapan waktu pemberian ASI.
- e. Cara menyusui yang benar.
- f. Cara memperbanyak ASI.

2. Pekerjaan

Banyak aktivitas yang dilakukan oleh ibu baik di rumah maupun di luar rumah seperti bekerja dan belanja, membuat ibu menjadi sibuk sehingga berpengaruh terhadap kualitas ASI yang diberikan, ibu tidak dapat memberikan ASI eksklusif setiap 2-3 jam sekali (Septikasari, Majestika. 2018:34). Contoh dari pekerjaan yang dapat mempengaruhi ASI eksklusif:

- a. Kurangnya waktu istirahat ibu.
- b. Stressor meningkat.
- c. Sibuk dengan pekerjaan.

3. Dukungan keluarga

Keluarga merupakan unit lingkungan yang terkecil, terdekat, dan berpengaruh terhadap semua hal, termasuk keberhasilan ibu dalam menyusui, peran suami dan keluarga di rumah dapat menentukan kelancaran pengeluaran ASI ibu yang dipengaruhi oleh keadaan dan emosi (Septikasari, Majestika. 2018:34).

4. Tenaga kesehatan

Menurut Afifah (2007) peran tenaga kesehatan sangat penting dalam melindungi, meningkatkan serta mendukung niat ibu untuk menyusui secara eksklusif (Septikasari, Majestika. 2018:34). Contoh tenaga kesehatan yang mempengaruhi ASI eksklusif:

- a. Pemberian sufor atau ASI eksklusif.
- b. Melakukan IMD.
- c. Pemisahan antara ibu dan bayi pasca persalinan.
- d. Memberikan informasi tentang pentingnya ASI.
- e. Mengajari cara menyusui yang benar.

2.2.12 Dampak ketika ASI tidak diberikan secara eksklusif

Dampak saat anak tidak diberi ASI eksklusif cenderung mempunyai IQ lebih rendah di banding anak yang mendapat ASI eksklusif sekitar 12,9 point, anak juga rentan terkena penyakit seperti diare, sakit telinga, dan infeksi saluran pernafasan karena daya tahan tubuhnya lemah. Saat asupan nutrisi dari ASI kurang maka kecenderungan anak yang tidak mendapat ASI eksklusif mengalami gizi buruk. Dampak lebih buruknya lagi terjadi

kematian pada bayi, kemungkinan anak akan mempunyai risiko penyakit kronis seperti jantung, kanker, hipertensi, dan diabetes (Roesli. 2008:12).

2.2.13 Hubungan dukungan suami (*Breastfeeding Father*) terhadap keberhasilan ASI eksklusif

Suami merupakan seseorang yang paling dekat ketika ibu menyusui bayinya, waktu ibu menyusui suami mempunyai peran penting dalam kesuksesan pemberian ASI. Dukungan seorang suami sangat di butuhkan ibu saat menyusui, karena dukungan psikologis dari suami menambah kepercayaan ibu dalam proses menyusui (Widaryanti, Rahayu. 2019:17). Komunikasi yang dilakukan suami tentang pemahaman keadaan istri menjadi salah satu peran dari suami, perlu kesabaran yang luar biasa untuk memahami istri supaya psikologis ibu tetap baik dan tidak mempengaruhi ASI eksklusif (Indivara, Nadia. 2009:76).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ratno Widoyo (2015:64) dalam penelitiannya bahwa suami perlu mendukung ibu supaya bayi bisa mendapatkan ASI selama enam bulan. Dari beberapa literatur menjelaskan bahwa ibu yang mendapat dukungan dari seorang suami cenderung dapat memberikan ASI secara eksklusif. Sekarang ini dukungan suami sangat penting, masih banyak suami yang tidak memberikan akses baik kesehatan maupun kebutuhan ibu, terlihat peran seorang suami yang sangat besar terhadap keputusan keluarga, ketika suami memberikan dukungan penuh.

Tias Larasati dkk melakukan penelitian pada tahun 2016:598 bahwa dukungan suami menjadi dukungan yang sangat berarti untuk ibu, kehadiran suami sangat diharapkan oleh ibu ketika menyusui, mendampingi dan selalu

memberi dukungan untuk ibu. Dukungan yang diperoleh ibu dari suami setiap hari akan mempengaruhi dalam proses menyusui, sehingga dukungan dari suami menjadi salah satu faktor pendukung dalam keberhasilan ASI eksklusif.

Hasil penelitian dari I Made Andika Adiguna dkk tahun 2016:02 *Breastfeeding Father* merupakan dukungan yang diberikan oleh suami sebagai ayah kepada istri secara penuh dalam proses menyusui. Dukungan suami merupakan dukungan yang paling berarti untuk ibu, ayah berperan dalam keberhasilan ASI, karena dukungan ayah dapat menentukan reflek pengeluaran ASI (*milk let down reflex*) yang dipengaruhi oleh emosional atau perasaan ibu. Anak dari ayah yang mengerti tentang ASI memiliki 1,7 kali mendapatkan ASI eksklusif hingga 1 bulan pertama dan 1,9 kali pada bulan ketiga.

Berdasarkan penelitian dari Luke Hounsome dan Sally Dowling 2018:02 bahwa wanita membutuhkan dukungan dari suami untuk kesuksesan dalam menyusui. Survei menunjukkan bahwa wanita yang menyusui selama enam bulan sebesar 85% berpikir bahwa suami atau pasangan mereka mendukung dalam proses menyusui. Beberapa peneliti menunjukkan bahwa laki-laki tanpa menyadari telah memberikan pengaruh pada wanita dalam proses menyusui.

Sedangkan menurut (Hansen, Emily dkk. 2018:01) pandangan suami tentang menyusui merupakan penentu keputusan ibu dalam memberikan makanan pada bayi. Sikap dan tindakan yang diberikan oleh suami secara

2.4 Hipotesis

- a) H_0 : Tidak ada hubungan antara dukungan suami (*Breastfeeding father*) dengan keberhasilan ibu memberikan ASI eksklusif.
- b) H_1 : Ada hubungan antara dukungan suami (*Breastfeeding father*) dengan keberhasilan ibu memberikan ASI eksklusif.