

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. ASI

1. Definisi

Air Susu Ibu atau ASI adalah makanan yang paling baik untuk setiap bayi. (Shelov, 2005). Air Susu Ibu atau ASI adalah konsumsi bayi dan merupakan sumber gizi utama bayi yang belum dapat mencerna makanan padat. ASI adalah salah satu sumber makanan terbaik bagi bayi yang baru lahir karena memiliki begitu banyak zat penting yang bagus guna meningkatkan kekebalan tubuh terhadap penyakit. Penelitian ini juga menyatakan ASI adalah makanan yang bayi tidak adaandingannya. Makanan bayi dan susu yang dibuat dengan teknologi masa kini tidak mampu menggantikan sumber makanan yang menabjukkan ini. Karena banyaknya manfaat ASI,bahkan hampir setiap hari ditemukan satu manfaat baru ASI bagi bayi. Dengan demikian ASI eksklusif kepada bayi selama dua tahun setelah kelahiran terbukti sungguh bermanfaat.(Kodrat, 2010)

2. Manfaat ASI

A. Bagi Bayi

Pemberian ASI dapat membantu bayi memulai kehidupannya dengan baik. Kolostrum atau susu pertama mengandung antibodi yang kuat untuk mencegah infeksi dan membuat bayi menjadi kuat. Penting bagi bayi sekali untuk segera minum ASI dalam jam pertama sesudah lahir, kemudian setidaknya setiap 2 – 3 jam. ASI

mengandung campuran berbagai bahan makanan yang tepat bagi bayi. ASI saja – tanpa tambahan makanan lain – merupakan cara terbaik untuk memberi makan bayi dalam waktu 4 – 6 bulan pertama. Sesudah 6 bulan, beberapa bahan makanan lain harus di tambahkan pada bayi. Pemberian ASI pada umumnya harus ditambahkan pada bayi. Pemberian ASI pada umumnya harus disarankan selama setidaknya 1 tahun pertama kehidupan anak.

B. Bagi Ibu

1. Pemberian ASI membantu ibu untuk memulihkan diri dari proses persalinannya. Pemberian ASI selama beberapa hari pertama membuat rahim berkontraksi dengan cepat dan memperlambat perdarahan (hisapan pada puting susu merangsang dikeluarkannya hormon oksitosin alami yang akan membantu kontraksi rahim).
2. Wanita yang menyusui bayinya akan lebih cepat pulih / turun berat badan yang bertambah selama kehamilan.
3. Ibu yang menyusui, yang menstruasinya belum muncul kembali akan kecil kemungkinannya untuk menjadi hamil (kadar *prolaktin* yang tinggi akan menekan hormon FSH dan *ovulasi*)
4. Pemberian ASI adalah cara terbaik bagi ibu untuk mencurahkan kasih sayangnya kepada buah hatinya.

C. Bagi Semua Orang

1. ASI selalu bersih dan bebas hama yang dapat menyebabkan infeksi.

2. Pemberian ASI tidak memerlukan persiapan khusus.
3. ASI selalu tersedia dan gratis.
4. Bila ibu memberikan ASI pada bayinya sewaktu – waktu ketika bayinya meminta maka kecil kemungkinannya bagi ibu untuk hamil kembali dalam 6 bulan pertama sesudah melahirkan.
5. Ibu menyusui yang siklus menstruasinya belum pulih kembali akan memperoleh perlindungan sepenuhnya dari kemungkinan hamil.
(Sulistyawati.2009.Hal 18)

3. Jenis – Jenis ASI

Berdasarkan waktu produksinya, ASI di bedakan menjadi tiga, yaitu *kolostrum*, *foremik*, dan *hindmilk*. Penjelasan selengkapnya adalah sebagai berikut :

A. *Kolostrum*

Menurut Anton Baskoro, beberapa ciri penting yang menyertai produksi kolostrum adalah sebagai berikut :

1. Komposisi *kolostrum* mengalami perubahan secara berangsur – angsur setelah bayi lahir.
2. *Kolostrum* adalah cairan kental berwarna kekuning – kuningan, dan lebih kuning ketimbang ASI mature.
3. *Kolostrum* bertindak sebagai *laksatif* yang berfungsi membersihkan dan melapisi mekonium usus bayi yang baru lahir, serta mempersiapkan saluran pencernaan bayi untuk menerima makanan selanjutnya.

4. *Kolostrum* lebih banyak mengandung protein (sekitar 10 % protein)
dibandingkan ASI *mature* (kira – kira 1 % protein).

B. *Foremilk*

Air susu yang keluar pertama kali di sebut susu awal (*foremil*). Air susu ini hanya mengandung sekitar 1 – 2 % lemak dan terlihat encer, serta tersimpan dalam saluran penyimpanan. Air susu tersebut sangat banyak dan membantu menghilangkan rasa haus pada bayi.

C. *Hindmilk*

Hindmilk keluar setelah *foremilk* habis, yakni saat menyusui hampir selesai. *Hindmilk* sangat kaya, kental, dan penuh lemak bervitamin, sebagaimana hidangan utama setelah sup pembuka. Air susu ini memberikan sebagian besar energi yang dibutuhkan oleh bayi. (Prasetyono. 2009. Hal 95 – 96).

4. Periode Pemberian ASI

Menurut UU nomor 36 / tahun 2009 tentang ASI Pasal 128 ayat 1 mengatakan bahwa “ Setiap bayi berhak mendapatkan air susu ibu eksklusif sejak di lahirkan selama 6 enam bulan, kecuali indikasi medis “. (UU Kesehatan, 2010)

Waktu 6 bulan yang direkomendasikan oleh WHO untuk memberikan ASI eksklusif bukannya tanpa alasan. Para ahli menyatakan bahwa manfaat ASI akan meningkat jika bayi hanya diberi ASI saja selama enam bulan pertama kehidupannya. Pedoman internasional yang menganjurkan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama didasarkan pada bukti ilmiah tentang manfaat ASI bagi daya tahan hidup,

pertumbuhan, dan perkembangan bayi. ASI memberi semua energi dan gizi (nutrisi) yang dibutuhkan bayi selama enam bulan pertama hidupnya.

Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan, artinya hanya memberikan ASI selama enam bulan tanpa pemberian makanan tambahan atau minuman yang lain.(Yuliarti. 2010.Hal 1)

Menurut Prasetyono tahun 2009 hal 31 menyatakan bahwa WHO, UNICEF, dan Departemen Kesehatan Republik Indonesia melalui SK Menkes No. 450/Men/Kes/SK/IV/2004 tanggal 7 April 2004 telah menerapkan rekomendasi pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan. Dalam rekomendasi tersebut, dijelaskan bahwa untuk mencapai pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan optimal, bayi harus diberi ASI eksklusif selama 6 bulan pertama. Selanjutnya, demi tercukupinya nutrisi bayi, maka ibu mulai bayi, maka ibu mulai memberikan makanan pendamping ASI dan ASI hingga bayi berusia 2 tahun atau lebih.

B. Makanan Tambahan

1. Definisi

Makanan tambahan adalah makanan selain ASI dan susu formula.(Widodo.2010.Hal 49)

2. Tujuan Pemberian Makanan Tambahan pada Bayi

a. Tujuan Pemberian Makanan Tambahan

Tujuan pemberian makanan tambahan adalah agar bayi mendapatkan semua jenis zat-zat gizi yang dibutuhkan bayi misalnya karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral dan zat besi.

Tujuan pemberian makanan tambahan adalah :

- a. Melengkapi zat-zat gizi yang kurang terdapat dalam ASI.
- b. Mengembangkan kemampuan bayi untuk menerima bermacam-macam makanan dengan berbagai rasa dan tekstur.
- c. Mengembangkan kemampuan bayi untuk mengunyah dan menelan.
- d. Melakukan adaptasi terhadap makanan yang mengandung kadar energi yang tinggi (Soenardi, 2006).

3. Manfaat Pemberian Makanan Tambahan pada Bayi :

1. Zat Tenaga

Zat gizi yang menghasilkan tenaga atau energi adalah karbohidrat, lemak protein, tenaga diperlukan untuk melakukan aktifitasnya serta pertumbuhan dan perkembangannya

2. Zat Pembangun

Protein sebagai zat pembangun bukan hanya untuk pertumbuhan fisik dan perkembangan organ - organ tubuh, tetapi juga menggantikan jaringan.

3. Zat Pengatur

Zat pengatur berfungsi agar fungsi organ - organ dan jaringan tubuh termasuk otak dapat berjalan seperti yang diharapkan (Vera Urifi, 2003).

4. Jenis Makanan Tambahan

1. Jenis Makanan Tambahan yang dianjurkan

- a. Bubur tepung beras / beras merah, dimasak dengan menggunakan cairan air / kaldu daging / sayuran, susu formula, ASI atau air.
- b. Bubur tepung baik tepung maizena dimasak dengan kaldu atau susu formula / ASI.

- c. Pure buah atau buah yang dihaluskan, seperti pisang, pepaya, melon, apel, alpokat.
- d. Pure sayuran, sayuran yang direbus kemudian dihaluskan menggunakan blender. Sayuran yang dianjurkan, kacang polong, kacang merah, wortel, tomat, kentang, labu kuning. Selama memblender sayuran sebaiknya ditambah dengan kaldu atau air matang agar tekstur sayuran dapat lembut.
- e. Pure kacang, kacang merah / kacang hijau / kacang polong yang direbus dengan kaldu hingga empuk kemudian dihaluskan dengan blender. Pastikan blender atau alat saji berlabel *food grade* agar aman bagi bayi.
- f. Daging, pilih yang tidak berlemak.
- g. Ayam, pilih daging ayam kampung muda tanpa tulang, kulit dan lemak.
- h. Ikan, pilih daging ikan tanpa duri seperti *fillet* salmon, *fillet* ikan kakap dan gindara.

2. Jenis Makanan Tambahan Yang Tidak Dianjurkan

- a. Semua jenis makanan yang mengandung protein *gluten*, biasanya terdapat di dalam tepung terigu, barley, biji gandum, *cookies* dari tepung terigu dan havermut. Protein gluten di dalam bahan pangan ini seringkali menyebabkan perut kembung, mual dan diare pada bayi.
- b. Hindari pemberian gula, garam, bumbu masak / penyedap rasa terhadap makanan bayi.
- c. Makanan terlalu berlemak.
- d. Buah terlalu asam, seperti jeruk, sirsak.
- e. Makanan terlalu pedas atau berbumbu tajam, hindari cabe, lada dan asam.

- f. Susu sapi dan olahannya. Khusus untuk bayi yang memiliki reaksi alergi terhadap susu sapi atau lactose intolerance.
- g. Buah-buahan mengandung gas, durian, cempedak, pemicu kembung dan sembelit.
- h. Sayuran mengandung gas, kol, kembang kol, lobak, pemicu perut kembung.
- i. Kacang tanah, bisa menyebabkan alergi atau pemicu anaphylactic shock atau pembengkakan pada tenggorokan sehingga bayi susah bernapas.
- j. Seringkali telur memicu alergi, berikan bertahap dengan porsi kecil dan lihat reaksinya. Jika tidak menimbulkan alergi telur bisa diberikan (Nuraeni, 2009)

5. Kapan memulai makanan tambahan ?

Dalam praktek sehari – hari masih banyak dokter yang menyarankan untuk memberikan makan tambahan saat bayi berusia 4 bulan., karena hal ini sudah dipraktekkan sejak lama. Memang tidak ada pedoman yang tepat tentang umur beberapa bayi harus memulai makanannya. Batas ideal yang dipakai sejak lama adalah usia 4 – 6 bulan. Namun, rekomendasi terbaru American Academy of Pediatrics (AAP) dan WHO menyarankan hanya memberikan ASI eksklusif sampai berusia 6 bulan. Karena setelah 6 bulan, tubuh bayi sudah lebih siap menerima makanannya. Ini berarti makanan tambahan sebaiknya baru di mulai saat bayi berusia 6 bulan.(Suririnah.2009. Hal 128)

6. Dampak Pemberian Makanan Tambahan

1. Dampak memberikan makanan tambahan terlalu dini pada bayi :

- a. Pencernaan bayi belum berkembang sempurna sehingga belum dapat mencerna makanan dengan baik, hanya akan menimbulkan keluhan perut

dan pencernaan yang bahkan dapat menimbulkan keluhan perut dan pencernaan yang bahkan dapat menimbulkan masalah yang lebih serius.

- b. Resiko alergi makanan terutama pada keluarga dengan riwayat alergi akan meningkat. Setelah bayi berusia sekitar 6 bulan, sistem pencernaan dan imun (kekebalan tubuh) sudah lebih matang sehingga mengurangi resiko alergi yang berat.
- c. Refleks mendorong benda apa pun dengan lidahnya kecuali ASI / dot susu baru akan hilang pada usia 4-6 bulan. bayi perlu mampu mengunyah dan menelan dengan baik dahulu sebelum ia dapat mulai makan dengan aman.

2. Dampak memberikan makanan terlalu lambat pada bayi:

- a. Menyebabkan defisiensi nutrisi seperti zat besi, vitamin A dan D karena ASI sangat sedikit mengandung nutrisi ini.
- b. Menghilangkan kesempatan bayi untuk belajar kemampuan baru dan mengenali rasa baru makanan tambahannya.
- c. Membuat bayi terlambat belajar mengunyah makanan yang akan membantu perkembangan rahangnya (Suririnah, 2009).

C. Faktor-faktor Yang Menyebabkan Ibu Memberikan Makanan Tambahan Pada Bayi Usia 0-6 Bulan

Faktor-faktor yang mempengaruhi ibu memberikan makanan tambahan pada bayi 0-6 bulan yaitu : faktor kesehatan bayi, dan faktor iklan (Soetjningsih,1997), faktor pengetahuan ibu, faktor petugas kesehatan, faktor budaya, dan faktor ekonomi (Suharjo,1992)

1. Faktor Kesehatan Bayi

Faktor kesehatan bayi adalah salah satu faktor yang dapat menyebabkan ibu memberikan makanan tambahan pada bayinya antara lain kelainan anatomik berupa sumbing pada bibir atau *palatum* yang menyebabkan bayi kesulitan menciptakan tekanan negatif pada rongga mulut, masalah organik yaitu prematuritas, dan faktor fisiologi di mana bayi menjadi rewel atau sering menangis baik sebelum maupun sesudah menyusui akibatnya produksi ASI ibu menjadi berkurang karena bayi menjadi jarang disusui (Arifin, 2004)

2. Faktor Iklan

Promosi ASI tidak cukup kuat menandingi promosi pengganti ASI dan pemberian makanan tambahan. Iklan tidak saja ditemukan di kota, bahkan tersedianya berbagai media elektronik maupun cetak tentang informasi mengenai makanan tambahan. Distribusi, iklan, dan promosi susu buatan dan bahkan meningkat di tempat praktek swasta dan klinik kesehatan masyarakat di Indonesia (Arifin, 2004). Sebahagian produsen maasih berpegang pada peraturan lama yaitu batasan ASI eksklusif sampai usia enam bulan sehingga makanan tambahan misalnya bubur susu, biskuit masih mencantumkan label untuk usia enam bulan ke atas (Soetjningsih,1997). Selanjutnya iklan menarik ibu agar enggan memberikan ASI-nya, apalagi iklan yang menyesatkan seolah-olah dengan teknologi super canggih dapat membuat makanan tambahan secanggih ASI ibu atau lebih dari ASI. Di mana terdapat suatu nutrien yang melebihi nutrien yang terkandung pada ASI ibu (Andriyati, 2008)

Kebanyakan ibu-ibu di perkotaan sebagai karyawan atau pekerja profesional. Meskipun kelompok ini tahu manfaat dan keunggulan ASI, namun sulit untuk mempraktekkannya. Alokasi waktu kerja sehari-hari yang banyak berada di luar rumah, sehingga tidak bisa merawat bayi sepenuhnya, lebih memilih untuk menggunakan makanan tambahan lantaran dianggap lebih menguntungkan dan membantu mereka dalam pekerjaan mereka, dan ibu-ibu juga terpengaruh oleh lingkungan sendiri dan terpengaruh oleh produk makanan tambahan yang beredar di pasaran seperti : Sun, Promina, Cerelac, Nestrum Nutricia, Milna dan Farley. Pemberian ASI yang tidak bisa dilakukan secara penuh biasanya akan didampingi dengan susu formula, hal ini di pengaruhi oleh gaya hidup yang selalu mau meniru orang lain, atau hanya untuk prastise dan merasa ketinggalan zaman jika menyusui bayinya (Prasetyono, 2009).

3. Faktor Pengetahuan Ibu

Berbagai aspek kehidupan kota telah membawa pengaruh terhadap banyak para ibu untuk tidak menyusui bayinya. Padahal makanan pengganti yang bergizi tinggi jauh dari jangkauan mereka. Kurangnya pengertian dan pengetahuan ibu tentang manfaat ASI dan menyusui menyebabkan ibu-ibu mudah terpengaruh dan beralih kepada susu botol atau susu formula. Untuk itu petugas kesehatan perlu membekali pengetahuan ibu dalam pemberian ASI eksklusif.

Bagi ibu peningkatan pengetahuan dapat diperoleh melalui penerimaan informasi, disamping itu dengan majunya ilmu pengetahuan dan teknologi dapat dijadikan media dalam menimbah pengetahuan tentang ilmu-ilmu yang berkembang di dunia luar sehingga para ibu yang memberi ASI eksklusif dapat melakukannya dengan baik.

Pengetahuan merupakan proses belajar dengan menggunakan pancaindera yang di lakukan seseorang terhadap objek tertentu untuk dapat menghasilkan pengetahuan dan

keterampilan. Hal ini dapat diperhatikan apabila seseorang pengetahuan cukup, maka informasi yang di sampaikan akan jelas dan mudah diterima oleh penerima, akan tetapi apabila pengetahuan kurang maka akan menghasilkan informasi yang kurang (Hidayat, 2008).

4. Faktor Petugas Kesehatan.

Program laktasi adalah suatu program agar dihasilkan suatu pelayanan yang *komprehensif* dan terpadu bagi ibu yang menyusui, sehingga promosi ASI secara aktif dapat dilakukan petugas kesehatan. Dalam hal ini sikap dan pengetahuan petugas kesehatan adalah faktor penentu kesiapan petugas dalam mengelola ibu menyusui. Selain itu sistem pelayanan kesehatan dan tenaga kesehatan juga mempengaruhi kegiatan menyusui.

Perilaku tenaga kesehatan biasanya ditiru oleh masyarakat dalam hal perilaku hidup sehat. Promosi pemberian makanan bayi yang optimal dalam setiap tumbuh kembangnya sangatlah penting untuk mendukung keberhasilan ibu dalam menyusui bayinya (Elza, 2008). Selain itu adanya sikap petugas kesehatan baik yang berada di klinisi maupun di masyarakat dalam hal menganjurkan masyarakat agar menyusui bayi secara eksklusif pada usia 0-6 bulan dan dilanjutkan sampai dua tahun dan juga meningkatkan kemampuan petugas kesehatan dalam hal PP-ASI sehingga petugas terampil dalam melaksanakan penyuluhan kepada masyarakat luas (Erlina, 2008)

5. Faktor Ekonomi

Beberapa wanita yang bekerja sebagai karir, bekerja bukan karena tuntutan ekonomi melainkan karena status, atau memang dirinya dibutuhkan. Pada kasus lain, ibu bekerja di luar rumah karena tuntutan ekonomi, dimana penghasilan suami tidak mampu mencukupi kebutuhan kebutuhan keluarga. Gaji yang rendah sebagai alasan utama istri

untuk mencari nafkah. Dengan bekerja di luar rumah ibu tidak dapat berhubungan dengan bayinya. Akhirnya ibu cenderung memberikan susu formula. Kemudian hal ini juga akan mempengaruhi gizi ibu hamil baik pada saat hamil maupun ibu melahirkan. Walaupun pada saat hamil kalori dan nutrisi diperlukan tetapi ibu tidak memenuhinya. Akibatnya kalori yang dibutuhkan sebagai persiapan produksi ASI akan berkurang sehingga kualitas dan kuantitas ASI tidak terpenuhi demikian juga pada saat ibu sedang menyusui bayinya (Suhardjo,1992).

6. Faktor Budaya.

Persepsi masyarakat gaya hidup mewah membawa dampak menurunnya kesediaan menyusui. Bahkan adanya pandangan bagi kalangan tertentu bahwa susu botol sangat cocok buat bayi dan yang terbaik. Pengaruh budaya juga sangat menentukan status kesehatan bayi di mana terdapat keterkaitan secara langsung antara budaya dengan pengetahuan. Budaya di keluarga dan di masyarakat dapat juga menimbulkan penurunan kesehatan bayi. Kebiasaan ibu dalam keluarga atau anggota keluarga dengan memberikan makanan tambahan yang di berikan kepada bayi seperti pisang pada bayi baru lahir dengan anggapan bayi cepat besar dan berkembang, atau bayi tidak boleh makan daging dan telur karena dapat menimbulkan penyakit cacangan. Berbagai contoh budaya yang ada di dalam keluarga dan di masyarakat tersebut sangat besar mempengaruhi derajat kesehatan bayi mengingat bayi dalam masa pertumbuhan dan perkembangan yang tentunya membutuhkan perbaikan gizi atau nutrisi yang cukup. Budaya modern dan perilaku masyarakat yang meniru negara barat mendesak para ibu untuk segera menyapih bayinya dan memilih susu buatan sebagai jalan keluarnya (Hidayat,2008)