

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Pemberian ASI Eksklusif

a. Pengertian

Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan yang ideal untuk bayi karena ASI menyediakan semua energi dan nutrisi yang dibutuhkan bayi pada periode awal kehidupan. *World Health Organization* (WHO) dan *United Nations Emergency Children's Fund* (UNICEF) merekomendasikan bayi mulai menyusui pada jam pertama kelahiran dan dilanjutkan menyusui secara eksklusif yang artinya bayi hanya mendapat ASI saja tanpa makanan atau minuman lain termasuk air mineral selama enam bulan (Fitri, 2023).

ASI merupakan makanan pertama, utama dan terbaik bagi bayi yang bersifat alamiah. ASI mengandung berbagai zat gizi yang dibutuhkan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan bayi. Definisi WHO menyebutkan bahwa ASI eksklusif yaitu bayi hanya diberi ASI saja tanpa cairan atau makanan padat apapun kecuali vitamin, mineral dan obat dalam bentuk tetes atau sirup sampai usia 6 bulan (Nasution, 2022).

Air Susu Ibu (ASI) sebagai makanan alamiah merupakan makanan yang terbaik yang dapat diberikan oleh seorang ibu

kepada anak yang baru dilahirkannya. Selain komposisinya sesuai untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi yang berubah sesuai dengan kebutuhan bayi pada setiap saat, ASI juga mengandung zat pelindung yang dapat menghindari bayi dari berbagai penyakit infeksi. Pemberian ASI juga mempunyai pengaruh emosional yang luar biasa yang mempengaruhi hubungan batin ibu dan anak serta perkembangan jiwa anak. Demikian juga, terdapat hubungan yang bermakna antara menyusui dengan penjarangan kelahiran (Maryanti, 2021).

b. Jenis-Jenis ASI

1) Kolostrum

Kolostrum merupakan Air Susu Ibu (ASI) yang dikeluarkan hari-hari pertama setelah melahirkan, sangat kental dan berwarna kekuning-kuningan yang memberikan perlindungan terhadap infeksi pada bayi serta memiliki efek laktasif (pencahar) yang dapat membantu bayi mengeluarkan feses/tinja pertama (Yunita et al., 2021). Kolostrum mengandung banyak vitamin A, protein, vitamin E dan K serta beberapa mineral seperti natrium dan Zn. Pada hari pertama pada kondisi normal produksi kolostrum sekitar 10-100 cc dan terus meningkat setiap hari sampai sekitar 150/300 ml/24 jam (Mutmainah, 2024).

2) Air Susu Masa Peralihan

Air susu masa peralihan merupakan ASI peralihan dari kolostrum menjadi ASI yang matur. ASI jenis ini disekresi dari hari keempat sampai dengan hari kesepuluh dari masa laktasi. Kadar *imonoglobulin* dan protein dalam ASI jenis ini semakin rendah, tetapi kadar *laktosa* dan lemak serta volume juga meningkat dibandingkan kolostrum. Selama periode ini, terjadi perubahan komposisi ASI sebagai berikut (Sari, 2021):

a) Penurunan Kadar Protein

Kandungan protein dalam ASI menurun dibandingkan dengan kolostrum.

b) Peningkatan Kadar Karbohidrat dan Lemak

Kadar karbohidrat (terutama laktosa) dan lemak meningkat untuk memenuhi kebutuhan energi bayi yang bertambah.

c) Peningkatan Volume ASI

Produksi ASI meningkat secara signifikan selama fase peralihan ini.

3) Air Susu Matur

Air Susu Matur adalah ASI yang diproduksi mulai hari kesepuluh hingga seterusnya setelah melahirkan, dengan komposisi yang relatif stabil. Komposisi ASI matur dirancang untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi secara optimal.

Kandungan protein menurun dibandingkan dengan kolostrum, sementara kadar karbohidrat dan lemak meningkat, menyediakan sumber energi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Selain itu, ASI matur mengandung berbagai vitamin dan mineral penting yang mendukung kesehatan bayi (Mamuroh, 2024).

Perubahan komposisi ASI dari kolostrum ke ASI matur memastikan bahwa bayi menerima nutrisi yang sesuai dengan tahap pertumbuhannya. ASI matur terdiri dari dua jenis (Mamuroh, 2024):

a) Susu Awal (*Foremilk*)

Dikeluarkan pada awal sesi menyusui, berfungsi untuk memenuhi kebutuhan cairan bayi.

b) Susu Akhir (*Hindmilk*)

Dikeluarkan pada akhir sesi menyusui, kaya akan lemak dan kalori untuk mendukung pertumbuhan bayi.

c. Kandungan ASI

ASI berisi banyak unsur atau zat yang memenuhi kebutuhan individu walaupun terjadi kemajuan teknologi, ASI tidak dapat digantikan secara akurat oleh susu buatan. ASI sering kali disebut sebagai cairan kehidupan (*living fluid*). ASI mengandung berbagai kandungan diantaranya (Amalia, 2021):

1) Lemak

Sumber kalori utama dalam ASI adalah lemak, yaitu sekitar 50% kalori ASI berasal dari lemak. Kadar lemak dalam ASI antara 3,5-4,5%. Walaupun kadar lemak dalam ASI tinggi, tetapi mudah dicerna oleh bayi karena terdiri dari butiran-butiran *triglycerid* yang mudah dicerna dan diserap oleh bayi. Kandungan *triglycerid* yang mudah dicerna dan diserap bayi. Kandungan *triglycerida* dalam lemak ASI sebanyak 98% dari seluruh lemak susu ibu. Kadar lemak ASI matur dapat berbeda menurut lama menyusui. Pada permulaan menyusui (lima menit pertama) disebut *foremilk* yang kadar lemak ASI rendah (1-2 g/dl) dan lebih tinggi pada *hindmilk*, yaitu ASI yang dihasilkan pada akhir menyusui (15-20 menit). Kadar lemak *hindmilk* bisa mencapai tiga kali lipat dibandingkan dengan *foremilk*.

2) Protein

Karbohidrat utama dalam ASI adalah laktosa yang kadarnya paling tinggi dibandingkan susu mamalia lain (7%). Laktosa mudah diurai menjadi glukosa dan galaktosa dengan bantuan enzim laktase yang sudah ada dalam saluran pencernaan sejak lahir. Laktosa mempunyai manfaat lain yaitu meningkatkan absorpsi kalsium dan merangsang pertumbuhan *lactobacillus bifidus*.

3) Karbohidrat

Protein dalam susu adalah *kasein* dan *whey*. Kadar protein sebesar 0.99% dan sebesar 60% diantaranya *whey* yang lebih mudah dicerna dibandingkan *kasein* (protein utama susu sapi). Selain mudah dicerna, dalam ASI terdapat dua macam asam amino yang tidak terdapat dalam susu sapi yaitu *sistin* dan *taurin*. *Sistin* diperlukan untuk pertumbuhan *somatik* sedangkan *taurin* untuk pertumbuhan otak.

4) Garam dan Mineral

ASI mengandung mineral lengkap. Kadarnya relatif rendah, tetapi cukup untuk bayi sampai usia enam bulan. Total mineral selama laktasi adalah konstan, tetapi beberapa mineral yang spesifik kadarnya tergantung pada diet dan stadium laktasi. Besi dan kalsium paling stabil karena tidak dipengaruhi oleh diet ibu.

Garam organik yang terdapat dalam ASI terutama adalah kalsium, kalium, serta natrium dari asam klorida dan fosfat. Dan juga mengandung bahan pembuat darah yaitu, tembaga, besi, dan mangan. Kalsium dan fosfor merupakan bahan pembentuk tulang yang kadarnya dalam ASI cukup. Seng diperlukan untuk tumbuh kembang, sistem imunitas, dan pencegahan penyakit tertentu seperti penyakit yang mengenai kulit serta saluran pencernaan yang berakibat fatal. Bayi yang

mendapatkan ASI akan terhindar dari penyakit ini dikarenakan ASI mengandung cukup seng. Kadar garam dan mineral yang rendah dalam susu diperlukan oleh bayi baru lahir karena ginjal belum dapat mengonsentrasikan air kemih yang baik. Bayi yang mendapat susu sapi atau susu formula yang tidak dimodifikasi dapat menderita otot kejang karena *hipokalsemia*. Hal ini dikarenakan kadar kalsium dalam susu sapi lebih rendah dibandingkan ASI, sedangkan fosfor jauh lebih tinggi sehingga mengganggu penyerapan kalsium dan magnesium. ASI dan susu sapi mengandung zat besi dalam kadar yang tidak terlalu tinggi, tetapi zat besi dalam ASI lebih mudah diserap dan lebih banyak (>50%).

5) Vitamin

ASI cukup mengandung vitamin yang diperlukan bayi, diantaranya vitamin D, E, dan K. Vitamin E terdapat pada kolostrum, vitamin K diperlukan sebagai katalisator dalam proses pembekuan darah dan terdapat dalam ASI dalam jumlah yang cukup, serta mudah diserap. ASI juga mengandung vitamin D, tetapi bayi prematur atau bayi yang kurang mendapat sinar matahari dianjurkan pemberian suplementasi vitamin D.

ASI tidak hanya mengandung antibodi dan zat kekebalan lainnya yang membantu melindungi bayi dari

berbagai penyakit dan infeksi, tetapi juga membentuk sistem kekebalan tubuh yang lebih kuat. Komponen-komponen ini berperan dalam melawan bakteri, virus, dan patogen lain yang dapat membahayakan kesehatan bayi. ASI juga mengandung faktor-faktor pertumbuhan dan hormon yang mempengaruhi perkembangan organ dan jaringan tubuh bayi secara optimal. Enzim dan zat-zat bioaktif dalam ASI mendukung pencernaan yang sehat dan penyerapan nutrisi oleh tubuh bayi. Selain itu, ASI mengandung prebiotik dan probiotik alami yang mendukung pertumbuhan bakteri baik dalam saluran pencernaan bayi, yang pada gilirannya mendukung kesehatan pencernaan dan sistem kekebalan tubuh bayi (Khotimah, 2024).

d. Manfaat ASI

ASI eksklusif memiliki banyak manfaat terutama bagi bayi dan ibu. Manfaat ASI eksklusif bagi bayi dan ibu adalah sebagai berikut (Khotimah, 2024):

1) Manfaat bagi Bayi

a) ASI sebagai nutrisi

ASI merupakan sumber gizi yang sangat ideal dengan komposisi yang seimbang dan disesuaikan dengan kebutuhan pertumbuhan bayi. ASI adalah makanan yang paling sempurna baik kualitas maupun kuantitasnya.

Melalui penatalaksanaan menyusui yang benar, ASI sebagai makanan tunggal akan cukup memenuhi kebutuhan tumbuh bayi normal sampai usia 6 bulan.

b) ASI sebagai Kekebalan

ASI meningkatkan daya tahan tubuh bayi. Bayi baru lahir secara alamiah mendapatkan zat kekebalan dari ibunya melalui plasenta, tetapi kadar zat tersebut akan cepat sekali menurun segera setelah bayi lahir, padahal bayi sampai usia berapa bulan tumbuh belum dapat membentuk sendiri zat kekebalan secara sempurna. Oleh karena itu, kadar zat kekebalan di dalam tubuh bayi menjadi rendah. Hal ini akan tertutupi jika bayi mengkonsumsi ASI. ASI mengandung zat kekebalan yang akan melindungi bayi dari bahaya penyakit infeksi, seperti diare, infeksi telinga, batuk pilek, dan penyakit alergi. Angka morbiditas dan mortalitas bayi yang diberi ASI eksklusif lebih kecil dibandingkan dengan bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif.

c) ASI Meningkatkan Kecerdasan Bayi

Bulan – bulan pertama kehidupan bayi sampai dengan usia 2 tahun adalah periode dimana terjadi pertumbuhan otak yang sangat pesat. Periode ini tidak akan terulang lagi selama masa tumbuh kembang anak. Pertumbuhan

otak adalah faktor utama yang mempengaruhi perkembangan kecerdasan. Sementara itu, pertumbuhan otak sangat dipengaruhi oleh nutrisi yang diberikan dari segi kualitas dan kuantitasnya. Nutrisi utama untuk pertumbuhan otak antara lain : *Taurin, Lactosa, DHA, AA, Asam Omega-3*, dan *Omega-6*. Semua nutrisi yang dibutuhkan tersebut, bisa didapatkan dari ASI.

d) ASI Meningkatkan Jalinan Kasih Sayang

Pada waktu menyusui, bayi berada sangat dekat dengan dekapan ibunya. Semakin sering bayi berada dalam dekapan ibunya, maka bayi akan semakin merasakan kasih sayang ibunya. Ia juga akan merasa aman, tentram, dan nyaman terutama karena masih dapat mendengar detak jantung ibunya yang telah dikenalnya sejak dalam kandungan. Perasaan yang terlindungi dan disayangi inilah yang akan menjadi dasar perkembangan emosi bayi dan membentuk ikatan yang erat antara ibu dan bayi.

Selain empat manfaat pokok di atas, ada beberapa manfaat lain pemberian ASI bagi bayi yaitu ASI mudah dicerna karena mengandung enzim pencernaan sehingga bayi tidak mengalami *obstipasi* (sembelit), dan ASI tidak memberatkan fungsi ginjal yang belum sempurna. ASI juga menunjang perkembangan motorik sehingga bayi yang mendapatkan ASI eksklusif akan lebih

cepat bisa berjalan, membantu pembentukan rahang, meningkatkan daya penglihatan dan kepandaian bicara, mencegah obesitas (kegemukan) pada bayi, dan mencegah anemia akibat kekurangan zat besi. Selain itu ASI mengurangi risiko terkena penyakit diabetes, kanker pada anak, dan diduga mengurangi kemungkinan menderita penyakit jantung.

2) Manfaat bagi Ibu

- a) Mengurangi Perdarahan dan Anemia setelah Melahirkan serta Mempercepat Pemulihan Rahim ke Bentuk Semula

Menyusui bayi segera setelah melahirkan akan meningkatkan kadar oksitosin di dalam tubuh ibu. Oksitosin berguna untuk proses konstriksi/penyempitan pembuluh darah di rahim sehingga perdarahan akan lebih cepat berhenti pada ibu postpartum, sehingga kemungkinan terjadinya perdarahan dapat berkurang. Hal ini juga dapat mengurangi terjadinya anemia pada ibu. Selain itu kadar oksitosin yang meningkat juga mempercepat rahim kembali mendekati ukuran seperti sebelum hamil.

- b) Menjarangkan Kehamilan

Menyusui/memberikan ASI pada bayi merupakan cara kontrasepsi alamiah yang aman tanpa alat kontrasepsi apapun sampai ibu belum mendapatkan menstruasi,

murah, dan cukup efektif, disebut juga *Metode Amenorrhoe Laktasi* (MAL).

c) Lebih Cepat Kembali ke Berat Badan Semula

Menyusui memerlukan energi yang besar, tubuh ibu akan mengambil sumber energi dari lemak-lemak yang tertimbun selama hamil terutama di bagian paha dan lengan atas, sehingga berat badan ibu menyusui akan lebih cepat kembali ke berat badan semula

d) Mengurangi Kemungkinan Menderita Kanker

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa menyusui akan mengurangi kemungkinan terjadinya kanker payudara dan akan mengurangi resiko terkena penyakit kanker indung telur.

e) Lebih Ekonomis dan Murah

ASI adalah jenis makanan yang bermutu tinggi yang murah dan sederhana yang tidak memerlukan perlengkapan menyusui sehingga dapat menghemat pengeluaran. Bayi yang diberi ASI eksklusif mempunyai daya tahan tubuh kuat, sehingga bayi akan terhindar dari berbagai penyakit infeksi.

f) Menghemat Waktu, Portabel, dan Praktis

ASI juga mudah di bawa kemana-mana. Pada saat berpergian tidak perlu untuk membawa peralatan

membuat susu dan alat listrik untuk memasak atau menghangatkan susu serta tidak perlu takut basi karena ASI di dalam payudara ibu tidak akan pernah basi.

g) Memberikan Kepuasan Kepada Ibu

Ibu yang berhasil memberikan ASI eksklusif pada bayinya akan merasa puas, bangga dan bahagia yang mendalam.

e. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi ASI Eksklusif

Pemberian ASI Eksklusif sering mengalami kendala yang membuat ibu pada akhirnya memutuskan untuk berhenti memberikan ASI Eksklusif (Kebo et al., 2021). Terdapat dua faktor yang mempengaruhi dalam pemberian ASI eksklusif yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

1) Faktor Internal

a) Pendidikan

Tingkat pendidikan ibu dapat memengaruhi pemahaman dan kesadaran tentang pentingnya ASI eksklusif. Ibu dengan pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki akses lebih luas terhadap informasi yang benar mengenai manfaat menyusui (Marwiyah, 2020).

b) Pengetahuan

Tingkat pengetahuan ibu mengenai manfaat dan pentingnya ASI eksklusif sangat berpengaruh terhadap praktik pemberian ASI. Ibu dengan pengetahuan yang baik cenderung lebih berhasil memberikan ASI eksklusif (Marwiyah, 2020).

c) Sikap atau Perilaku

Sikap positif dan perilaku proaktif ibu terhadap menyusui berperan dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Ibu yang memiliki sikap dan perilaku mendukung cenderung lebih konsisten dalam menyusui secara eksklusif (Purnamasari, 2023).

d) Psikologis

Keadaan psikologis ibu, seperti motivasi dan kesiapan mental, memengaruhi kemampuan dan keinginan ibu untuk menyusui secara eksklusif. Motivasi yang tinggi pada ibu berperan penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Handarini, 2023).

e) Emosional

Stabilitas emosional ibu berperan penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Stres, kecemasan, atau tekanan emosional dapat menghambat produksi ASI

dan menurunkan semangat ibu dalam menyusui (Handarini, 2023).

2) Faktor Eksternal

a) Dukungan Keluarga dan Suami

Dukungan dari suami dan anggota keluarga lainnya sangat penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Kehadiran dukungan emosional dan praktis dari keluarga dapat meningkatkan motivasi ibu untuk menyusui secara eksklusif (Marwiyah, 2020).

b) Dukungan Tenaga Kesehatan

Informasi dan dorongan yang diberikan oleh tenaga kesehatan, seperti bidan dan perawat, berperan penting dalam memotivasi ibu untuk memberikan ASI eksklusif. Ibu yang menerima dukungan dari tenaga kesehatan cenderung lebih termotivasi untuk menyusui secara eksklusif (Indrayani, 2024).

c) Pekerjaan Ibu

Ibu yang bekerja mungkin menghadapi tantangan dalam mempertahankan pemberian ASI eksklusif karena keterbatasan waktu dan fasilitas yang mendukung di tempat kerja. Kebijakan perusahaan yang tidak mendukung, seperti kurangnya waktu istirahat atau fasilitas penyimpanan ASI yang layak, dapat menghalangi

ibu untuk melanjutkan praktik ASI eksklusif (Ghina Bayna Putri Bauty, 2024).

d) Promosi Susu Formula

Meningkatnya promosi susu formula dapat memengaruhi persepsi ibu tentang pemberian ASI eksklusif. Informasi yang salah atau promosi yang agresif dapat mengurangi kepercayaan diri ibu dalam kemampuan menyusui (Juniar, 2023).

e) Budaya dan Norma Sosial

Norma budaya dan sosial di masyarakat dapat memengaruhi praktik pemberian ASI eksklusif. Beberapa budaya mungkin memiliki dukungan yang kuat terhadap praktik ASI eksklusif, sementara yang lain mungkin lebih mendukung penggunaan susu formula atau pemberian makanan tambahan pada bayi sebelum usia 6 bulan (Ghina Bayna Putri Bauty, 2024).

f. Langkah Keberhasilan ASI Eksklusif

Penerapan sepuluh langkah menuju keberhasilan menyusui (Sari, 2024).

- 1) Menetapkan kebijakan peningkatan Pemberian Air Susu Ibu yang secara rutin dikomunikasikan kepada semua petugas.
- 2) Melakukan pelatihan bagi petugas untuk menerapkan kebijakan tersebut.

- 3) Memberikan penjelasan kepada ibu hamil tentang manfaat menyusui dan tatalaksananya dimulai sejak masa kehamilan, masa bayi lahir, sampai umur 2 tahun.
- 4) Membantu ibu mulai menyusui bayinya dalam 60 menit setelah melahirkan di ruang bersalin.
- 5) Membantu ibu untuk memahami cara menyusui yang benar dan cara mempertahankan menyusui meski ibu dipisah dari bayi atas indikasi medis.
- 6) Tidak memberikan makanan atau minuman apapun selain ASI kepada bayi baru lahir.
- 7) Melaksanakan rawat gabung dengan mengupayakan ibu bersama bayi 24 jam sehari.
- 8) Membantu ibu menyusui semau bayi semau ibu, tanpa pembatasan terhadap lama dan frekuensi menyusui
- 9) Tidak memberikan dot atau kempeng kepada bayi yang diberi ASI.
- 10) Mengupayakan terbentuknya kelompok pendukung ASI di masyarakat dan merujuk ibu kepada kelompok tersebut ketika pulang dari Rumah Sakit/Rumah Bersalin/Sarana Pelayanan Kesehatan.

g. Dampak Tidak diberi ASI Eksklusif

Bayi yang tidak diberikan ASI eksklusif akan lebih rentan untuk terkena penyakit kronis, seperti jantung, hipertensi, dan

diabetes setelah ia dewasa serta dapat menderita kekurangan gizi dan mengalami obesitas. Bayi yang tidak mendapat ASI eksklusif lebih berisiko mengalami penyakit infeksi, serta pemberian ASI kurang dari enam bulan berpeluang lebih cepat terkena infeksi, yang sering terjadi adalah penyakit diare. Pemberian ASI selama 6 bulan dibandingkan dengan ASI hanya 3-4 bulan mengakibatkan morbiditas diare lebih rendah, amenorea laktasi berkepanjangan, dan tidak ada gangguan pertumbuhan bayi (Dahliansyah, SKM, M.Gz, 2022).

Pemberian ASI eksklusif selain bermanfaat bagi bayi juga bermanfaat bagi ibu diantaranya sebagai kontrasepsi alami saat ibu menyusui dan sebelum menstruasi, menjaga kesehatan ibu dengan mengurangi risiko terkena kanker payudara dan membantu ibu untuk menjalin ikatan batin kepada anak. Pemberian ASI dapat membantu mengurangi pengeluaran keluarga karena tidak membeli susu formula yang harganya mahal.

h. Cara Mengukur Bayi Sudah Mendapatkan ASI Cukup

Memastikan bayi mendapat ASI yang cukup sangat penting untuk mendukung tumbuh kembang bayi.

1) Penambahan Berat Badan pada Bayi

Bayi dianggap cukup mendapatkan ASI jika terdapat penambahan berat badan yang signifikan, bayi merasa puas dan kenyang setelah menyusui, kemudian bayi bisa tidur

nyenyak selama 2-4 jam. Tanda kecukupan ASI pada bayi yaitu berat badannya naik lebih dari 10% pada minggu pertama.

2) Frekuensi Menyusui

Bayi yang mendapatkan ASI yang cukup biasanya menyusui sesuai permintaan, dengan frekuensi minimal delapan kali dalam dua puluh empat jam. Frekuensi menyusui ini dapat ditentukan dengan menghitung awal dari satu sisi payudara ke awal berikutnya, memastikan bayi menyusui dengan baik dan beratnya bertambah sesuai (Nurjanah, 2021).

3) Frekuensi Buang Air Kecil dan Besar

Bayi yang mendapatkan ASI yang cukup biasanya buang air kecil lebih dari enam kali sehari dan buang air besar lebih dari empat kali sehari.

4) Kondisi Payudara Ibu

Perbedaan pada payudara sebelum dan sesudah menyusui dapat menjadi indikator kecukupan ASI. Payudara yang terasa lebih lembut setelah menyusui menunjukkan bahwa bayi telah mengonsumsi ASI yang cukup.

5) Kondisi Feses Bayi

Feses berwarna kekuningan dengan butiran-butiran berwarna putih susu diantaranya (*seedy milk*), setelah bayi berumur empat sampai lima hari. Apabila bayi berumur lima

hari, fesesnya masih berupa *mekoneum* (berwarna hitam), atau transisi antara hijau kecoklatan, mungkin ini merupakan salah satu tanda bayi kurang mendapat ASI (Emilda, 2023).

2. Dukungan Suami

a. Pengertian

Dukungan adalah sesuatu yang membantu, mendukung. Suami adalah pria yang menjadi pasangan hidup resmi seseorang wanita atau istri. Dukungan suami dalam pemberian ASI eksklusif adalah keikutsertaan suami atau usaha suami untuk memberikan motivasi ibu menyusui agar memberikan ASI saja tanpa makanan pendamping lainnya selama 6 bulan. Peran suami dalam program menyusui adalah menciptakan suasana nyaman bagi ibu sehingga kondisi psikis ibu lebih sehat.

Suami dapat berperan aktif dalam keberhasilan ASI eksklusif karena suami akan turut menentukan kelancaran refleksi pengeluaran ASI (*milk let down reflex*) yang sangat dipengaruhi oleh keadaan emosi atau perasaan Ibu. Selain itu, suami merupakan bagian yang vital dalam keberhasilan atau kegagalan menyusui, karena dapat mempengaruhi emosi dan perasaan ibu yang juga dapat mempengaruhi banyaknya produksi ASI, jika Ibu dalam keadaan baik atau tidak stress produksi ASI akan lebih banyak, bagi Ibu dukungan suami sangat berarti. Dukungan yang diberikan suami kepada ibu memiliki dampak positif terhadap pengalaman

ibu dalam menyusui, jumlah ASI yang dihasilkan ibu, durasi pemberian ASI eksklusif, serta mempengaruhi pilihan ibu dalam menyusui (Narti, 2023).

b. Bentuk-Bentuk Dukungan Suami

Dukungan suami merupakan dorongan atau motivasi terhadap istri baik secara moral maupun material. Dukungan yang diberikan kepada istri berupa dukungan informasional, emosional atau psikologi, instrumental atau finansial dan penghargaan atau penilaian.

1) Dukungan Instrumental

Bentuk dukungan ini merupakan penyediaan materi yang dapat memberikan pertolongan langsung seperti pinjaman uang, pemberian barang, makanan serta pelayanan. Bentuk dukungan ini dapat mengurangi stres karena individu dapat langsung memecahkan masalahnya yang berhubungan dengan materi. Dukungan instrumental sangat diperlukan terutama dalam mengatasi masalah. Misalnya, suami menyediakan makanan atau minuman untuk menunjang kebutuhan nutrisi ibu selama menyusui, menyiapkan uang untuk memeriksakan istri apabila sakit selama menyusui bayi.

2) Dukungan Emosional

Bentuk dukungan ini membuat tingkah laku yang berhubungan dengan rasa tenang, senang, mencakup perasaan

empati, kepedulian, dan perhatian. Hal-hal yang dapat dilakukan suami untuk melancarkan proses menyusui menjadi penghibur ibu saat menyusui, hal tersebut dapat membuat rileks dan ASI pun menjadi lebih lancar (Maulina, 2022).

3) Dukungan Informasi

Bentuk dukungan ini melibatkan pemberian informasi saran atau umpan balik tentang situasi dan kondisi individu. Jenis informasi seperti ini dapat menolong individu untuk mengenali dan mengatasi masalah dengan lebih mudah. Misalnya: suami memberikan informasi pentingnya pemberian ASI eksklusif kepada bayinya, suami perlu memberikan informasi bahwa proses menyusui tidak menyebabkan payudara ibu kendur.

4) Dukungan Penilaian (*appraisal*)

Dukungan penilaian adalah jenis dukungan dimana suami bertindak sebagai pembimbing dan bimbingan umpan balik, memecahkan masalah dan sebagai sumber validator identitas anggota dalam keluarga. Dukungan penilaian merupakan bentuk penghargaan yang diberikan seseorang kepada orang lain sesuai dengan kondisinya. Bantuan penilai dapat berupa penghargaan atas pencapaian kondisi keluarga berdasarkan keadaan yang nyata. Bantuan penilaian ini dapat berupa penilaian positif dan penilaian negatif yang pengaruhnya

sangat berarti bagi seseorang. Misalnya: suami mengingatkan istri untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayi sesuai jadwal, suami menegur apabila istri memberikan makanan atau minuman lain selain ASI.

c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Suami dalam Pemberian ASI

Dukungan suami bukanlah hal yang mudah, karena dipengaruhi oleh faktor-faktor internal dan eksternal yang terdapat dalam diri suami tersebut. Dukungan suami memainkan peran krusial dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Muchsin, 2024).

1) Faktor Internal

a) Pengetahuan tentang ASI Eksklusif

Suami yang memiliki pengetahuan yang baik tentang manfaat dan pentingnya ASI eksklusif cenderung lebih mendukung istri dalam proses menyusui. Pengetahuan ini dapat diperoleh melalui pendidikan formal maupun informasi dari tenaga kesehatan (Narti, 2023).

b) Sikap dan Persepsi

Sikap positif dan persepsi suami terhadap menyusui berperan penting dalam memberikan dukungan kepada istri. Suami yang memahami pentingnya ASI eksklusif akan lebih termotivasi untuk terlibat aktif dalam proses tersebut (Narti, 2023).

c) Usia dan Tingkat Pendidikan

Usia dan tingkat pendidikan suami dapat memengaruhi tingkat pengetahuan dan kesadaran mereka tentang pentingnya ASI eksklusif. Suami dengan pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai manfaat ASI (Narti, 2023).

2) Faktor Eksternal

a) Dukungan Keluarga dan Lingkungan

Dukungan dari keluarga besar dan lingkungan sekitar dapat memengaruhi sikap suami dalam mendukung pemberian ASI eksklusif. Norma sosial dan budaya di masyarakat juga berperan dalam membentuk persepsi suami terhadap menyusui (Narti, 2023).

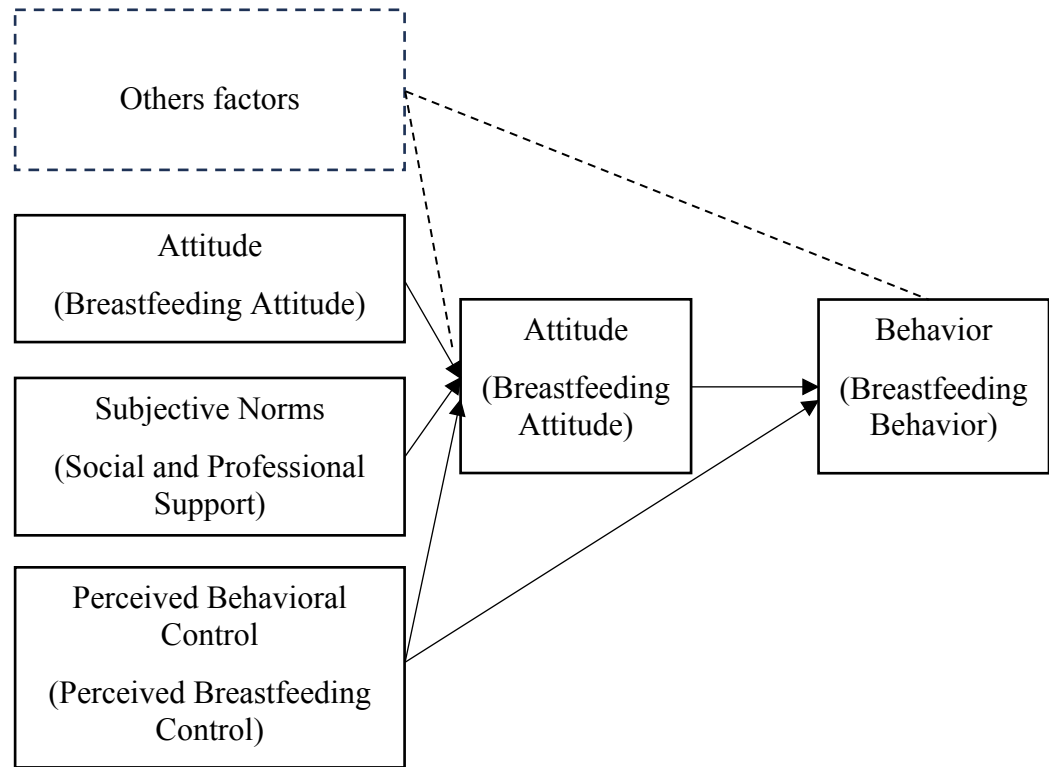
b) Informasi dari Tenaga Kesehatan

Edukasi dan informasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan, seperti dokter dan bidan, dapat meningkatkan pengetahuan suami tentang pentingnya ASI eksklusif dan cara mendukung istri selama proses menyusui (Narti, 2023).

c) Media dan Promosi

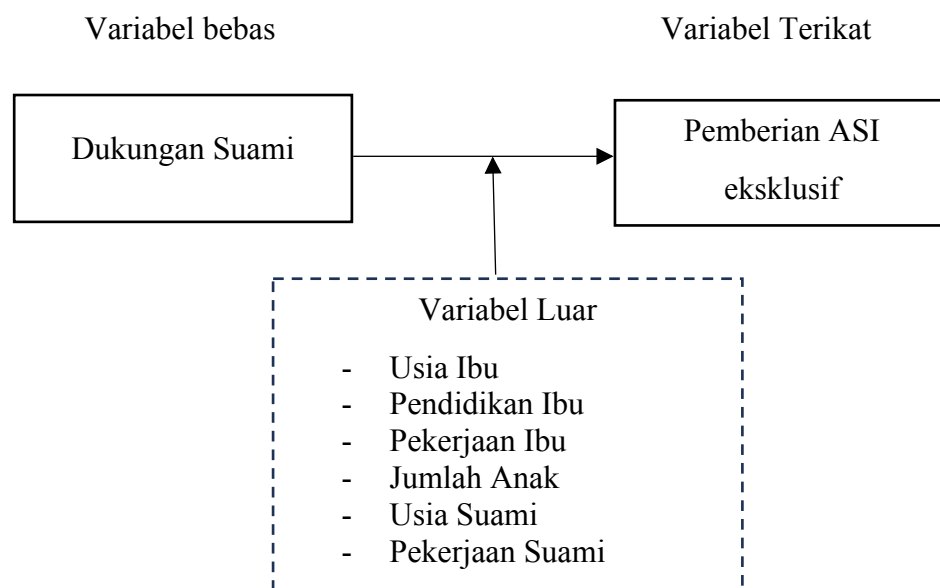
Paparan terhadap media dan promosi susu formula dapat memengaruhi persepsi suami tentang pemberian

ASI. Informasi yang akurat dan seimbang dari media sangat penting untuk memastikan suami mendapatkan pemahaman yang benar tentang manfaat ASI eksklusif (Muchsin, 2024).

B. Kerangka Teori

Gambar 1. Kerangka Teori *Theory of Planned Behavior* (Huang, 2023)

C. Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep

D. Hipotesis

Ada hubungan antara dukungan suami dengan pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui usia 6-12 bulan di Puskesmas Sewon I Bantul.