

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. ASI Eksklusif

a. Pengertian ASI eksklusif

ASI (Air Susu Ibu) adalah makanan yang ideal untuk bayi terutama pada bulan-bulan pertama, karena mengandung zat gizi yang diperlukan oleh bayi untuk membangun dan menyediakan energi (Pudjiadi, 2000). ASI (air susu ibu) merupakan makanan pertama dan utama serta terbaik bagi bayi segera setelah lahir, dan umumnya dapat secara tunggal memenuhi kebutuhan bayi sampai usia 6 bulan atau biasa disebut ASI eksklusif (Huda, 2011).

Menurut Roesli (2000) yang dimaksud dengan ASI eksklusif adalah bayi hanya diberi ASI saja, tanpa tambahan cairan lain seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih, dan tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, pepaya, bubur susu, biskuit, bubur nasi dan tim. Menurut Suradi & Kristina (2009), ASI eksklusif adalah pemberian ASI saja sejak bayi dilahirkan sampai usia 6 bulan dan tidak mendapatkan tambahan makanan apapun selain ASI.

Pemberian ASI eksklusif atau menyusui eksklusif adalah hanya menyusui bayi dan tidak memberikan bayi makanan atau minuman apapun kecuali yang berbentuk medikasi seperti, obat-obatan dan

vitamin atau mineral tetes. ASI perah juga diperbolehkan sampai bayi berumur 6 bulan (Widodo & Sandjaja, 2010).

b. Fisiologi Laktasi

Proses menyusui dipacu oleh meningkatnya produksi prolaktin dan oksitosin sebagai respon terhadap stimulasi hisapan mulut bayi (*sucking*). Meningkatnya produksi oksitosin dapat menyebabkan kontraksi *mammae* sehingga terjadi penyemprotan air susu (*let down reflex*), sedangkan hormon prolaktin dapat menyebabkan peningkatan sekresi air susu (Sherwood, 2001). Oksitosin juga berfungsi untuk meningkatkan uterus sehingga involusi lebih cepat terjadi (Guyton & Hall 2007). Refleks pengeluaran (ejeksi) air susu juga dapat distimulasi sebagai respon terhadap tangisan bayi sebagai akibat pengkondisian psikologis pada ibu (Ward, 2007).

Produksi laktasi yang menyebabkan timbulnya pengiriman air susu dari alveoli ke duktus sehingga air susu dapat dikeluarkan oleh hisapan bayi, karena stimulasi isapan pada puting susu menimbulkan sinyal yang dijalarkan melalui saraf-saraf sensorik keotak, kemudian sinyal ini akhirnya mencapai neuron-neuron oksitosin yang ada didalam *nucleus* paraventrikel dan supraoptik dalam hipotalamus, yang menyebabkan timbulnya pelepasan oksitosin oleh kelenjar hipofisis posterior, selanjutnya oksitosin diangkut oleh payudara untuk menimbulkan kontraksi sel-sel *mioepitel* untuk membentuk kisi-kisi yang mengelilingi alveoli kelenjar payudara dan dalam waktu kurang

dari satu menit sesudah penghisapan dimulai, air susu mulai mengalir atau sering disebut dengan *milk letdown* (Guyton & Hall 2007). Hormon-hormon progesteron, estrogen, prolaktin, kortisol dan hormon pertumbuhan sangat diperlukan untuk perkembangan sempurna kelenjar *mamae* yang akan tercapai pada saat persalinan (Ward, 2007).

Oksitosin juga dapat meningkat dan menurun karena adanya pengaruh dari pikiran, perasaan dan sensasi seorang ibu (Roesli, 2000) menyatakan hal-hal yang dapat meningkatkan pengeluaran ASI adalah: bila melihat bayi, memikirkan bayinya dengan penuh kasih sayang, mendengar bayinya menangis, mencium bayi dan ibu dalam keadaan tenang. Semua pikiran negatif akan menghambat refleks oksitosin, diantaranya: ibu yang pikirannya kacau, ibu yang merasa sedih, cemas, marah dan kesal.

c. Kandungan ASI

Seperti nutrisi pada umumnya, ASI mengandung makro nutrisi yang berupa karbohidrat, protein, dan lemak, dan ASI juga mengandung mikro nutrisi yang berupa vitamin dan mineral. Sebagian ASI mengandung air yang cukup besar sebanyak 87,5%, oleh karena itu bayi yang mendapatkan cukup ASI tidak perlu mendapatkan tambahan air lagi (Roesli & Yohmi, 2008). ASI juga terdiri dari lemak trigliserida, karbohidrat laktosa (gula susu), mineral kalsium dan fosfat. Komposisi air susu berbeda selama masa-masa awal laktasi,

kolostrum, kolostrum mempunyai komposisi lemak dan laktosa yang lebih sedikit tetapi memiliki kandungan protein yang lebih tinggi, terutama laktoferin dan imunoglobulin sehingga memberikan perlindungan dini terhadap infeksi sampai sistem pertahanan bayi baru lahir tersebut berkembang. Laktoferin memiliki aktivitas bakterisidal, dan imunoglobulin sebagai antibodi. Selain itu, air susu dapat merangsang sistem perkembangan bayi, bayi yang mendapat susu formula tidak mendapatkan perlindungan seperti yang diberikan kolostrum sehingga bayi tidak mudah terinfeksi (Sherwood, 2001).

Tabel 1. Perbandingan antara ASI dan susu formula

Zat Gizi	ASI	Susu Formula
Protein	Pada umumnya α -laktalbumin itu protein dengan mutu yang sangat tinggi.	Kandungannya lebih. Kandungannya sekitar 1,5 kali ASI dan bayi menyerap
Kalsium	Bayi kira-kira menyerap dua pertiganya.	seperempat sampai sepertiganya.
Besi (Fe)	Bayi menyerap kira-kira 49% dan defisiensi Fe jarang terjadi pada bayi yang hanya diberi ASI eksklusif.	Diperkaya zat besi (Fe) mengandung kira-kira 24 kali ASI dan yang diserap kira-kira hanya 4%.
Seng	Kira-kira sebesar 60% yang diserap.	Kandungannya kira-kira 3-4 kali ASI dan hanya 30% saja yang diserap.
Vitamin	Mengandung lebih sedikit atau tidak ada sama sekali.	Kandungannya sebanyak 400 UI / qt dan mempertahankan terjadinya riketsia.
Faktor Imunitas	Ada (Imunoglobulin dan Lisosom)	Tidak ada

Sumber: Proverawati dan Rahmawati (2010), ASI dan menyusui, Nuha Medikal, Yogyakarta

d. Manfaat ASI

Menurut Pudjiadi (2000), selain ASI tidak mengganggu fungsi pencernaan yang belum berfungsi dengan baik pada bayi yang baru lahir sehingga dapat menghasilkan pertumbuhan fisik yang optimum dan ASI juga memiliki berbagai zat anti infeksi. Menurut Hegar dalam Roesli (2010), pemberian ASI secara eksklusif selama 6 bulan memang sudah dibuktikan secara ilmiah dapat memenuhi nutrisi bayi dan memang telah disiapkan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi manusia.

Menurut Norwitz & Schorge (2007), bahwa bayi yang diberi ASI memiliki insidensi alergi, infeksi gastrointestinal, otitis media, infeksi pernapasan yang lebih rendah serta kemungkinan memiliki skor *Intelligence Quotient (IQ)* yang lebih tinggi dan bagi ibu yang menyusui akan memiliki insidensi kanker payudara, kanker ovarium dan osteoporosis yang lebih rendah serta membentuk ikatan batin antara bayi dengan ibu. Menurut Swasono (2010), ASI adalah makanan satu-satunya yang paling sempurna untuk menjamin tumbuh kembang bayi selama 6 bulan pertama, selain itu dalam proses menyusui yang benar, bayi juga mendapatkan perkembangan jasmani, emosi, maupun spiritual yang baik dalam kehidupannya.

Keuntungan dalam menyusui bayinya dapat memperkuat ikatan batin antara ibu dan bayinya, lebih murah harganya, tersedia pada suhu

yang ideal, tidak perlu dipanaskan terlebih dahulu, selalu segar dan bebas pencemaran kuman sampai mengurangi timbulnya gangguan saluran pencernaan dan dapat mengembalikan ukuran rahim pada bentuk sebelum mengandung (Pudjiadi, 2000). Anak yang diberikan ASI akan lebih sehat, memiliki *intelligence quotient* (IQ) yang lebih tinggi, *Emotional Quotient* (EQ) yang lebih baik dan *Spiritual Quotient* (SQ) jauh lebih baik dan langkah awal anak menjadi soleh dan soleha (Roesli, 2010).

Manfaat ASI tidak hanya untuk bayi, tetapi juga dirasakan oleh ibu, keluarga, masyarakat, Negara bahkan lingkungan.

1) Manfaat pemberian ASI bagi bayi

a) ASI sebagai nutrisi

ASI merupakan sumber gizi yang sangat ideal dengan komposisi yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan bayi, sampai bayi berusia 6 bulan (Roesli, 2000). ASI menyediakan nutrisi lengkap dan memberikan energi bagi bayi (Proverawati & Rahmawati, 2010).

b) ASI dapat meningkatkan daya tahan tubuh bayi

Karena ASI merupakan cairan hidup yang mengandung zat kekebalan agar bayi terlindungi dari berbagai penyakit infeksi bakteri seperti diare, sakit telinga, infeksi saluran pernapasan dan melindungi anak dari serangan alergi sehingga bayi akan lebih jarang sakit (Roesli, 2000). Menjaga bayi terhadap

penyakit, alergi dan ASI menyediakan perlindungan terhadap infeksi sehingga bayi yang terinfeksi penyakit lebih cepat sembuh (Proverawati & Rahmawati, 2010). Antibodi yang terkandung dalam ASI akan memberikan perlindungan secara alami bagi bayi dan antibodi yang terdapat dalam ASI tidak bisa ditiru dengan susu formula dan sebuah penelitian baru yang dilakukan di Osborn menunjukkan ASI tidak menyebabkan obesitas dikemudian hari dan jauh dari resiko berkembangnya diabetes dan tidak mudah terkena penyakit jantung koroner pada usia muda (Suradi & Kristina, 2009).

c) ASI eksklusif dapat meningkatkan kecerdasan

Bayi yang diberikan ASI secara eksklusif selama 6 bulan akan optimal pertumbuhan otaknya karena kandungan taurin, laktosa dan asam lemak ikatan panjang DHA,AA, Omega-3, Omega enam (Roesli, 2000). Daya ingat dan kemampuan bahasa bayi yang mendapat ASI lebih tinggi bila dibandingkan bayi yang diberi susu formula (Suradi & Kristina, 2009).

d) ASI eksklusif dapat meningkatkan jaringan kasih sayang

Penting sekali untuk membangun ikatan batin antara ibu dan bayi. Tidak ada cara lain yang bisa memberikan kehangatan ibu dan rasa aman kepada bayi selain waktu menghisap air susu ibu, karena dengan mendengar detak jantung yang sudah ia kenal sejak di dalam kandungan (Huda, 2011). Perasaan

terlindung dan disayangi inilah yang akan menjadi dasar perkembangan emosi bayi dan membentuk kepribadian percaya diri dan membentuk spiritual yang baik (Roesli, 2000).

2) Manfaat pemberian ASI bagi ibu

a) Mengurangi perdarahan saat melahirkan

Jika bayi disusui segera setelah dilahirkan maka kemungkinan terjadi perdarahan setelah melahirkan akan berkurang, karena pada ibu yang menyusui terjadi peningkatan kadar oksitosin yang dapat berguna untuk kontriksi pembuluh darah dan menyebabkan perdarahan lebih cepat berhenti sehingga dapat menurunkan angka kematian pada ibu melahirkan (Roesli, 2000).

b) Mengurangi terjadinya anemia

Dapat mengurangi kemungkinan terjadinya anemia karena kekurangan zat besi (Roesli, 2000).

c) Menjarangkan kehamilan

Menyusui juga sebagai alat kontrasepsi yang aman, murah dan cukup berhasil. Selama ibu masih memberi ASI eksklusif dan belum haid, 98% kemungkinan tidak akan hamil pada 6 bulan pertama setelah melahirkan dan 96% tidak akan hamil sampai bayi berusia 12 bulan (Roesli, 2000). Bayi juga belum diberi

makanan lain selain ASI (Suradi & Kristina, 2009)

d) Mengecilkan rahim

Kadar oksitosin bagi ibu menyusui yang meningkat sangat membantu rahim kembali keukuran sebelum hamil. Proses pengecilan ini akan lebih cepat terjadi dari pada ibu yang tidak menyusui bayinya (Roesli, 2000). Hal ini juga disebabkan karena hormon progesteron yang merangsang kontraksi otot-otot di saluran ASI sehingga ASI terperah keluar juga akan merangsang kontraksi rahim. Jadi, susuilah bayi segera setelah lahir, agar proses pengerutan rahim berlangsung lebih cepat (Suradi & Kristina, 2008).

e) Lebih cepat langsing kembali

Menyusui yang membutuhkan energi maka tubuh akan mengambil lemak yang tertimbun selama masa kehamilan, dengan demikian berat badan ibu yang menyusui akan lebih cepat kembali keberat badan sebelum masa kehamilan (Roesli, 2000). Proses pembentukan tubuh ke ukuran semula jadi lebih cepat (Proverawat & Rahmawati, 2010).

f) Mengurangi resiko terkena kanker

Ibu yang memberikan ASI secara eksklusif kemungkinan menderita kanker payudara dan indung telur berkurang. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa menyusui akan

25% dan kanker indung telur berkurang sampai 20-25% (Roesli, 2000).

g) Lebih ekonomis

Dengan memberikan ASI berarti menghemat pengeluaran untuk membeli susu formula, perlengkapan menyusui dan repot dalam menyiapkan untuk membuat susu formula. Selain itu, pemberian ASI juga menghemat pengeluaran untuk mengobati bayi kedokter, karena bayi ASI kebal akan penyakit (Roesli, 2000). ASI tidak perlu dibeli sehingga dana yang tersedia dapat digunakan untuk keperluan yang lain (Suradi & Krisna, 2009).

h) Tidak merepotkan dan hemat waktu

ASI dapat segera diberikan pada bayi tanpa harus menyiapkan air panas, mencuci botol, dan tanpa menunggu agar susu tidak terlalu panas (Roesli, 2000). ASI juga dapat diberikan kapan saja dan dimana saja (Suradi & Kristina, 2009).

i) Portabel dan praktis

Mudah dibawa kemana-mana, sehingga saat bepergian tidak perlu membawa alat untuk menyiapkan susu formula. Air susu ibu dapat diberikan dimana saja dalam keadaan siap diminum dan dalam suhu yang selalu tepat (Roesli, 2000).

j) Memberi kepuasan bagi ibu

Seorang ibu yang berhasil memberikan ASI eksklusif kepada bayinya akan merasakan kepuasan dan memberikan kebahagiaan yang sangat mendalam (Roesli, 2000). Menyusui bayi merupakan peristiwa dan pengalaman yang indah dan sangat didambakan oleh para ibu (Huda, 2011).

3) Manfaat pemberian ASI bagi ayah

a) Ekonomis

ASI dapat mengurangi pengeluaran keluarga, tidak saja pengeluaran untuk membeli susu formula serta perlengkapan untuk membuatnya, tetapi juga kesehatan untuk si bayi. Bayi yang diberikan ASI eksklusif tidak pernah sakit dibandingkan dengan bayi yang diberikan susu formula (Roesli, 2000). Menyusui tidak perlu mempersiapkan susu formula dan tidak memerlukan botol steril sehingga biaya jauh lebih ekonomis (Proverawati & Rahmawati, 2010).

b) Praktis dan tidak merepotkan

Karena tidak perlu membuat susu formula dimalam hari dan tidak harus mencari warung yang buka tengah malam karena persediaan susu formula habis (Roesli, 2000).

4) Manfaat pemberian ASI bagi Negara

Menurut Roesli (2010) dan Suradi & Kristina (2009), memberikan ASI akan menghemat pengeluaran Negara karena hal sebagai berikut:

- a) Penghematan untuk membeli susu formula dan menyiapkan perlengkapan menyusui.
- b) Penghematan untuk biaya sakit terutama muntah mencret dan sakit pada saluran pernapasan.
- c) Dapat menghemat obat-obatan, tenaga dan sarana kesehatan.
- d) Dapat menciptakan generasi penerus bangsa yang tangguh dan berkualitas sebagai pembangun Negara.
- e) Langkah awal untuk mengurangi kemungkinan terjadinya generasi yang hilang khususnya di Indonesia.
- f) Mengurangi angka kesakitan dan kematian anak.
- g) Meningkatkan kualitas generasi penerus bangsa.

5) Manfaat ASI bagi lingkungan

ASI akan mengurangi bertambahnya sampah dan polusi di Dunia, karena dengan memberikan ASI tidak ada kaleng susu, karton, botol plastik, dot karet, tidak terjadi polusi karena tidak ada pengeluaran asap dari pabrik dan transportasi yang mengeluarkan asap serta tidak perlu menebang hutan sebagai lahan untuk membuat pabrik (Roesli, 2000).

e. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengeluaran ASI

Menurut Malau (2010), proses pengeluaran ASI dipengaruhi oleh refleksi oksitosin sehingga keluar atau tidaknya ASI ditentukan oleh hormon oksitosin. Refleksi oksitosin lebih rumit dari pada refleksi prolaktin, hal tersebut dikarenakan pikiran, perasaan dan sensasi seorang ibu akan mempengaruhi refleksi ini. Perasaan ibu dapat meningkatkan ataupun menghambat pengeluaran ASI.

Ada beberapa hal yang dapat meningkatkan pengeluaran ASI, yaitu: bila ibu melihat bayinya, memikirkan bayinya dengan perasaan kasih sayang, mendengar bayinya menangis, mencium bayinya, ibu dalam keadaan tenang. Selain itu ada beberapa hal yang dapat menghambat pengeluaran ASI menurut Roesli (2000), yaitu:

- 1) Ibu yang sedang bingung atau pikirannya kacau
- 2) Apabila ibu khawatir atau ASI-nya tidak cukup
- 3) Bila seorang ibu merasa kesakitan, terutama pada saat menyusui
- 4) Bila ibu merasa sedih, cemas, marah atau kesal serta ibu malu menyusui

f. Faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pemberian ASI kepada bayinya menurut Siregar (2004), yaitu:

- 1) Perubahan sosial budaya

Perubahan sosial budaya tersebut dapat dicontohkan dengan:

- a) Kesibukan sosial menyebabkan kenaikan partisipasi wanita dalam bekerja dan kebutuhan masyarakat menyebabkan turunnya kesediaan menyusui dan lamanya menyusui.
 - b) Meniru teman atau orang yang terkemuka yang memberikan bayinya susu botol. Persepsi masyarakat yang memiliki hidup mewah membawa dampak penurunan kesediaan dalam menyusui, bahwa terdapat pandangan lain bagi kalangan tertentu bahwa susu formula sangat cocok dan terbaik bagi bayinya.
 - c) Budaya modern dan perilaku masyarakat yang banyak meniru budaya barat mendesak para ibu untuk segera menyapih bayinya dan memilih susu formula sebagai jalan keluarnya.
- 2) Faktor psikologis
- a) Takut kehilangan daya tarik sebagai seorang wanita
Adanya anggapan para ibu bahwa menyusui akan merusak penampilan, padahal setiap ibu yang mempunyai bayi selalu merubah payudara walau menyusui atau tidak menyusui bayinya.
 - b) Tekanan batin
Ada sebagian kecil ibu mengalami tekanan batin di saat menyusui bayi sehingga dapat mendesak si ibu untuk mengurangi frekuensi dan lama menyusui bayinya, bahkan mengurangi menyusui.

3) Faktor fisik ibu

Alasan yang cukup sering bagi ibu untuk menyusui adalah karena ibu sakit, baik sebentar maupun lama, tetapi sebenarnya jarang sekali ada penyakit yang mengharuskan berhenti menyusui dan yang lebih berbahaya yaitu mulai memberikan bayi makanan buatan daripada membiarkan bayi menyusu dari ibunya yang sakit.

4) Faktor kurangnya petugas kesehatan, sehingga masyarakat kurang mendapat penerangan atau dorongan tentang manfaat pemberian ASI.

5) Faktor Pendidikan

6) Meningkatnya promosi susu kaleng sebagai pengganti ASI.

7) Penjelasan yang salah justru datangnya dari petugas kesehatan sendiri yang menganjurkan penggantian ASI dengan susu kaleng.

Dukungan keluarga memiliki peran yang sangat besar dalam keberhasilan dalam pemberian ASI, salah satu dari dukungan keluarga adalah dukungan dari suami/ayah, dalam hal ini suami cenderung sayang pada bayinya sehingga kurang perhatian pada keadaan ibu sehingga ibu merasa cemburu dan berakibat tidak ingin memberi ASI pada bayi dan takut kalau tidak langsing (Sukma, *cit* Soedjiningsih, 2011).

g. Langkah sukses menyusui

Untuk memaksimalkan manfaat menyusui, bayi sebaiknya disusui selama 6 bulan pertama. Menurut Besar (2008), ada 4 langkah yang

dapat menuntun ibu agar sukses menyusui secara eksklusif selama 6 bulan pertama, yaitu

- 1) Biarkan bayi menyusui sesegera mungkin 1 jam pertama setelah kelahiran atau inisiasi menyusui dini (IMD), dengan membiarkan bayi diletakkan didada ibu sehingga terjadi kontak antar kulit, bayi akan mulai merangkak untuk mencari puting ibu dan akan menghisapnya, kontak antar kulit ini akan merangsang aliran ASI, membantu ikatan batin antara ibu dan bayi serta membantu perkembangan bayi.
- 2) Ibu harus meyakini bahwa hanya ASI makanan pertama dan satu-satunya bagi bayinya. Tidak ada makanan atau cairan lain yang diberikan, karena akan menghambat keberhasilan proses menyusui.
- 3) Menyusui bayi sesuai dengan kebutuhan sampai bayi merasa puas dan akan melepaskan putingnya dengan sendiri.

2. Dukungan Suami

a. Pengertian dukungan suami

Menurut Sarwono (2003), dukungan adalah suatu upaya yang diberikan kepada orang lain, baik moral maupun material untuk memotivasi orang tersebut dalam melaksanakan kegiatan.

Suami adalah pasangan hidup istri (ayah dari anak-anak), suami mempunyai suatu tanggung jawab yang penuh dalam suatu keluarga tersebut dan suami mempunyai peranan yang penting, dimana suami sangat dituntut bukan hanya sebagai pencari nafkah akan tetapi suami

sebagai motivator dalam berbagai kebijakan yang akan diputuskan termasuk merencanakan keluarga (Chaniago, 2002).

Menurut Malau (2010), dalam penelitiannya menjelaskan bahwa dukungan suami merupakan sesuatu yang diberikan suami kepada ibu post partum maupun ibu yang sedang menyusui sampai usia bayi 6 bulan tanpa makanan tambahan.

Dukungan suami atau dukungan sang ayah merupakan dukungan yang paling berarti bagi ibu karena ayah dapat berperan aktif dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif dan ayah cukup memberikan dukungan tersebut secara emosional dan bantuan-bantuan yang praktis (Roesli, 2000).

b. Fungsi dukungan suami terhadap ibu menyusui

Dukungan keluarga yang terdiri dari dukungan suami memiliki empat fungsi pendukung (Friedman, 2010), yaitu:

1) Dukungan sosial atau informasional

Keluarga berfungsi sebagai pencari dan penyebar informasi mengenai dunia.

2) Dukungan penilaian atau penghargaan

Keluarga bertindak sebagai sistem pembimbing umpan balik, membimbing dan ikut serta dalam pemecahan masalah dan merupakan sumber serta validator identitas anggota.

3) Dukungan tambahan atau instrumental

Keluarga adalah sumber pertolongan praktis dan konkrit.

4) Dukungan emosional

Keluarga berfungsi sebagai tempat yang aman untuk istirahat dan pemulihan serta membantu penguasaan emosional dan meningkatkan moral keluarga.

Dukungan suami sangat diperlukan agar pemberian ASI eksklusif bisa tercapai. Oleh karena itu, ayah atau suami sebaiknya jadi salah satu kelompok sasaran kampanye pemberian ASI (Paramitha, 2007). Bentuk dukungan yang dapat diberikan antara lain: menemani istri ketika sedang menyusui, ikut merawat bayi, memberikan kata-kata pujian atau pemberi semangat sehingga istri terus merasa percaya diri, melengkapi pengetahuan seputar pemberian ASI dan kegiatan menyusui, serta bangga dengan istri yang sedang dalam masa pemberian ASI kepada sang buah hati (Sutanto, 2011).

c. Bentuk dukungan suami

Menurut Meiliasari (2002), bahwa sukses pemberian ASI eksklusif adalah hasil kerja tim, yang beranggotakan paling sedikit dua orang, yaitu ayah dan ibu. Meiliasari berpendapat ada 7 bentuk dukungan yang harus diberikan oleh ayah pada ibu yang menyusui secara eksklusif, yaitu:

1) Sebagai penyemangat

Suami harus memberikan dukungan semangat melalui kata-kata pujian maupun kata-kata penyemangat. Hal tersebut dapat membuat ibu merasa senang dan bangga dapat memberikan ASI eksklusif

2) Membantu mengatasi masalah dalam pemberian ASI

Tidak semua ibu dapat memberikan ASI dengan lancar. Banyak ibu yang mengalami masalah, mulai dari ASI yang tidak keluar, puting payudara lecet, pembengkakan, mastitis, stress, dll. Masalah tersebut dapat dipecahkan jika ayah atau ibu menguasai teori manajemen menyusui sehingga masalah tersebut bisa diselesaikan bersama. Ayah bisa memijat payudara istri, mengompres, bagaimana cara menyimpan ASI perah. Untuk menguasai hal tersebut, sebaiknya ayah ikut pergi ke klinik laktasi sebelum program menyusui dimulai.

3) Ikut merawat bayi

Suami dapat ikut serta dalam merawat bayi, menggantikan popok, menyendawakan bayi, menggendong bayi, membantu memandikan bayi, dan bermain dengan bayi. Roesli (2010), juga menyatakan bahwa ayah dapat membantu memijat bayi, berguarau dan mendendangkan bayi.

4) Mendampingi ibu menyusui walaupun tengah malam

Mendampingi, menemani ibu yang sedang menyusui merupakan bentuk dukungan yang besar. Sebaiknya ayah ikut bangun saat istri terbangun tengah malam. Jika suami tidak bisa bangun malam, jangan menunjukkan ekspresi kesal akibat tidur yang terganggu ketika bayi menangis di malam hari karena lapar. Pandangan suami yang antusias untuk membantu saat menunggui istri yang menyusui akan sangat

menyentuh perasaan istri dan akan membuat cinta istri semakin dalam.

5) Melayani ibu menyusui

Ayah tidak bisa memberi makan dengan air susu, tetapi ayah dapat memberikan makan bayi dengan jalan memberikan makan ibu. Layani istri jika kehausan dan kelaparan selagi menyusui, karena menyusui sangat menguras energi, biasanya ibu memerlukan ekstra asupan kalori dan cairan sesudah menyusui. Ayah dapat membantu membuatkan susu hangat, telur dadar dan camilan lain atau memberikan potongan buah tanpa harus diminta terlebih dahulu.

6) Menyediakan anggaran ekstra

Hal ini dapat diupayakan bersama istri sejak kehamilan. Menyusui membutuhkan ekstra dana, paling tidak untuk makanan tambahan ibu, suplemen dan peralatan menyusui lainnya, seperti bra menyusui dan alat-alat untuk menyimpan ASI perah. Angkanya juga jauh lebih kecil dibandingkan dengan ibu yang memberikan susu formula.

7) Menjaga keromantisan

Diakui atau tidak, kehadiran seorang anak akan sedikit merusak keintiman suami-istri. Suami sekali-kali bisa merasa tersisihkan atau kehilangan romantisme karena istri sibuk menjalani peran orang tua. Sebaliknya, istri merasa kurang seksi dan kurang bergairah selagi menyusui yang diakibatkan karena kelelahan dan bergesernya fungsi payudara dari organ seksual menjadi sumber makanan bayi, jadi

penting bagi suami untuk tidak berpaling dari istrinya yang sedang menyusui. Suami harus menciptakan hal-hal romantis dengan demikian kegiatan menyusui bayi secara eksklusif dapat dilaksanakan dengan baik.

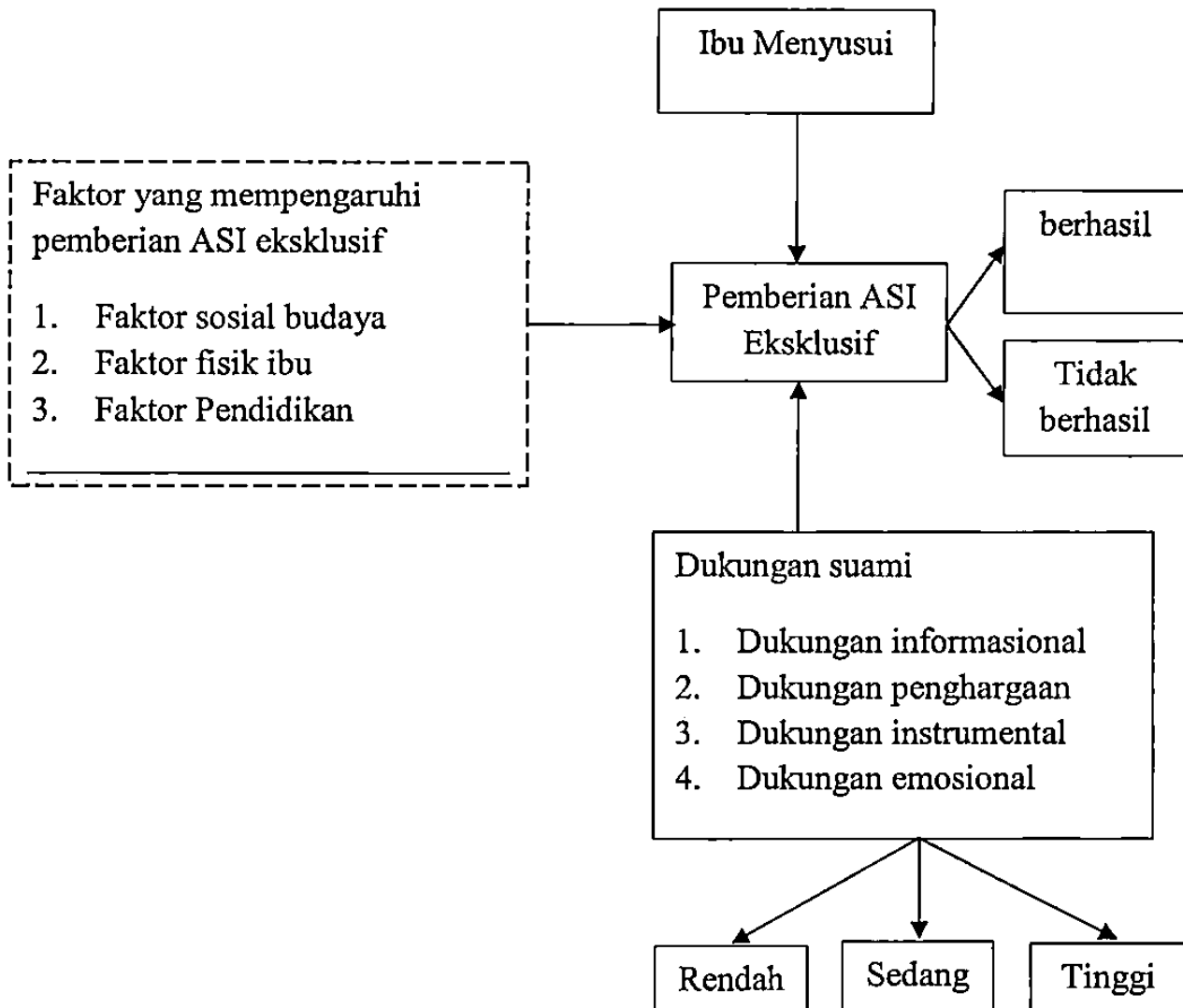
Menurut Februhartanty (2008), ada 6 tipe pengelompokan peran ayah atau suami dalam praktek menyusui secara eksklusif dan peran tersebut dianggap sebagai dukungan kepada ibu untuk memberika ASI eksklusif. Tipe peran tersebut, yaitu:

- 1) Mencari informasi mengenai pemberian ASI dan pola pemberian makanan bayi.
- 2) Berpartisipasi dalam pengambilan keputusan mengenai pemberian makan saat ini.
- 3) Memilih tempat untuk melakukan pemeriksaan kehamilan, persalinan dan pemeriksaan pasca persalinan.
- 4) Tingkat keterlibatan ayah selama kunjungan pemeriksaan kehamilan.
- 5) Memiliki sikap positif terhadap kehidupan pernikahan mereka.
- 6) Terlibat dalam berbagai kegiatan perawatan anak.

Ayah atau suami dapat berperan aktif dalam keberhasilan pemberian ASI khususnya ASI eksklusif dengan cara memberikan dukungan secara emosional, sebab dari semua dukungan bagi seorang ibu yang menyusui dukungan suami adalah dukungan yang paling berarti (Roesli, 2000). Dukungan suami sangat berpengaruh dalam sukses atau tidaknya menyusui semakin besar dukungan yang

didapatkan maka semakin besar kemampuan untuk dapat bertahan dalam menyusui (Proverawati & Rahmawati, 2010).

B. Kerangka konsep



Variabel yang diteliti

Variabel yang tidak diteliti

Kerangka konsep dalam penelitian ini untuk mengidentifikasi sejauh mana hubungan dukungan suami terhadap pemberian ASI eksklusif. Memberikan ASI eksklusif merupakan hal yang penting yang harus dilakukan oleh orang tua terutama ibu karena ASI adalah satu-satunya makanan dan minuman terbaik bagi bayi baru lahir dan dapat melindungi bayi dari kesakitan dan kematian. ASI eksklusif telah direkomendasikan oleh WHO sampai usia minimal 6 bulan dan dilanjutkan dengan pemberian ASI hingga usia 24 bulan dilengkapi dengan makanan tambahan pada saat usia 6 bulan. Memberikan ASI eksklusif atau tidak dipengaruhi oleh beberapa faktor, adanya dukungan dari suami, faktor fisik ibu, faktor sosial budaya, faktor psikologis, dan faktor pendidikan. Faktor yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah faktor dukungan suami, bentuk dari dukungan suami mencakup dukungan informasional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan emosional.

Dukungan suami dalam penelitian ini akan dikategorikan menjadi 3 yaitu: dukungan suami rendah, dukungan suami sedang dan dukungan suami tinggi. Keadaan dukungan suami dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu: Faktor sosial budaya, faktor psikologis, faktor fisik ibu, faktor kurangnya tenaga kesehatan, meningkatnya promosi susu formula, mitos yang beredar dimasyarakat.

C. Hipotesis

Dari permasalahan diatas maka hipotesisi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Ha: ada hubungan yang bermakna antara dukungan suami terhadap pemberian ASI eksklusif.

H₀: tidak ada hubungan yang bermakna antara dukungan suami terhadap