

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut undang-undang nomor 36 tahun 2009 yang di putuskan oleh Menteri Pemberdayaan Perempuan tentang kesehatan yang berbunyi bahwa bayi berhak mendapatkan air susu ibu (ASI), selama pemberian ASI pihak keluarga, pemerintah daerah dan masyarakat harus mendukung ibu dan bayi secara penuh dengan penyediaan waktu dan fasilitas khusus, bahwasannya masih banyak bayi yang tidak mendapatkan air susu ibu dengan berbagai penyebab yang berakibat anak tidak mendapatkan gizi yang cukup serta menurunnya kekebalan tubuh bayi.

Air Susu Ibu merupakan sumber makanan yang tepat untuk bayi terutama pada bulan-bulan pertama yang mengandung berbagai zat gizi yang penting diperlukan bayi untuk membangun dan menyediakan energi. ASI juga sebagai makanan yang terbaik dapat diberikan kepada bayi sejak dilahirkan. Kandungan zat gizi dalam ASI yang lengkap, mudah dicerna dan diserap secara efisien oleh bayi. Selain itu, ASI juga mengandung immunoglobulin untuk kekebalan tubuh bayi (A. P. Sari, 2019).

Menurut data dari WHO di dunia hanya 39% anak-anak di bawah enam bulan mendapatkan ASI eksklusif pada tahun 2013. Angka global ini hanya meningkat dengan sangat perlahan selama beberapa dekade terakhir yakni 41% pada tahun 2014 dan 42% pada tahun 2015, hal tersebut disebabkan karena rendahnya tingkat menyusui di beberapa negara-negara besar Indonesia, pemerintah telah menetapkan target nasional pada tahun

2014 senilai 80% sebagai cakupan ASI eksklusif. Berdasarkan hasil Riset kesehatan Dasar (Riskesdas, 2010) bahwa pemberian ASI eksklusif di Indonesia yaitu 15,3%.

Badan kesehatan dunia (WHO) juga memberikan batas minimal cakupan pemberian ASI eksklusif kepada Indonesia yaitu 50%. Selain itu data dari profil Kesehatan Indonesia mencatat cakupan bayi mendapatkan ASI eksklusif selama 6 bulan penuh pada tahun 2018 di Indonesia sebesar 68,74%. Kementerian Kesehatan menetapkan peningkatan target pemberian ASI eksklusif hingga 80%. Akan tetapi pemberian ASI eksklusif di Indonesia pada kenyataannya masih rendah hanya 74,5% (Balitbangkes, 2019).

Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Pringsewu tahun 2019 sebanyak 69,3 % bayi yang mendapatkan ASI eksklusif. Salah satu sasaran *Sustainable Development Goals* (SDGs) tahun 2015 tentang pemberian ASI adalah sekurang-kurangnya 80%. Mengacu pada target renstra pada tahun 2015 dengan angka 39% maka secara nasional cakupan pemberian ASI pada bayi kurang dari sebesar 55,7% dalam memenuhi target tersebut (Widyasih Sunaringtyas, 2018).

Berdasarkan data cakupan ASI di Puskesmas Rejosari pada bayi usia 0-6 bulan tahun 2021, Pringsewu Utara 66,04%, Pringsewu Barat 66,7%, Podomoro 63,2%, Rejosari 68,7 %, Podosari 71,4 %, Bumi Arum 70,3 %, Bumi Ayu 56,2 % dengan jumlah ibu menyusui dari 7 desa tersebut 135 ibu.

Beberapa faktor yang mempengaruhi produksi ASI ibu tidak keluar dengan lancar antara lain makanan, ketenangan jiwa, penggunaan kontrasepsi, perawatan payudara, istirahat, anatomi payudara, isapan bayi. Salah satu faktor yang mempengaruhi dari produksi ASI adalah makanan, makanan dapat mempengaruhi kualitas dan kuantitas ASI itu sendiri, sehingga ibu dianjurkan untuk tetap makan sesuai dengan kebutuhan selama menyusui. Namun masih banyak terdapat beberapa kebiasaan pada keluarga yang masih mempercayai adanya pantangan makanan seperti tidak diperbolehkan untuk makan daging dan lebih mengutamakan makanan yang disukai saja. Kebiasaan atau larang tersebut yang masih sulit untuk dihilangkan sehingga menyebabkan ibu kurang mendapatkan nutrisi yang cukup untuk kebutuhan dalam memproduksi ASInya (Widyasih Sunaringtyas, 2018).

Makanan yang dikonsumsi ibu secara tidak langsung akan mempengaruhi kualitas, maupun jumlah air susu yang dihasilkan. Ibu yang menyusui tidak perlu makan berlebihan, tetapi cukup menjaga keseimbangan konsumsi gizinya. Apabila ibu menyusui mengurangi makan atau menahan rasa lapar maka akan menyebabkan produksi ASI berkurang. Pada kenyataannya, tidak ada makanan atau minuman khusus yang dapat memproduksi ASI secara ajaib, meskipun banyak orang yang mempercayai bahwa makanan atau minuman tertentu akan meningkatkan produksi ASI (Irma Imasrani, 2016).

Menurut Sibagariang (2010) ibu menyusui harus mengkonsumsi tambahan 500-1.000 kalori lebih banyak dari ibu yang tidak menyusui, makanan dengan variasi yang untuk mendapatkan protein, mineral, dan vitamin yang cukup dengan minum sedikitnya 3 liter setiap harinya (Widyasih Sunaringtyas, 2018).

Kebutuhan nutrisi ibu terutama pada saat menyusui akan meningkat 25%, karena berfungsi untuk memproduksi ASI yang cukup untuk bayinya. Semua akan meningkat tiga kali lipat dari kebutuhan biasanya. Makanan yang dikonsumsi ibu berguna untuk melakukan aktivitas, metabolisme, cadangan dalam tubuh, dan sebagai proses produksi ASI (Setyowati, 2018). Status gizi ibu yang menyusui memegang peranan penting untuk keberhasilan menyusui yang indikatornya diukur dari durasi ASI eksklusif, pertumbuhan bayi dan status gizi ibu pasca menyusui (Radharisnawati, 2017).

ASI yang dibutuhkan dalam proses tumbuh kembang bayi, kebutuhannya harus tetap terpenuhi agar proses yang sedang berlangsung tidak mengalami hambatan. Ibu dengan status gizi cukup akan menimbun cadangan makanan nutrien dalam tubuh yang digunakan untuk mengimbangi kebutuhan selama laktasi. Hal tersebut sangat penting untuk proses adaptasi terhadap perubahan anatomi dan fisiologi bayi yang berlangsung selama bulan pertama.

Pada periode ini bayi juga berkembang dengan sangat cepat, oleh sebab itu dibutuhkan gizi yang tinggi. Apabila gizi bayi tidak terpenuhi akan

memberikan kondisi kesehatan kurang atau kondisi defisiensi yang menyebabkan pertumbuhannya tidak optimun (Pujiastuti, 2010b).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Permatasari (2015), membuktikan bahwa ada hubungan asupan gizi dengan produksi ASI pada ibu menyusui bayi umur 0-6 bulan. Namun penelitian yang dilakukan oleh Siregar (2004) menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain ASI tidak segera keluar setelah melahirkan atau produksi ASI kurang, kesulitan bayi dalam menghisap, keadaan puting susu ibu yang tidak menunjang, ibu bekerja, dan pengaruh atau promosi pengganti ASI (Saskiyanto Manggabarani, 2018).

Hasil penelitian Prabasiwi et. Al. (2015) menyebutkan bahwa salah satu penyebab kegagalan pemberian ASI eksklusif adalah karena ibu menyusui merasa ASInya tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan bayinya. Sebanyak 35% ibu memberikan makanan tambahan pada bayi sebelum usia 6 bulan karena adanya persepsi ketidak cukupan ASI (Ratih Sakti Prastiwi, 2018). Penelitian Budiyarti (2010) menunjukkan bahwa sebagian besar (99,0%) ibu diwilayah Banjarmasin melakukan pantangan makan selama menyusui atau nifas. Di daerah Bogor dan Indramayu, ibu nifas dilarang mengkonsumsi ikan karena dianggap membuat ASI menjadi amis hal tersebut dapat mengganggu kebutuhan nutrisi yang seharusnya dibutuhkan oleh ibu (Widyasih Sunaringtyas, 2018). Dari hasil penelitian (Pujiastuti, 2010a) menunjukkan hasil uji statistik dengan uji *mann whitney u test* pada tiingkat kepercayaan 95% antara status gizi ibu menyusui

dengan kecukupan ASI menunjukkan hubungan yang bermakna ($p= 0,009$). Hal tersebut menjelaskan bahwa ibu menyusui dengan status gizi buruk akan mempengaruhi kecukupan ASInya karena tubuh membutuhkan zat gizi yang cukup untuk memproduksi ASI tetapi tubuh tidak dapat memenuhi sehingga semakin lama ibu mengalami gizi yang bertambah buruk.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Imasrani, 2016) menunjukkan bahwa sebagian besar ibu menyusui berada dalam rentang 25-30 tahun yaitu 58% dan mempunyai produksi ASI yang baik. Cukupnya produksi ASI di pengaruhi oleh berbagai faktor antara lain faktor makanan dan kondisi psikis ibu.

Dari hasil survey yang dilakukan diposyandu Pringsewu Barat dengan ibu menyusui bayi 0-6 bulan. Dari 7 ibu menyusui terdiri dari 4 diantaranya kurang memperhatikan tentang kebutuhan nutrisi ibu menyusui, menurut mereka yang dapat memperlancar ASI adalah makanan yang berasal dari sayuran seperti daun pepaya, kantuk dan lain-lain. Masih banyak ibu yang kurang memperhatikan nutrisi yang baik dibutuhkan oleh tubuhnya untuk memperlancar dan membuat kecukupan ASI untuk bayinya di wilayah kerja puskesmas Rejosari, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan asupan makanan terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Rejosari Kabupaten Pringsewu tahun 2021”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan dan latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Apakah ada hubungan asupan makanan terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui di wilayah kerja UPT Puskesmas Rejosari tahun 2021”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan asupan makanan dengan kecukupan asi pada ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Rejosari Kabupaten Pringsewu tahun 2021.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik responden berdasarkan usia, pendidikan, dan pekerjaan di wilayah kerja UPT Puskesmas Rejosari Kabupaten Pringsewu tahun 2021.
- b. Diketahui distribusi frekuensi responden berdasarkan asupan makanan di wilayah kerja UPT Puskesmas Rejosari Kabupaten Pringsewu tahun 2021
- c. Diketahui distribusi frekuensi responden berdasarkan kecukupan ASI yang di berikan kepada bayinya di wilayah kerja UPT Puskesmas Rejosari Kabupaten Pringsewu.
- d. Diketahui hubungan asupan makanan dengan kecukupan ASI di wilayah kerja UPT Puskesmas Rejosari Kabupaten Pringsewu tahun 2021.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian sebagai berikut:

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian dengan menggunakan metode *cross sectional*.

2. Sasaran

Sasaran ini dilakukan kepada ibu menyusui dengan usia bayi 0-6 bulan

3. Tempat dan Waktu

Tempat penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Rejosari

Kabupaten Pringsewu.

4. Variabel Penelitian

Independen: Asupan makanan.

Dependen: Kecukupan ASI.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian diharapkan bisa menambah pengetahuan ilmu keperawatan khususnya asupan makanan ibu menyusui terhadap kecukupan ASI dapat menjadi bahan perbandingan dalam penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Aplikatif

- a. Bagi Responden.

Penelitian ini di harapkan memberikan informasi mengenai hubungan asupan makanan terhadap kecukupan ASI pada ibu

menyusui di wilayah kerja Puskesmas RejoSari Kabupaten Pringsewu yang nanti dapat dijadikan evaluasi kepada orang tua khususnya ibu menyusui untuk memperhatikan asupan makanan yang di makan selama menyusui.

b. Bagi Peneliti.

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai tambahan ilmu pengetahuan sehingga dapat mendapatkan wawasan dan dapat dijadikan sebagai pertimbangan bagi peneliti selanjutnya dengan variabel yang berbeda.

c. Bagi Institusi.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dan menjadi tambahan informasi mengenai hasil penelitian di wilayah Puskesmas Rejosari.

d. Bagi peneliti selanjutnya.

Diharapkan hasil penelitian ini bisa menjadi sebagai motivasi bagi peneliti selanjutnya untuk melanjutkan penelitian lanjutan dengan meneliti yang berbeda tentang jenis makanan yang dapat meningkatkan produksi ASI terhadap kecukupan ASI.

