BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 DEFINISI MENYUSUI

Menyusui merupakan proses yang akan dialami oleh setiap perempuan setelah melahirkan. Menyusui memberikan banyak manfaat baik bagi ibu, bayi, keluarga, maupun lingkungan. Menyusui yang tidak baik dan benar dapat menimbulkan beberapa permasalahan baik fisik maupun psikologis (Mufdlilah et al., 2022).

2.2 MANFAAT MENYUSUI

Menyusui memberikan manfaat jangka pendek dan jangkapanjang pada anak dan ibu. Asupan ASI eksklusif dapat membantu melindungi anak-anak dari berbagai gangguan akut dan kronis. Banyak kerugian jangka panjang yag didapatkan bayi jika tidak mendapatkan ASI eksklusif. Hasil studi di negara berkembang menunjukkan bahwa pada bayi yang tidak disusui terdapat 6 sampai 10 kali lebih mungkin meninggal pada bulan-bulan pertama kehidupan dibandingkan bayi yang disusui. Selain itu, anak yang diberikan makan sebelum usia 6 bulan juga lebih sering terkena diare dan pneumonia dan penyakitnya bisa lebih parah dibandingkan dengan anak yang mendapatkan ASI eksklusif.

2.3 POLA MENYUSUI

Pola menyusui dibagi menjadi 3 kategori yaitu:

1. Menyusui efektif yaitu tidak memberi bayi makanan atau minuman lain termasuk air putih selain menyusui (kecuali obat-obatan dan vitamin atau mineral tetes; ASIP juga diperbolehkan).

2. Menyusui predominan yaitu menyusui bayi, tetapi pernah memberikan sedikit air atau minuman berbasis air misalnya teh sebagai makanan atau minuman prelakteal sebelum ASI keluar.

3. Menyusui parsial yaitu menyusui bayi serta diberikan makanan buatan selain ASI baik susu formula, bubur, atau makanan lainnya sebelum bayi berusia 6 bulan. Baik diberikan secara kontinu maupun diberikan sebagai makanan prelakteal.

2.4 POSISI MENYUSUI

1. The cradle.

Posisi ini sangat baik untuk bayi yang baru lahir. CaranyaPastikan punggung benar-benar mendukung untuk posisi ini. Jaga bayi di perut, sampai kulitnya dan kulit ibu saling bersentuhan. Biarkan tubuhnya menghadap ke arah dan letakkan kepalanya pada siku ibu.

2. The cross cradle hold.

Satu lengan mendukung tubuh bayi dan yang lain mendukung kepala, mirip dengan posisi dudukan, tetapi ibu akan memiliki kontrol lebih besar atas kepala bayi. Posisi menyusui ini bagus untuk bayi prematur atau ibu dengan puting payudara kecil.

3. Posisi sepak bola.

Caranya, pegang bayi di samping ibu dengan kaki di belakang dan bayi terselip di bawah lengan ibu, seolah-olah ibu sedang memegang bola kaki. Ini adalah posisi terbaik untuk ibu yang melahirkan dengan operasi caesar atau untuk ibu-ibu dengan payudara besar. Namun, ibu butuh bantal untuk menopang bayi.

4. Duduk.

Ini merupakan cara yang menyenangkan untuk menyusui dalam posisi duduk. Ini juga bekerja dengan baik jika bayi memiliki pilek atau sakit telinga. Caranya, bayi duduk tegak dengan kaki mengangkangi kita sendiri.

5. Tidur miring.

Menyusui dengan berbaring akan memberi lebih banyak kesempatan untuk bersantai dan juga untuk tidur lebih banyak pada malam hari. Ibu bisa tidur saat bayi menyusu. Dukung punggung dan kepala bayi dengan bantal. Pastikan bahwa perut bayi menyentuh kita.

2.4.1 PERLEKATANYANG BENAR

1. Angkat dan pegang bayi. Baringkan sisinya sehingga perut bayi berhadapan dengan perut ibu dengan tangan kiri. Berat bayi disandang dengan siku (bukan tangan atau jari).
2. Dorong pantat bayi menuju tubuh ibu, dengan kakinya berada di bawah lengan Anda, menggunakan sisi depan lengan (telapak tangan ibu menghadap langit-langit).
3. Tangan kanan ibu berada di bawah muka bayi, telapak tengan ke atas memegang kepala bayi. Jempol dan jari-jari berada di tengkuk leher bayi serta di bawah telinga bayi
4. Angkat payudara ibu dengan tangan kiri kemudian letakkan ibu jari di atas payudara dan seluruh sisa jari di bawahnya. Perlahan, sapukan bibir atas bayi pada puting.
5. Tunggu bayi membuka mulutnya selebar mungkin, seperti akan menguap, lalu dengan cepat bawa bayi ke payudara menggunakan

lengan bawah ibu, bukan hanya dengan tangan atau kepalan untuk menggerakkannya. Dengan menggerakkan lengan, ibu akan membuat pantat dan kaki bayi menempel dekat.

6. Bayi harus mendekat pada payudara dengan membentuk sudut sehingga puting ibu berhadapan dengan langit mulut bayi.

2.5 DEFINISI ASI

ASI adalah asupan nutrisi yang pertama untuk bayi dan terdapat banyak kandungan yang dibutuhkan untuk memperoleh pertumbuhan yang sehat dan perkembangan otak yang baik. American Academy of Pediatrics (2012) merekomendasikan pemberian ASI ekslusif yaitu pemberian ASI saja kepada bayi selama 6 bulan tanpa memberikan minuman maupun makanan tambahan lainnya kemudian dilanjutkan penyuan dengan makanan pendamping selama 2 tahun pertama.

2.5.1 PROSES PRODUKSI DAN PENGELUARAN ASI

Pada masa pubertas terjadi perkembangan pada payudara yang akan dirangsang oleh hormone estrogen dimana estrogen memiliki peranan pada perangsangan pertumbuhan yang cepat dan deposit lemak pada payudara, hormon ini berasal dari siklus seks yang ada pada perempuan.

Pada fase dimana estrogen berfluktuasi maka akan terjadi pertumbuhan yang cepat di masa kehamilan dan dalam keadaan ini jaringan kelenjar akan mengalami perkembangan yang stabil sehingga dapat memproduksi air susu. Didalam perkembangan payudara dalam mensekresi air susu memerlukan peranan progesterone. Ketika sistem ductus berkembang, progesterone akan berhubungan dengan estrogen dan bekerja sama terhadap semua hormon yang akan menyebabkan pertumbuhan lubolus payudara pada proses selanjutnya, dengan pertunasan alveolus dan perkembangan sekresi sel-sel alveoli (Guyton and Hall, 2011).

Payudara wanita dewasa terdapat kelenjar susu atau pabrik ASI yang nantinya akan memproduksi ASI. Mammary gland berbentuk seperti sebuah pohon yang terdiri atas jutaan kelenjar susu dan berbagai penghubung atau sistem yang rumit sebagai saluran air susu. Struktur kelenjar ini akan dibentuk oleh pembuluh darah, pembuluh limfe dan sistem persyarafan yang terhubung dengan syarat pusat (Lawrence, 2011).

Jaringan kelenjar susu yang memproduksi ASI akan diteruskanmelalui saluran susu ke tempat penampungan susu terletak di sekiatputting susu berwarna cokelat tua. Penampunga susu ini sangatberarti karena merupakan tempat berkumpulnya air susu yangnantinya akan diteruskan ketika impuls diaktifkan. Putting susu ibuterdapat berbgai saraf sensoris yang sangat sensitif (Roesli, 2010). Kemudian saat ibu menyusui bayinya akan akan mengaktifkansinyal saraf, yaitu ujung saraf sensorik akan Testimulasi sehingga mengaktifkan potensial aksi dari putting susu ke hipotalamus menimbulkan fluktuasi sekresi prolaktin. Selanjutnya hipotalamus yang aktif akan mengalami perangsangan padahipotesis posterior sehingga terjadi pengeluaran oksitosin. Oksitosin selanjutnya ditransmisikan dalam darah ke payudara agarsel-sel epitel berkontraksi sehingga pengaliran air susu dari alveolidalam duktus terjadi pengeluaran ASI (Sherwood, 2016).

Di hari awal kehidupan bayi atau kelahiran bayi. Saat isapan berlangsung bayi menjadi sangat efektif dalam mengalirkan airsusu, pengisapan putting susu diproduksi kisaran 10-100ml ASI. Pengeluaran ASI akan adekuat setelah 10-14 hari dari usia bayi. Dalam kondisi yang sehat bayi akan mendapatkan asupan nutrisi 700-800ml perhari (rentang 600-1000ml) untuk tumbuh kembang bayi (Kementerian Kesehatan RI, 2013).

ASI merupakan makanan terbaik untuk bayi karena mengandung semua nutrien dalam perbandingan ideal dan mengandung daya kekebalan tubuh. ASI juga mengandung banyak hormon yang

berperan untuk metabolisme dan pertumbuhan, salah satunya adalah insulin-like growth factor-1 (IGF-1). Kompenen tersebut akan ditransfer pada bayi ketika menyususi. (Ballard, O. and Morrow, 2013).

Hormon IGF-1 adalah mediator dari hormon pertumbuhan manusia (HGH) dan berfungsi untuk merangsang pertumbuhan tubuh. IGF-1 menggunakan reseptor sel tertentu yang terletak pada permukaan membran sel untuk mencapai banyak fungsi sel mitogenik yang meliputi induksi pertumbuhan sel, pembelaan sel, dan diferensiasi sel.

2.5.2 Komposisi Asi

Perbedaan komposisi ASI dari hari ke hari (stadium laktasi)sebagai berikut:

1. Kolostrum (colostrum/susu jolong)

Kolostrum adalah cairan encer dan sering berwarna kuning atau dapat pula jernih yang kaya zat antibodi (10-17 kali lebih banyak dari susu matang) dan protein. Kolostrum keluar pada hari pertama sampai hari ke-4/ ke-7. Kolostrum membersihkan zat sisa dari saluran pencernaan bayi danmempersiapkannya untuk makanan yang akan datang. Jika dibandingkan dengan susu matang, kolostrum mengandung karbohidrat dan lemak lebih rendah, dan total energi lebih rendah. Volume kolostrum 150-300 ml/24 jam.

2. Lemak ASI

Lemak di dalam ASI adalah makanan terbaik bagi otak bayi yang akan mendukung perkembangan bayi. Lemak ASI mudah dicerna dan diserap bayi karena enzim lipase yang mencerna lemak. Susu formula tidak mengandung enzim sehingga bayi kesulitan menyerap lemak susu formula. Lemak utama ASI adalah lemak ikatan panjang (omega 3, omega 6, DHA, dan asam arakhidonat). Lemak ini sedikit terdapat pada susu sapi. Kolesterol juga berfungsi dalam pembentukan enzim metabolisme. Kolesterol yang

mengendalikan kadar kolesterol di kemudian hari sehingga dapat mencegah serangan jantung dan arteriosklerosis pada usia muda.

3. Karbohidrat ASI

Karbohidrat utama ASI adalah laktosa (gula) dan kandungannya lebih banyak dibanding dengan susu mamalia lainnya atau sekitar 20-30% lebih banyak dari susu sapi. Salah satu produk dari laktosa adalah galaktosa yang merupakan makanan vital bagi jaringan otak yang sedang tumbuh. Laktosa meningkatkan penyerapan kalsium yang sangat penting untuk pertumbuhan tulang. Laktosa juga meningkatkan pertumbuhan bakteri usus yang baik yaitu Lactobacillis bifidus. Fermentasi laktosa menghasilkan asam laktat yang memberikan suasana asam dalam usus bayi sehingga menghambat pertumbuhan bakteri patogen.

4. Protein ASI

Protein utama ASI adalah whey (mudah dicerna), sedangkan protein utama susu sapi adalah kasein (sukar dicerna). Rasio whey dan kasein dalam ASI adalah 60:40, sedangkan dalam susu sapi rasionya 20:80. ASI tentu lebih menguntungkan bayi karena whey lebih mudah dicerna dibanding kasein. ASI mengandung alfa laktalbumin, sedangkan susu sapi mengandung lactoglobulin dan bovine serum albumin yang sering menyebabkan alergi. Selain itu, pemberian ASI eksklusif dapat menghindarkan bayi dari alergen karena setelah 6 bulan usus bayi mulai matang dan bersifat lebih protektif. ASI juga mengandung lactoferin sebagai pengangkut zat besi dan sebagai sistem imun usus bayi dari bakteri patogen. Laktoferin membiarkan flora normal usus untuk tumbuh danmembunuh bakteri patogen. Zat imun lain dalam ASI adalah suatu kelompok antibiotik alami yaitu lysosyme. Protein istimewa lainnya yang hanya terdapat di ASI adalah taurine yang diperlukan untuk pertumbuhan otak, susunan saraf, juga penting untuk

pertumbuhan retina. Susu sapi tidak mengandung taurine sama sekali.

5. Faktor pelindung dalam ASI

ASI sebagai imunisasi aktif merangsang pembentukan daya tahan tubuh bayi. Selain itu, ASI juga berperan sebagai imunisasi pasif yaitu dengan adanya SIgA (secretory immunoglobulin A) yangmelindungi usus bayi pada minggu pertama kehidupan dari alergen.

6. Vitamin, mineral, dan zat besi ASI ASI mengandung vitamin, mineral, dan zat besi yang lengkap dan mudah diserap oleh bayi.

2.5.3 MANFAAT PEMBERIAN ASI

1. Manfaat bagi ibu

a. Menurunkan risiko terkena kanker payudara dan kanker ovarium.

b. Mengurangi osteoporosis.

c. Mengurangi risiko perdarahan dan pemulihan ibu postpartum lebih cepat.

d. Menyusui membantu mengurangi kebutuhan insulin pada ibu diabetes, dan ibu menyusui memiliki risiko 14% lebih rendah untuk diabetes tipe 2.

e. Berat badan lebih epat kembali ke berat badan sebelum hamil.

f. Pemberian ASI eksklusif untuk 6 bulan pertama pasca persalinan efektif mencegah kehamilan.

g. Ibu menyusui merasa lebih percaya diri, tenang, dan tidak cemas. Menyusui juga mendukung perasaan kedekatan antara ibu dan anak.

2. Manfaat secara ekonomi

Bayi yang mendapatkan ASI eksklusif memiliki risiko rendah mengalami sakit sehingga dapat mengurami biaya perawatan di rumah sakit.

3. Manfaat bagi bayi

1) Meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi.
2) Meningkatkan kedekatan anak dengan ibu.
3) Mengurangi risiko kematian bayi.
4) Mengurangi risiko kejadian diare dan infeksi saluran pernapasan.
5) Mengurangi risiko kejadian penyakit kronis
6) Mengurangi risiko obesitas.
7) Mendukung perkembagan kognitif dan motoric pada bayi

2.5.4 HORMON YANG MEMPENGARUHI PRODUKSI ASI

Setiap kali bayi mengisap payudara, akan merangsang ujung saraf sensoris di sekitar payudara sehingga merangsang kelenjar hipofisis bagian depan untuk menghasilkan prolaktin. Prolaktin akan masuk ke peredaran darah kemudian ke payudara menyebabkan sel sekretori di alveolus (pabrik ASI) menghasilkan ASI.
Prolaktin akan berada di peredaran darah selama 30 menit setelah dihisap, sehingga prolaktin dapat merangsang payudara menghasilkan ASI untuk minum berikutnya, sedangkan untuk minum yang sekarang, bayi mengambil ASI yang sudah ada.
Makin banyak ASI yang dikeluarkan dari gudang ASI (sinus laktiferus), makin banyak produksi ASI. Dengan kata lain, makin sering bayi menyusui makin banyak ASI diproduksi. Sebaliknya, makin jarang bayimengisap, makin sedikit payudara menghasilkan ASI. Jika bayiberhenti mengisap maka payudara akan berhenti menghasilkan ASI.

Prolaktin umumnya dihasilkan pada malam hari sehingga menyusui pada malam hari dapat membantu mempertahankan produksi ASI. Hormon prolaktin juga akan menekan ovulasi (fungsi indung telur untuk menghasilkan sel telur) sehingga menyusui secara eksklusif akan memperlambat kembalinya fungsi kesuburan dan haid. Oleh karena itu, menyusui pada malam hari penting untuk tujuan menunda kehamilan.

2.5.5 Standar Prosedur Operasional Teknik Menyusui

Pengertian	Cara memberikan Asi kepada bayi dengan pelekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar
Tujuan	1. putting susu tidak lecet 2. perlekatan menyusui pada bayi kuat 3. bayi menjadi tenang 4. tidak terjadi gumoh
Indikasi	Ibu menyusui, ibu perintal
Kontraindikasi	Keganasan pada payudara
Persiapan perawat	1. memastikan pasien adalah benar orang 2. mencuci tangan
Persiapan alat	1 kursi yang rendah agar kaki tidak mengantungdan punggung bersandar pada kursi 2. lap bersih/tissue 3. air hangat
Persiapan pasien	a. berikan salam, perkenalkan diri anda, dan identifikasi klien dengan memeriksa identitas secara cermat b. jelaskan tentang prosedur tindakan yang akan dilakukan seberapa klien akan berpartisipasi, siapa yang akan membantu dan peran klien untukbertanya dan jawab seluruh pertanyaan klien c. beri privasi kepada klien
Cara kerja	Teknik menyusui dengan benara posisi Terdapat berbagi macam posisi menyusui .cara menyusui yang tergolong biasa dilakukan adalahdengan duduk, berdiri atau berbaring

	a posisi dekpan/klasik/cradle hold ibu duduk tegak, kepala bayi disangga oleh tangan yang satu sisi dengan payudara yang disusukan. Posisi ini paling umum digunakan ,tapi bukan berarti semua orang nyaman dengan posisi ini. b. posisi cros-cradle hold kepala bayi disangga oleh tangan yang berlawanan arah terhadap payudara yang disusukan. Posisi ini bias digunakan untuk bayi kecil atau sakit. Cross-cradle hold c.posisi football hold/posisi bawah lengan posisi bayi ada dibawah lengan ibu yang satu sisi dengan payudara. Jika bayi agak sulit melekat, posisi ini juga biasa dicoba. Juga cocok digunakan saat menyusui bayi kembar atau jika seluran asi tersumbat

d. posisi side-lying/tidur menyamping

posisi ini bias digunakan saat ibu ingin menyusui sambil istirahaat, atau setelah oprasi Caesar

e posisi double football/daobel cradle bias keduanya

untuk ibu yang memeliki anak kembar, biasa meenyusui anak kembar sekaligus dengan posisi double football atau double cradle, atau kombinasi keduanya, saat menyusui bayi kembar, pada awalnya bunda perlu bantuan anggota keluarga lain, dan perlu menyiapalkan bantal-bantal untuk memudahkan .

	b. langkah-langkah menyusui yang benar adapun langkah menyusui dengan benar menurut hendri yaitu: 1. Cuci tangan dan bersihkan payudara sebelum menyusui 2. Pilih posisi menyusui yang nyaman (duduk/berbaring). Pastikan kaki ibu tidak menggantung dan punggung ibu bersandar pada kursi dalam posisi duduk 3. Keluarkan ASI sedikit dan oleskan pada putting dan sekitar areola (sebagai desintefektan danmenjaga kelembapan putting susu) 4. Posisikan bayi pada satu lengan, kepala bayi pada lengkung siku ibu dan punggung serta pantat bayi berada pada lengan bawah ibu 5. Tempelkan perut bayi pada perut ibu dengan meletakkan salah satu lengan bayi dibelakang badan ibu dan lengan lainnya didepan dengan kepala bayi menghadap payudara ibu 6. Posisikan telinga dan lengan bayi pada satu garis lurus 7. Memegang payudara dengan ibu jari diatas dan jari lainnya menopang dibawah 8. Merangsang mulut bayi untuk membuka dengan menyentuh sudut mulut bayi 9. Setelah membuka mulutnya dekatkan kepala bayikepayudara dan masukkan putting susu serta sebagian areola kemulut bayi

	10. Bila selesai, lepas isapan bayi dengan cara masukkan jari kelingking ibu kemulut bayi atau tekan dagu bayi kebawah 11. Oleskan sedikan ASI pada putting dan sedikit

	areola biarkan mengering dengan sendirinya 12.Menyendawakan bayi: bayi di gendong tegakdengan bersandar pada bahu ibu lalu punggungditepuk perlahan sampai bayi bersendawa (bilatidak bersendawa, tunggu sampai ±15 menit atau bayi ditengkurapkan di pangkuan ibu)
Hasil	Dokumentasi 1.Catat tindakan yang telah dilakukan2.Waktu dan tanggal tindakan 3. Nama pasien, usia, nomer rekam medic 4. Nama perawat dan tanda tangan perawat