

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

Inisiasi Menyusu Dini (IMD) memberikan manfaat besar baik bagi ibu maupun bayi. Keberhasilan pelaksanaannya tidak hanya bergantung pada peran tenaga kesehatan yang memiliki pengetahuan memadai tentang IMD, tetapi juga membutuhkan dukungan penuh dari suami dan keluarga. Dukungan ini berkontribusi penting terhadap keberhasilan IMD, pemberian ASI eksklusif, serta penguatan ikatan kasih sayang (*bonding attachment*) antara ibu dan bayi.

2.1 Konsep Dasar Inisiasi Menyusu Dini

2.1.1 Pengertian Inisiasi Menyusu Dini

Inisiasi Menyusu Dini (IMD) adalah proses ketika bayi mulai menyusu segera setelah lahir. Proses ini dikenal dengan istilah *The Breast Crawl*, yaitu kemampuan alami bayi untuk merangkak mencari payudara ibunya (Nuraini et al., 2022). WHO (2020) menegaskan bahwa kontak kulit antara ibu dan bayi segera setelah lahir saat pelaksanaan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) secara signifikan meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada enam bulan pertama kehidupan.



Gambar 2.1 (sumber: (*Inisiasi Menyusu Dini _ Manfaat Dan Cara Melakukannya*, 2022)

Inisiasi Menyusu Dini (IMD) bertujuan mendukung keberhasilan program ASI eksklusif sekaligus memberikan ketenangan bagi ibu dan bayi

melalui kontak kulit langsung. Kontak ini tidak hanya memperkuat ikatan emosional, tetapi juga membantu transfer bakteri baik dari kulit ibu ke kulit dan usus bayi yang berperan dalam meningkatkan imunitas. Selain itu, IMD dapat mencegah perdarahan postpartum, menurunkan risiko anemia, serta berkontribusi pada penurunan angka kematian ibu dan bayi.

2.1.2 Penyebab Bayi Mampu Menemukan puting susu ibu

Terdapat 3 faktor yang memungkinkan bayi menemukan puting susu ibunya secara mandiri dan mulai menyusu (Nasrullah, 2021):

1. *Sensory Input*

Sensory input melibatkan berbagai indera yang membantu bayi mengenali ibunya dan mulai menyusu. Penciuman memungkinkan bayi mengenali aroma khas ibunya. Penglihatan membantu bayi membedakan pola hitam dan putih, sehingga ia dapat mengenali puting dan areola yang lebih gelap. Pengecapan membuat bayi merasakan cairan amnion yang melekat pada jari-jarinya yang seringkali membuatnya menjilat jari saat baru lahir. Pendengaran memungkinkan bayi mengenali suara ibunya sejak dalam kandungan. Sementara itu, peraba melalui kontak *skin-to-skin* memberikan pengalaman pertama berupa kehangatan sekaligus stimulasi yang menenangkan bagi bayi.

2. *Central Component*

Otak bayi yang baru lahir sudah siap merespons lingkungannya, dimana tubuh ibu menjadi lingkungan yang paling dikenalnya. Rangsangan ini perlu diberikan segera karena jika tertunda terlalu lama, bayi dapat kehilangan kemampuannya. Bayi yang dipisahkan segera setelah lahir cenderung lebih sering menangis dibandingkan dengan bayi yang langsung diletakkan di dada ibunya.

3. *Motor output*

Gerakan merangkak di atas tubuh ibu merupakan refleksi alami pertama yang dilakukan bayi setelah lahir. Selain memandu bayi

menemukan puting, gerakan ini juga memberi manfaat bagi ibu, antara lain membantu pelepasan plasenta dan mengurangi risiko perdarahan pada rahim.

2.1.3 Langkah-Langkah Inisiasi Menyusu Dini

Setelah persalinan dianjurkan untuk mengeringkan seadanya bayi (area wajah, kepala dan bagian tubuh lainnya) terkecuali kedua tangannya karena bau cairan ketuban pada tangan bayi membantu dalam menemukan puting susu ibunya. Setelah tali pusat dipotong dan diikat selama dua menit, dada ibu sebaiknya tidak dibersihkan. Bayi kemudian diletakkan tengkurap di dada ibu dengan posisi kepala menghadap ke arah ibunya. Bayi boleh dipakaikan penutup kepala dan selimut untuk menjaga kehangatan (Muthia et al., 2023). Langkah-langkah melakukan inisiasi menyusu dini (Kemenkes RI, 2019) adalah sebagai berikut:

1. Tahap pertama

Lahirkan bayi, lakukan penilaian kondisi dan keringkan tubuhnya:

- a. Mencatat waktu kelahiran segera setelah bayi lahir.
- b. Meletakkan bayi di perut bagian bawah ibu sambil melakukan penilaian apakah bayi membutuhkan tindakan resusitasi.
- c. Jika bayi tidak memerlukan resusitasi, keringkan tubuhnya secara lembut mulai dari wajah, kepala, hingga seluruh bagian tubuh, tanpa menghilangkan verniks yang berperan menjaga kenyamanan dan kehangatan. Setelah itu, selimuti bayi dengan kain kering dan tunggu sekitar dua menit sebelum menjepit tali pusat.
- d. Jangan mengeringkan tangan bayi, karena aroma cairan ketuban pada bagian tersebut membantu bayi mengenali dan menemukan puting ibunya.

2. Tahap kedua

Pastikan bayi mendapatkan kontak kulit langsung dengan ibu selama setidaknya satu jam

- a. Setelah tali pusat dipotong dan diikat, posisikan bayi tengkurap di dada ibu tanpa menggunakan pakaian atau bedong, sehingga terjadi kontak kulit langsung. Letakkan kepala bayi di antara kedua payudara ibu dengan posisi sedikit lebih rendah dari puting.
 - b. Gunakan kain hangat untuk menyelimuti ibu dan bayi, serta pasangkan topi pada kepala bayi untuk menjaga kehangatan
 - c. Anjurkan ibu untuk memeluk dan membelai bayinya. Jika perlu, letakkan bantal di bawah tubuh ibu agar ia lebih nyaman dan dapat menjalin kontak mata dengan bayinya.
3. Tahap ketiga
- a. Biarkan bayi secara alami mencari dan menemukan puting ibu, lalu memulai proses menyusui tanpa paksaan.
 - b. Sarankan ibu dan keluarga untuk tidak mengganggu proses menyusui, misalnya dengan memindahkan bayi dari satu payudara ke payudara lainnya. Biarkan bayi menyusui cukup dari satu sisi. Umumnya, bayi akan menemukan puting dalam 30–60 menit, namun kontak kulit tetap perlu dipertahankan minimal satu jam, meskipun bayi lebih cepat menemukan puting.
 - c. Tunda seluruh tindakan perawatan bayi baru lahir hingga proses menyusui selesai. Biarkan bayi menyusui minimal selama satu jam, atau lebih lama jika ia baru menemukan puting setelah satu jam.
 - d. Jika bayi harus dipindahkan dari ruang bersalin sebelum satu jam atau sebelum sempat menyusui, pastikan bayi tetap bersama ibu dan kontak kulit tetap dipertahankan selama proses pemindahan.
 - e. Jika dalam waktu satu jam bayi belum berhasil menemukan puting, posisikan bayi lebih dekat ke puting ibu dan lanjutkan kontak kulit selama 30–60 menit berikutnya.
 - f. Jika dalam dua jam bayi masih belum menemukan puting, pindahkan ibu ke ruang pemulihan dengan bayi tetap berada di dada. Setelah itu, lakukan perawatan neonatal esensial seperti penimbangan, pemberian vitamin K1, dan salep mata. Setelah

tindakan selesai, segera kembalikan bayi kepada ibu untuk melanjutkan proses menyusui.

- g. Selama proses Inisiasi Menyusu Dini (IMD), lakukan pemantauan bayi secara berkala setiap 15 menit untuk memastikan kondisi tetap stabil dan proses menyusui berlangsung dengan baik.

4. Tahap keempat

Pemantauan bayi saat IMD

Selama IMD sebaiknya ibu dan bayi selalu didampingi dan dipantau. Pemantauan bisa oleh tenaga medis atau keluarga dengan memperhatikan hal-hal sebagai berikut:

- a. Posisi : pastikan mulut dan hidung bayi tetap terlihat dan tidak tertutup
- b. Warna kulit : kulit dan/atau selaput lendir bayi berwarna pink
- c. Pernapasan : napas bayi normal, tanpa retraksi atau pernapasan cuping hidung dengan frekuensi pernapasan 40-60 kali per menit
- d. Suhu tubuh : periksa suhu bayi pada 60 dan 120 menit setelah lahir (kisaran normal : $36,5^{\circ}\text{C}$ - $37,5^{\circ}\text{C}$)
- e. Keamanan : ibu dan bayi tidak boleh dibiarkan sendirian
- f. Pemantauan : sebaiknya dilakukan pada menit ke 15, 30, 45, 60, 75, 90 dan 120 setelah proses Inisiasi Menyusu Dini (IMD)

5. Tahap kelima

Melakukan pemantauan setelah IMD untuk memastikan bayi tetap hangat

- a. Pakaikan bayi pakaian atau selimut untuk menjaga kehangatannya. Gunakan topi pada kepala bayi selama beberapa hari pertama. Jika kaki bayi terasa dingin saat disentuh, lepaskan pakaiannya, letakkan kembali di dada ibu dalam posisi tengkurap, lalu selimuti keduanya hingga bayi kembali hangat.
- b. Pastikan ibu dan bayi tetap berada dalam satu ruangan. Bayi harus berada dalam jangkauan ibu selama 24 jam agar dapat menyusui kapan pun ia menginginkannya.

2.1.4 Tata Pelaksanaan Inisiasi Menyusu Dini

Pelaksanaan inisiasi menyusu dini sangat penting untuk meningkatkan kesuksesan menyusui. Berikut adalah beberapa tata laksana dalam melakukan inisiasi menyusu dini (Fitriani, 2021) yaitu

1. Suami atau anggota keluarga dianjurkan untuk mendampingi ibu selama persalinan.
2. Dalam proses persalinan, disarankan untuk menghindari atau setidaknya meminimalkan penggunaan obat-obatan kimia. Pendekatan ini bertujuan menjaga agar proses kelahiran berlangsung lebih alami, sekaligus mengurangi risiko efek samping bagi ibu maupun bayi.
3. Dibersihkan dan dikeringkan, namun bagian tangan dibiarkan tetap lembap. *Vernix caseosa* tidak perlu dihilangkan karena berfungsi melindungi kulit bayi dan membantu proses adaptasi awalnya.
4. Bayi diletakkan dalam posisi tengkurap di atas perut ibu dengan kontak kulit langsung untuk mendukung kehangatan dan ikatan awal. Setelah itu, ibu dan bayi diselimuti bersama, serta bayi dapat dipakaikan topi guna membantu mempertahankan suhu tubuhnya.
5. Ibu dianjurkan untuk menyentuh bayinya secara lembut sebagai stimulasi agar bayi lebih mudah bergerak mendekati puting susu.
6. Biarkan bayi secara alami menemukan puting ibunya tanpa intervensi, sehingga proses menyusui dapat terjadi secara spontan.
7. Pertahankan kontak kulit antara ibu dan bayi minimal selama satu jam, baik bayi sudah mulai menyusui maupun sampai sesi menyusui awal selesai.
8. Tunda semua tindakan seperti penimbangan, pengukuran, pemberian suntikan vitamin K, dan tetes mata sampai bayi menyelesaikan sesi menyusui awal.
9. Bagi ibu yang melahirkan secara operasi, tetap sediakan kesempatan untuk melakukan kontak kulit langsung dengan bayinya guna mendukung ikatan awal dan proses menyusui.

10. Berikan ASI secara eksklusif tanpa tambahan makanan atau minuman lain, kecuali ada alasan medis. Terapkan perawatan gabung dengan menempatkan ibu dan bayi dalam satu kamar, sehingga bayi tetap dekat dengan ibu selama 24 jam.

2.1.5 Faktor-Faktor Penghambat keberhasilan Inisiasi Menyusu Dini

Beberapa faktor yang menghambat keberlangsungan proses IMD (Fitriani, 2021) adalah sebagai berikut:

1. Bayi Kedinginan

Kontak kulit langsung antara ibu dan bayi segera setelah lahir memberikan manfaat yang signifikan bagi keduanya, salah satunya membantu menjaga suhu tubuh bayi. Bayi akan merasa hangat dan aman saat bersentuhan kulit dengan ibunya. Suhu payudara ibu secara alami meningkat $0,5^{\circ}\text{C}$ dalam dua menit setelah bayi ditempatkan di dadanya. Dada ibu merupakan lokasi optimal untuk melakukan inisiasi menyusu dini sekaligus memberikan kehangatan bagi bayi baru lahir. Suhu dada ibu setelah melahirkan biasanya sekitar 1°C lebih tinggi dibandingkan ibu yang tidak melahirkan. Saat bayi ditempatkan di dada ibu, suhu ini akan menyesuaikan secara otomatis: jika bayi terlalu panas, suhu dada menurun sekitar 1°C , sedangkan jika bayi kedinginan, suhu akan meningkat hingga 2°C untuk menjaga kehangatannya.

2. Ibu kelelahan

Ibu yang menghadapi kesulitan saat persalinan sering merasa terlalu lelah untuk segera menyusui bayinya. Namun, hal ini bertentangan dengan kenyataan bahwa ibu jarang merasa terlalu lelah untuk segera memeluk bayinya setelah lahir. Memeluk bayi segera setelah lahir dapat menghadirkan rasa bahagia bagi ibu, sementara kontak kulit dan menyusu dini merangsang pelepasan oksitosin yang membuat ibu merasa lebih tenang.

3. Tenaga kesehatan kurang tersedia

Kurangnya ketersediaan tenaga kesehatan dapat menghambat kelanjutan prosedur yang diperlukan. Ketika bayi diletakkan di dada ibu, tenaga kesehatan dapat melanjutkan tugasnya. Biarkan bayi menemukan payudara ibunya secara alami, sambil melibatkan ayah atau anggota keluarga dekat untuk menjaga bayi dan mendukung ibu.

4. Kamar bersalin atau kamar operasi yang sibuk

Ibu dapat dipindahkan ke ruang pemulihan atau kamar perawatan sambil memastikan bayi tetap berada di dada ibu. Pastikan bayi tetap memiliki kesempatan untuk melanjutkan usahanya mencari payudara dan menyusui sendiri.

5. Ibu harus dijahit

Ibu yang dijahit tidak menghalangi pelaksanaan inisiasi menyusui dini karena proses merangkak mencari payudara berlangsung di area dada ibu, sedangkan jahitan berada di bagian bawah tubuh ibu.

6. Bayi harus segera dibersihkan, dimandikan, ditimbang dan diukur

Menunda proses memandikan bayi dapat membantu mencegah kehilangan panas tubuh. Selain itu, verniks memiliki lebih banyak waktu untuk meresap, sehingga dapat melembutkan dan melindungi kulit bayi dengan lebih baik. Bayi sebaiknya dikeringkan segera setelah kelahiran. Penimbangan dan pengukuran dapat ditunda sampai menyusui awal selesai.

7. Suntikan vitamin K dan tetesan mata untuk mencegah penyakit gonorrhea

Tindakan ini dapat ditunda setidaknya selama satu jam sampai bayi menyusui sendiri tanpa membahayakan bayi

8. Ibu melahirkan melalui Operasi Caesar

Persalinan melalui operasi Caesar (SC) seringkali menjadi kendala dalam pelaksanaan Inisiasi Menyusui Dini. Hal ini dikarenakan ibu dan bayi masih dalam masa observasi pasca operasi. Ibu yang masih dalam efek anestesi seringkali mengalami penundaan

atau tidak terlaksananya IMD. Selain itu, ibu yang menjalani persalinan SC cenderung mengeluhkan rasa sakit pada daerah sayatan dan jahitan diperut sehingga ibu memilih untuk beristirahat dan memulihkan kondisi sebelum melakukan IMD dengan bayinya (Apsari et al., 2024). Sebagai alternatif, ayah juga dapat menggantikan peran ibu untuk memberikan kontak kulit ke kulit sehingga bayi sementara menunggu ibu sadar, sehingga bayi tetap mendapatkan kehangatan.

2.1.6 Manfaat Inisiasi Menyusu Dini

Inisiasi Menyusu Dini (IMD) menawarkan berbagai manfaat signifikan bagi ibu dan bayi. Kontak kulit langsung antara keduanya membantu menstabilkan kondisi fisiologis bayi baru lahir sekaligus memperkenalkan bakteri baik dari kulit ibu, yang berperan dalam melindungi bayi dari infeksi dan mendukung perkembangan sistem imunnya. Bagi ibu, menyusui merangsang pelepasan hormon prolaktin, yang penting untuk meningkatkan produksi ASI sehingga memenuhi kebutuhan bayi. Beberapa manfaat utama IMD bagi ibu dan bayi antara lain:

1. Manfaat Inisiasi Menyusu Dini (IMD) untuk bayi (Nasrullah, 2021) yaitu :
 - a. Menurunkan Tingkat kematian karena kedinginan (*hipotermi*). Dada ibu berperan menghangatkan bayi dengan suhu yang optimal
 - b. Bayi mendapatkan kolostrum yang kaya akan antibody, penting untuk pertumbuhan usus dan ketahanan bayi terhadap infeksi
 - c. Bayi dapat menjilat kulit ibu dan menelan bakteri baik yang kemudian menetap di ususnya, bersaing dengan bakteri patogen. Proses ini juga berperan menjaga kestabilan kadar glukosa bayi selama beberapa jam pertama setelah lahir.
 - d. Meconium dapat dikeluarkan lebih cepat, sehingga mengurangi risiko icterus fisiologis pada bayi baru lahir.

2. Manfaat Inisiasi Menyusu Dini untuk ibu (Nasrullah, 2021) yaitu:
 - a. Kontak langsung antara ibu dan bayi membuat keduanya merasa lebih nyaman dan tenang.
 - b. Ikatan emosional antara ibu dan bayi diperkuat karena bayi tetap waspada selama 1–2 jam pertama setelah kelahiran.
 - c. Sentuhan, jilatan, dan usapan bayi pada puting ibu merangsang keluarnya hormon oksitosin.
 - d. Membantu kontraksi rahim, mengurangi risiko perdarahan dan mempercepat proses pelepasan plasenta.

2.2 Konsep Dasar *Bonding Attachment*

2.2.1 Pengertian *Bonding Attachment*

Bonding adalah proses terbentuknya ikatan antara ibu dan bayi melalui kontak kulit awal setelah kelahiran, sedangkan *attachment* mengacu pada perkembangan hubungan emosional antara keduanya. Dengan demikian, *bonding-attachment* dapat dipahami sebagai keterikatan emosional yang tumbuh antara ibu dan bayi, yang turut memengaruhi perasaan keduanya. Proses ini juga membantu mengurangi stress dengan merangsang pelepasan hormon oksitosin. (Lubis et al., 2022).

Bonding attachment/keterikatan awal/ikatan batin adalah proses ini dimana hasil dari interaksi berkelanjutan antara bayi dan orang tua yang didasari oleh kasih sayang timbal balik, memberikan keduanya pemenuhan emosional dan saling membutuhkan. Ikatan emosional antara ibu dan bayi dimulai dari rasa kasih sayang selama kehamilan dan terus berkembang setelah kelahiran. Hubungan ini berperan penting dalam mendukung perkembangan psikologis yang sehat serta pertumbuhan optimal bayi (Lubis et al., 2022).

2.2.2 Tahapan-Tahapan *Bonding Attachment*

Adapun tahapan-tahapan yang terdapat dalam *Bonding Attachment* (Nency Agustia, 2024), yaitu :

- a. Perkenalan (*Acquaintance*) yaitu proses awal mengenali bayi dengan melakukan kontak mata, menyentuh, berbicara dan mengeksplorasi sejak pertama kali bertemu.
- b. Keterikatan (*bonding*) adalah ikatan emosional yang memperdalam dan memperkuat hubungan antara ibu dan bayi.
- c. *Attachment* adalah perasaan kasih sayang yang membentuk ikatan emosional antara satu individu dengan individu lainnya.

2.2.3 Kondisi-Kondisi yang Mempengaruhi Proses *Bonding Attachment*

Keberhasilan dan tidaknya *bonding attachment* (Ni'matul Ulya et al., 2021)

1. Kesehatan emosional orang tua
Respon emosional orang tua terhadap kelahiran bayi dapat berbeda-beda, tergantung pada tingkat kesiapan dan harapan mereka. Orang tua yang menyambut kehadiran anak dengan penuh keinginan dan kesiapan cenderung menunjukkan emosi yang lebih positif. Emosi positif ini memiliki peran penting dalam memperkuat terbentuknya ikatan (*bonding attachment*) antara orang tua dan bayi.
2. Kemampuan berkomunikasi dan memberikan asuhan yang kompeten
Keterampilan orang tua dalam berkomunikasi serta memberikan perawatan kepada anak dapat berbeda-beda tergantung pengalaman dan pengetahuan mereka. Setiap orang tua memiliki kemampuan yang berbeda, namun, semakin terampil orang tua dalam merawat dan memahami kebutuhan bayi, semakin lancar terbentuknya ikatan emosional (*bonding attachment*) antara mereka dan anak.
3. Dukungan sosial dari keluarga, teman dan pasangan
Dukungan dari keluarga, teman, dan terutama pasangan sangat berperan dalam memperkuat ikatan emosional (*bonding*) antara ibu dan bayi.

Kehadiran serta dorongan positif dari orang-orang terdekat dapat memberikan semangat dan motivasi bagi ibu untuk memberikan kasih sayang penuh kepada bayinya.

4. Kedekatan orang tua dengan bayi

Metode *rooming-in* menempatkan orang tua dan bayi dalam satu ruangan, sehingga memungkinkan interaksi langsung yang dapat mempercepat pembentukan ikatan batin antara keduanya.

5. Kecocokan orang tua dengan bayi (keadaan, temperamen, dan jenis kelamin)

Penerimaan keluarga terhadap bayi biasanya lebih lancar jika bayi lahir dalam kondisi sehat dan sesuai dengan harapan mengenai jenis kelamin. Pada tahap awal kehidupan, ikatan antara ibu dan bayi umumnya lebih kuat dibandingkan dengan anggota keluarga lainnya. Hal ini disebabkan oleh Sembilan bulan kebersamaan selama kehamilan serta proses persalinan yang tantangan sehingga menciptakan ikatan yang unik antara keduanya.

2.2.4 Elemen-Elemen *Bonding Attachment*

Berikut ini adalah elemen-elemen *bonding attachment* (Idayanti et al., 2022) :

1. Sentuhan atau Indera peraba, orang tua dan pengasuh sering menggunakan indera peraba sebagai cara untuk mengenali bayi yang baru lahir, dengan menyentuh serta mengeksplorasi tubuh bayi menggunakan ujung jari mereka.
2. Kontak mata – saat bayi baru lahir sudah mampu mempertahankan kontak mata secara fungsional, orang tua dan bayi akan menghabiskan lebih banyak waktu untuk saling menatap. Beberapa ibu menyatakan bahwa kontak mata dengan bayi membuat mereka merasa lebih terhubung secara emosional.
3. Suara – saling mendengar dan merespons suara antara orang tua dan bayi juga memiliki peran penting, di mana orang tua menantikan tangisan pertama bayi dengan rasa tegang dan antisipasi.

4. Aroma – ibu mengetahui bahwa setiap anak memiliki aroma yang unik; Sedangkan bayi belajar dengan cepat untuk membedakan aroma susu ibunya.
5. *Entrainment* – bayi baru lahir secara alami bergerak mengikuti pola ritme pembicaraan orang dewasa. Bayi menunjukkan respons motorik terhadap suara orang tua dengan menggoyangkan tangan, mengangkat kepala, atau menendangkan kaki, seolah-olah menari mengikuti ritme suara tersebut. *Entrainment* ini berperan dalam perkembangan komunikasi anak dan memberikan umpan balik positif bagi orang tua, membantu membentuk pola komunikasi yang efektif.
6. Bioritme – bayi baik yang masih dalam kandungan maupun yang baru lahir, selaras dengan ritme alami ibunya. Salah satu tugas bayi setelah lahir adalah mengembangkan ritme pribadinya (bioritme). Orang tua dapat mendukung proses ini dengan memberikan kasih sayang yang konsisten dan merespons bayi saat ia menunjukkan perilaku yang responsive. Hal ini membantu meningkatkan interaksi sosial serta peluang bayi untuk belajar.
7. Kontak dini – saat ini, belum terdapat bukti ilmiah yang secara langsung membuktikan bahwa kontak dini pasca kelahiran secara mutlak menentukan kualitas hubungan antara orang tua dan anak.

2.2.5 Manfaat *Bonding Attachment*

Berikut adalah manfaat dari *bonding attachment* ((Ni'matul Ulya et al., 2021)

1. Air liur bayi berperan dalam membersihkan area dada ibu dari bakteri
2. Tubuh ibu berfungsi sebagai pengatur suhu alami. Apabila bayi mengalami penurunan suhu tubuh karena kedinginan, tubuh ibu akan menyesuaikan dengan meningkatkan suhunya untuk membantu menghangatkan bayi. Sebaliknya, jika suhu bayi terlalu

tinggi, tubuh ibu akan menyesuaikan untuk membantu menurunkannya ke tingkat normal

3. Bunyi detak jantung ibu, saat bayi berada di dada ibu, hal ini dapat membantu menstabilkan pola pernapasan bayi.
4. *Bonding attachment* dan praktik inisiasi menyusui dini berperan dalam menurunkan angka kematian bayi.
5. Bayi merasa dicintai, diperhatikan, mempercayai, menumbuhkan sikap sosial
6. Bayi merasa aman, berani mengadakan eksplorasi.

2.3 Konsep Dasar Pemberian ASI Eksklusif

2.3.1 Pengertian ASI Eksklusif

Air Susu Ibu (ASI) adalah nutrisi alami dalam bentuk cair yang menjadi makanan terbaik bagi bayi. ASI mengandung gizi yang lengkap serta antibody yang berperan dalam melindungi bayi dari infeksi (Deswita et al., 2023). Pemberian ASI secara eksklusif selama enam bulan pertama, dan dilanjutkan hingga usia dua tahun, menyediakan asupan makanan yang sehat dan berkualitas. Kandungan energi dan nutrisinya telah disesuaikan dengan kebutuhan bayi, mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal..

Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 mengatur pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif, yang menyatakan bahwa bayi harus menerima ASI sejak lahir hingga usia enam bulan tanpa tambahan makanan atau minuman lain, kecuali obat, vitamin, atau mineral. Keberhasilan pemberian ASI eksklusif ini sangat bergantung pada pelaksanaan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) serta pemenuhan kebutuhan bayi untuk menyusui kapan pun diperlukan (Deswita et al., 2023).

2.3.2 Komposisi ASI

Air Susu Ibu (ASI) mengalami perubahan bertahap pada berbagai tahap usia, disesuaikan dengan kebutuhan nutrisi dan perkembangan bayi (Fitriani, 2021):

1. Kolostrum

Kolostrum merupakan cairan kental berwarna kekuningan yang keluar dari hari pertama sampai hari keempat setelah melahirkan dan berfungsi sebagai pencakar untuk membersihkan saluran cerna bayi baru lahir dan kaya akan zat anti infeksi dan berprotein tinggi.

2. ASI transisi atau peralihan

ASI transisi adalah tahap peralihan dari kolostrum ke ASI matur yang terjadi hari ke-4 hingga ke-7, dan berlanjut sampai hari ke-10 hingga ke-14, komposisi ASI mengalami perubahan: kadar protein menurun, sementara kandungan karbohidrat dan lemak meningkat, disertai peningkatan volume ASI.

3. ASI mature

ASI matur adalah ASI yang mulai diproduksi sekitar hari ke-14 setelah melahirkan dan memiliki komposisi yang relative stabil. Pada ibu sehat dengan produksi ASI yang memadai, ASI dapat menjadi satu-satunya sumber nutrisi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi hingga usia enam bulan.

Tabel 2.1 komposisi kolostrum ASI (setiap 100ml)

No.	Zat-zat gizi	satuan	Kolostrum	ASI
1.	Energi	Kkal	58.0	70
2.	Protein	G	2.3	0.9
3.	Kasein	Mg	140.0mg	187.0
4.	Laktosa	G	5.3	7.3
5.	Lemak	G	2.9	4.2
6.	Vitamin A	Ug	151.0	75.0
7.	Vitamin B1	Ug	1.9	14.0
8.	Vitamin B2	Ug	30.0	40.0
9.	Vitamin B12	Ug	0.05	0.1

10.	Kalsium	Mg	39.0	35.0
11.	Zat besi	Mg	70.0	100.0
12.	Fosfor	Mg	14.0	15.0

Sumber : (Fitriani, 2021)

2.3.3 Volume Produksi ASI

Menjelang akhir masa kehamilan, kelenjar di payudara mulai memproduksi ASI. Setelah persalinan apabila bayi mulai menghisap payudara, maka produksi ASI bertambah secara cepat. Dalam kondisi normal, pada hari-hari pertama pascapersalinan, ASI diproduksi sekitar 10 ± 100 cc, dengan volume yang bervariasi menyesuaikan kebutuhan bayi. Pada hari pertama, rata-rata produksi ASI mencapai 50–100 ml per hari dan akan terus bertambah. Pada minggu kedua pascapersalinan, produksi ASI meningkat menjadi sekitar 400–500 ml per hari. Selama bulan pertama, rata-rata volume ASI terus menyesuaikan kebutuhan bayi mencapai sekitar 600 ml per hari dan meningkat menjadi 750–800 ml per hari pada bulan keempat dan kelima. Kekurangan gizi yang parah pada ibu, baik selama kehamilan maupun masa menyusui, dapat menurunkan jumlah ASI yang dihasilkan. Produksi ASI biasanya meningkat secara bertahap hingga bayi mencapai usia enam bulan, kemudian mulai menurun. Pada tahap ini, bayi membutuhkan makanan pendamping ASI untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya (Nurbaya, 2021).

2.3.4 Manajemen Laktasi

Laktasi adalah periode dimana terjadi pada payudara ibu sehingga dapat menghasilkan ASI. Proses ini melibatkan interaksi yang kompleks antara rangsangan mekanis, sistem saraf dan berbagai hormon yang bekerja bersama untuk mendukung pengeluaran ASI (Setyorini et al., 2022). Produksi ASI dimulai ketika hormon prolactin dari plasenta meningkat selama kehamilan. Pada awalnya, ASI sering belum keluar karena tingginya kadar estrogen. Namun, setelah persalinan, biasanya pada hari kedua hingga ketiga, kadar estrogen dan progesteron menurun secara signifikan. Penurunan hormon ini membuat prolaktin lebih dominan, yang kemudian merangsang produksi dan sekresi ASI (Sari & Sunarsih, 2020). Walaupun hormon prolactin merupakan

hormon menghasilkan ASI bersama dengan hormon lain seperti insulin, tiroksin, dll namun hormon penting yang terlibat dalam proses menyusui adalah hormon prolactin dan oksitosin (Muthia et al., 2023).

1. Prolaktin

Selama kehamilan, meskipun kadar prolaktin meningkat, sel-sel payudara belum memproduksi ASI karena efek penghambatan yang disebabkan oleh hormon progesteron. Setelah melahirkan, progesterone menurun dan prolactin mulai dapat bekerja. Inilah yang membuat produksi ASI meningkat setelah melahirkan. Sebelum ASI matang diproduksi, payudara menghasilkan kolostrum, yaitu susu awal yang jumlahnya sedikit namun cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi baru lahir (Muthia et al., 2023). Saat bayi menghisap puting, ujung saraf sensorik terstimulasi, dan rangsangan ini diteruskan melalui serabut saraf aferen menuju hipotalamus di otak, yang kemudian merangsang hipofisis anterior untuk melepaskan prolactin ke dalam aliran darah (Rahmi et al., 2024). Hormon prolaktin dalam darah sebagian besar tetap aktif sekitar 45 menit setelah menyusui dan berperan penting dalam merangsang produksi ASI di payudara. Saat bayi menyusui, ia menghisap ASI yang tersimpan di alveoli dan saluran-saluran kecil. Jika frekuensi menyusui berkurang, kadar prolaktin menurun sehingga produksi ASI ikut menurun, terutama pada satu hingga dua bulan pertama pasca persalinan. Seiring waktu, produksi ASI akan menyesuaikan dengan kebutuhan bayi, bahkan mencukupi untuk bayi kembar dua (Muthia et al., 2023).

2. Refleks dan Oksitosin

Ketika bayi menyusui, rangsangan sensorik dari puting diteruskan ke otak. Sebagai respons, bagian posterior kelenjar pituitari melepaskan hormon oksitosin, yang memicu kontraksi sel mioepitel di sekitar alveoli sehingga ASI terdorong keluar. Pelepasan oksitosin ini tidak hanya dipicu oleh hisapan bayi, tetapi juga dipengaruhi oleh reseptor yang ada pada saluran ASI (ductus) (Sari & Sunarsih, 2020). Kadang-kadang ASI dapat keluar secara spontan dari payudara, suatu proses yang dikenal sebagai refleks oksitosin atau *let-down*

reflex. Selain itu, hormon prolaktin sering disebut sebagai “hormon cinta” karena membuat ibu merasa penuh kasih sayang dan tenang terhadap bayinya. Efek tersebut muncul karena peran oksitosin, yang tidak hanya membantu proses menyusui tetapi juga berperan penting dalam membangun ikatan emosional (*bonding*) antara ibu dan bayi serta memperkuat naluri keibuan (Muthia et al., 2023). Refleksi yang penting dalam mekanisme hisapan bayi adalah :

- 1) Refleksi menangkap
Refleksi ini muncul ketika pipi bayi yang baru lahir tersentuh menyebabkan bayi menoleh ke arah sentuhan. Secara alami, bayi akan membuka mulut dan secara refleks mencari serta mencoba menghisap puting susu ibunya.
 - 2) Refleksi menghisap (*sucking reflex*)
Refleksi ini muncul ketika puting menyentuh langit-langit mulut bayi. Untuk mencapainya, sebagian besar areola perlu masuk ke dalam mulut bayi. Tekanan dari gusi, lidah, dan palatum pada sinus laktiferus yang berada di bawah areola kemudian mendorong keluarnya ASI.
 - 3) Refleksi menelan (*swallowing reflex*)
Refleksi ini timbul apabila mulut bayi terisi oleh ASI dan bayi akan menelannya.
3. Tanda dan sensasi refleks oksitosin aktif
- Ibu dapat mengenali sejumlah tanda saat menyusui: (1) Ibu biasanya merasakan sensasi seperti ada tekanan atau perasan di dalam payudara sebelum maupun saat menyusui. (2) ASI dapat keluar dari payudara ketika ibu memikirkan bayinya atau saat mendengar tangisan sang bayi. (3) Payudara yang tidak digunakan untuk menyusui biasanya akan mengeluarkan tetesan ASI ketika bayi sedang menyusui di sisi lainnya. (4) ASI biasanya keluar dalam bentuk semburan halus ketika bayi tiba-tiba melepaskan payudara saat menyusui. (5) mengalami nyeri akibat kontraksi rahim, kadang-kadang ASI dapat bercampur dengan sedikit darah, terutama pada minggu pertama proses menyusui. (6) bayi menghisap dengan ritme lambat disertai

tegukan, menandakan ASI masuk ke mulutnya. (7) muncul rasa haus pada selama menyusui.

Walaupun hormon oksitosin dan prolaktin bekerja pada kedua payudara, di dalam ASI terdapat zat yang dapat menekan produksinya. Jika satu payudara menyimpan ASI dalam jumlah banyak, zat tersebut akan menghambat kerja sel-sel penghasil ASI sehingga produksi berhenti untuk mencegah penumpukan berlebih. Mekanisme ini berfungsi melindungi payudara dari kondisi terlalu penuh, terutama bila bayi berhenti menyusui atau meninggal. Namun, ketika ASI dikeluarkan baik melalui proses menyusui maupun diperah, zat penghambat tersebut ikut terbangun sehingga produksi ASI dapat kembali berlangsung. Ini merupakan control local produksi ASI sangat penting setelah satu minggu pertama, ketika jumlah prolactin menurun. Dengan demikian bayi berhenti menyusui dari satu payudara, payudara tersebut berhenti menghasilkan ASI, jika bayi lebih sering menyusui hanya pada satu sisi payudara, payudara tersebut menghasilkan lebih banyak ASI dan ukurannya menjadi lebih besar dibanding payudara yang satunya. Agar satu payudara tetap dapat memproduksi ASI, maka ASI di dalamnya perlu dikeluarkan secara teratur (Muthia et al., 2023).

2.3.5 Manfaat Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu dan Bayi

ASI eksklusif memberikan banyak manfaat bagi bayi. Selain sebagai sumber nutrisi yang lengkap dan seimbang, ASI juga berperan besar dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal (Deswita et al., 2023).

1. Bagi Bayi

ASI merupakan sumber gizi yang ideal karena memiliki komposisi seimbang dan sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan bayi. Pemberian ASI eksklusif terbukti mampu melindungi bayi dari penyakit menular, menurunkan risiko kematian, serta mengurangi kejadian diare dan infeksi saluran pernapasan. Selain itu, ASI juga mengandung molekul bioaktif yang berperan penting dalam pematangan sistem imun, perkembangan organ, serta pembentukan mikrobioma yang sehat

(Camacho-Morales et al., 2021). Pankreas bayi belum mampu memproduksi enzim secara optimal, ASI menjadi pilihan terbaik sebab sudah mengandung enzim pencernaan yang dibutuhkan bayi. Dengan hanya memberikan ASI saja sudah sangat cukup untuk memenuhi kebutuhan zat gizi bayi di bawah usia enam bulan (Deswita et al., 2023).

2. Bagi Ibu

Selain memberikan manfaat bagi bayi, pemberian ASI eksklusif juga memberikan dampak positif bagi Ibu. Menyusui membantu memperkuat ikatan antara ibu dan bayi melalui pelepasan hormon oksitosin, hormon yang bekerja dengan cara meningkatkan kontraksi yang menjadikan uterus mengerut dan kembali ke posisi semula. Secara tidak langsung, pemberian ASI dapat membantu mencegah anemia akibat perdarahan. Menurut WHO (2023), menyusui juga memberikan manfaat besar bagi kesehatan dan kesejahteraan ibu, antara lain membantu mengatur jarak kehamilan serta menurunkan risiko kanker ovarium dan kanker payudara (Malahayati et al., 2024).

2.3.6 Faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif

Keberhasilan pemberian ASI eksklusif kepada bayi sampai umur enam bulan bergantung pada keberhasilan praktik inisiasi menyusu dini juga bergantung pada empat faktor sebagai berikut:

1. Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari penerimaan dan pengolahan informasi yang berperan penting dalam keberhasilan pemberian ASI. Hal ini mencakup pemahaman tentang manfaat ASI eksklusif, teknik menyusui yang benar, serta waktu yang tepat dalam pemberiannya. Informasi dapat berasal dari berbagai bentuk termasuk pendidikan formal maupun nonformal, percakapan harian, dan media sosial. Hambatan utama dalam pencapaian ASI eksklusif adalah kurangnya pemahaman ibu akibat keterbatasan akses atau penyampaian informasi yang benar mengenai ASI eksklusif (Fitriani, 2021). Seorang ibu perlu memiliki

pengetahuan yang memadai agar dapat memahami pentingnya ASI eksklusif dan menerapkannya dalam praktik sehari-hari.

2. Pekerjaan Ibu

Ibu yang bekerja di luar rumah cenderung menghadapi hambatan dalam memberikan ASI kepada bayinya. Keterbatasan waktu bersama anak sering memengaruhi keberhasilan ASI eksklusif, sehingga banyak ibu bekerja yang lebih cepat memperkenalkan MPASI (Deswita et al., 2023).

3. Psikologis

Faktor psikologis turut memengaruhi keberhasilan ibu dalam memberikan ASI eksklusif. Penelitian menunjukkan ibu pasca persalinan sering mengalami masalah kesehatan seperti stress, kecemasan, postpartum blues, depresi pasca melahirkan yang semuanya berdampak negatif terhadap kemampuan ibu yang memberikan ASI eksklusif (Fitriani, 2021).

2.3.7 Faktor Pendukung Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif

1. Dukungan Tenaga Kesehatan

Peraturan Pemerintah Nomor 33 tentang Pemberian ASI eksklusif bahwa fasilitas kesehatan harus mendukung keberhasilan program keberhasilan program pemberian ASI eksklusif, salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah memberikan informasi kepada semua ibu hamil mengenai manfaat serta manajemen menyusui. Dukungan dari tenaga kesehatan juga menjadi faktor penting yang memengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Deswita et al., 2023).

2. Dukungan suami

Keberhasilan ibu dalam menyusui sangat dipengaruhi oleh dukungan yang diberikan suami. Selama proses menyusui, ibu rentan mengalami gangguan psikologis sehingga peran suami sangat diperlukan selama periode ini (Deswita et al., 2023). Dukungan suami dapat berupa dorongan moral maupun material yang membantu istri dalam proses

menyusui. Peran ayah sebagai *breastfeeding father* sangat penting, yaitu dengan memberikan dukungan penuh kepada istri saat menyusui bayinya. Dukungan ini terbukti berkontribusi terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Muchsin, 2024).

3. Dukungan keluarga

Dukungan dari orang terdekat memiliki peran penting dalam keberhasilan menyusui. Suami maupun anggota keluarga seperti ibu, mertua, kakak, atau adik dapat memengaruhi sikap dan perilaku ibu dalam menyusui serta memberikan ASI eksklusif (Fitriani, 2021).

2.3.8 Strategi Inisiasi Menyusu Dini dengan Keberhasilan ASI Eksklusif

Pemerintah di seluruh dunia telah menyadari pentingnya mendukung inisiasi menyusui dini melalui intervensi kebijakan. Sangat penting bagi ibu untuk mendapatkan bantuan praktis dalam memulai dan mempertahankan pemberian ASI, sekaligus menghadapi berbagai tantangan yang mungkin muncul selama proses menyusui (Malahayati et al., 2024). Penelitian menunjukkan bahwa kepatuhan terhadap pedoman yang ditetapkan, seperti “10 Langkah Menuju Keberhasilan Menyusui,” berperan penting dalam mendukung keberhasilan praktik menyusui secara positif mempengaruhi Tingkat inisiasi menyusui dini dan praktik pemberian ASI eksklusif (Walsh et al., 2023).

Implikasi ekonomi dari inisiasi menyusui dini sangat besar, dan memberikan manfaat yang signifikan bagi individu, komunitas, dan negara. Menyusui tidak hanya memberikan nutrisi penting dan antibodi bagi bayi baru lahir maupun anak kecil, tetapi juga berkontribusi pada peningkatan kesehatan, kelangsungan hidup, serta pengembangan sumber daya manusia. Bukti menunjukkan bahwa menyusui memiliki manfaat ekonomi jangka panjang, antara lain melalui peningkatan kesehatan, produktivitas, serta pengurangan biaya perawatan kesehatan bagi ibu dan anak. Hal ini menegaskan bahwa inisiasi menyusui dini sangat penting bagi pertumbuhan ekonomi yang berkelanjutan. Pemerintah dan pembuat kebijakan memainkan

peran penting dalam mempromosikan pemberian ASI sebagai strategi hemat biaya dengan implikasi ekonomi (Malahayati et al., 2024).

Intervensi pemerintah yang mendukung pemberian ASI di tempat kerja berperan penting dalam membantu ibu bekerja memulai dan mempertahankan praktik menyusui. Berbagai strategi telah diajukan, seperti pemberian dukungan sejak masa pascapersalinan dini serta penerapan kebijakan cuti melahirkan. Menyediakan ruang laktasi, waktu istirahat pengambilan ASI, dan penerapan kebijakan organisasi merupakan strategi kunci untuk memfasilitasi pemberian ASI di tempat kerja (Cordero et al., 2022).

Tenaga kesehatan profesional juga memainkan peran penting dalam mendorong inisiasi menyusui dini dengan memberikan dukungan dan bimbingan penting kepada ibu baru. Sebagai bagian dari perawatan bayi baru lahir yang dilakukan segera setelah persalinan, petugas kesehatan mendorong Perempuan untuk melakukan inisiasi menyusui dini dalam waktu satu jam dan menawarkan konseling tentang teknik menyusui (Malahayati et al., 2024).