

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan hasil sekresi kelenjar payudara ibu yang merupakan makanan terbaik bagi bayi.¹ ASI yang diberikan pada enam bulan pertama kehidupan memberikan peranan penting bagi kesehatan bayi. Bayi yang telah mendapat ASI dapat terhindar dari penyakit penyebab kematian tersering pada anak, yaitu pneumonia dan diare, sehingga diharapkan dapat mewujudkan *Sustainable Development Goals (SDG's)* 2030, yaitu menurunkan angka kematian balita menjadi 25 per 1000 kelahiran hidup.^{2,3} *World Health Organization (WHO)* merekomendasikan ASI diberikan kepada bayi pada beberapa bulan pertama kehidupan tanpa makanan tambahan karena ASI tidak terkontaminasi dan mengandung banyak gizi yang diperlukan bayi pada umur tersebut.⁴

Pemberian ASI eksklusif belum terlaksana dengan baik hingga saat ini. Menurut WHO cakupan bayi 0-6 bulan tahun 2013 yang mendapatkan ASI eksklusif hanya sebesar 38% dari target 50%.⁵ Menurut data profil kesehatan Indonesia tahun 2016, cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 hanya sebesar 41,8% dari target 100%.⁶ Menurut Dinas Kesehatan Kota Padang cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan tahun 2016 adalah sebesar 72,2%. Dari 22 puskesmas yang ada di Kota Padang pada tahun 2016, wilayah kerja Puskesmas Air Dingin memiliki persentase pemberian ASI eksklusif terendah yaitu 33,85%.⁷ Persentase tersebut mengalami penurunan yang signifikan dari tahun sebelumnya, yaitu 53,75%.⁷

Pemberian ASI eksklusif yang rendah dapat disebabkan oleh banyak faktor. Nyeri saat menyusui, bayi tidak puas dalam menyusui, tidak terlihat penambahan berat badan bayi, pekerjaan di luar rumah, dan tidak adanya dukungan dari keluarga dapat mengakibatkan ibu berhenti menyusui bayinya. Menurut penelitian di Amerika, alasan tersering ibu menghentikan pemberian ASI dikarenakan ibu merasa bayi tidak puas saat menyusui dan merasa bahwa ASI kurang.⁸ Menurut WHO, Persepsi Ketidacukupan ASI (PKA) atau *Perceived Insufficient Milk (PIM)*

menjadi salah satu penyebab utama rendahnya pemberian ASI eksklusif di dunia.⁹ PKA merupakan kepercayaan ibu terhadap ketidakcukupan jumlah dan rendahnya kualitas nutrisi yang terkandung dalam ASI untuk memenuhi kebutuhan bayi.¹⁰ Menurut suatu penelitian di Meksiko, penyebab tersering PKA adalah keraguan ibu terhadap kecukupan gizi makanan yang dikonsumsi, sehingga persepsi ini sering kali mendorong ibu untuk memberikan makanan tambahan, terutama susu formula (82%) untuk mengatasi ketidakcukupan ASI.¹¹

Sebagai makanan terbaik untuk bayi, kandungan ASI tidak dapat digantikan oleh susu formula. Tidak seperti susu formula yang mempunyai komposisi tetap, kandungan ASI dapat berubah sesuai dengan kebutuhan nutrisi bayi. Kandungan kalori dalam ASI yang berasal dari karbohidrat, protein, dan lemak sangat dibutuhkan bayi agar dapat tumbuh secara optimal. Karbohidrat dalam bentuk laktosa yang terkandung dalam ASI berada dalam konsentrasi yang paling tinggi jika dibandingkan dengan air susu mamalia lain dan sering dihubungkan dengan berat otak yang relatif lebih besar jika dibanding dengan otak mamalia lain.¹ Profil asam amino dalam ASI juga lebih lengkap dibandingkan susu formula, dimana ASI mempunyai asam amino taurin yang mempunyai peran dalam perkembangan otak.¹² Kadar lemak dalam ASI juga lebih tinggi dibanding susu formula, terutama kandungan asam lemak rantai panjang yaitu *docosahexanoic acid* (DHA) yang berperan terhadap perkembangan jaringan saraf dan retina mata.¹ Selain itu, kandungan air dalam ASI (87,5%) menjadikan kekentalan ASI sesuai dengan saluran cerna bayi, sementara kekentalan susu formula yang tidak tepat dapat menyebabkan bayi mengalami diare.¹²

Banyaknya manfaat yang didapatkan dari ASI telah memunculkan berbagai penelitian tentang komposisi ASI serta faktor yang mempengaruhinya. Komposisi ASI sangat bervariasi tergantung kondisi ibu menyusui dan bayinya. Komposisi ASI dipengaruhi oleh usia gestasi, usia pascanatal, stadium penyusuan, dan frekuensi bayi menyusui.¹ Komposisi ASI juga dapat dipengaruhi oleh karakteristik ibu seperti asupan makanan dan indeks masa tubuh.^{13,14}

Kalori yang terkandung dalam ASI berasal dari makronutrien, yaitu karbohidrat, lemak, dan protein. Dalam 100 ml ASI terdapat kalori sekitar 70 kkal yang sebagian besar berasal dari lemak.¹⁵ Menurut suatu penelitian di California,

makronutrien dalam ASI dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti berat badan per tinggi badan ibu, asupan protein ibu dan frekuensi menyusui. Ibu yang mendapat asupan protein yang tinggi, memiliki kandungan kalori yang tinggi dalam ASI.¹³ Menurut penelitian di Texas, ibu yang mendapat diet tinggi lemak memiliki kandungan lemak yang lebih tinggi dalam ASI sehingga kandungan kalori ASI juga meningkat.¹⁶ Penelitian di China juga memperlihatkan adanya hubungan antara total asupan energi dengan kandungan lemak dalam ASI.¹⁴

Penelitian di Filipina memperlihatkan bahwa tidak ada hubungan antara total asupan karbohidrat, protein dan lemak pada ibu dengan kandungan makronutrien dalam ASI. Hal ini diperkirakan karena adanya mekanisme kompensasi fisiologis yang membantu menjaga komposisi ASI agar tetap konstan selama periode makan ibu yang berfluktuasi. Meskipun dalam keadaan malnutrisi yang ekstrim, semua ibu dapat memproduksi ASI dengan jumlah dan kualitas yang memadai.¹⁷ Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai hubungan asupan kalori ibu dengan kandungan kalori ASI pada ibu menyusui eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang tahun 2018.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan pada latar belakang, rumusan masalah pada penelitian ini antara lain :

1. Bagaimana karakteristik ibu menyusui eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang tahun 2018?
2. Bagaimana status gizi ibu menyusui eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang tahun 2018?
3. Bagaimana asupan kalori ibu menyusui eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang tahun 2018 berdasarkan *Repeated 24-h Food Recall*?
4. Bagaimana kandungan kalori ASI pada ibu menyusui eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang tahun 2018?
5. Bagaimana hubungan asupan kalori ibu dengan kandungan kalori ASI pada ibu menyusui eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang tahun 2018?

6. Bagaimana hubungan status gizi ibu dengan kandungan kalori ASI pada ibu menyusui eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang tahun 2018?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan asupan kalori ibu dengan kandungan kalori ASI pada ibu menyusui eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang tahun 2018.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik ibu menyusui eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang tahun 2018.
2. Mengetahui status gizi ibu menyusui eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang tahun 2018.
3. Mengetahui asupan kalori ibu menyusui eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang tahun 2018 berdasarkan *Repeated 24-h Food Recall*.
4. Mengetahui kandungan kalori ASI pada ibu menyusui eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang tahun 2018.
5. Mengetahui hubungan asupan kalori ibu dengan kandungan kalori ASI pada ibu menyusui eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang tahun 2018.
6. Mengetahui hubungan status gizi ibu dengan kandungan kalori ASI pada ibu menyusui eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang tahun 2018.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

1. Memperoleh pengetahuan mengenai hubungan asupan kalori ibu dengan kandungan kalori ASI pada ibu menyusui.
2. Memberikan pengalaman kepada peneliti untuk belajar membuat penelitian yang baik dan benar.

1.4.2 Bagi Akademisi

1. Memberikan masukan untuk perkembangan ilmu pengetahuan khususnya mengenai kandungan kalori ASI.
2. Memberikan data untuk penelitian selanjutnya.

1.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmu pengetahuan mengenai hubungan asupan kalori ibu dengan kandungan kalori asi pada ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang tahun 2018.

1.4.4 Bagi Masyarakat

Memberikan manfaat bagi masyarakat, terutama Ibu menyusui, yaitu dengan mengetahui hasil penelitian ini diharapkan ibu dapat memperhatikan asupan gizinya selama menyusui.

