

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pemberian air susu ibu (ASI) eksklusif merupakan metode terbaik dalam memenuhi nutrisi pada bayi untuk pertumbuhan dan perkembangannya, baik dalam jangka waktu pendek maupun jangka waktu panjang (Gartner *et al.* 2005). ASI mengandung semua zat gizi yang dibutuhkan untuk membangun dan menyediakan energi bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal. *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan sebaiknya bayi diberikan ASI selama paling sedikit 6 bulan (WHO, 2012).

Berdasarkan PP no.33 tahun 2012 bahwa setiap ibu yang melahirkan harus memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Peraturan menteri kesehatan RI no. 15 th 2013 bahwa setiap instansi harus mendukung program ASI eksklusif dengan menyediakan ruangan khusus untuk pemerah ASI (Kemenkes, 2013).

Namun pada kenyataannya yang terjadi dimasyarakat salah satunya adalah perubahan tatanan sosial yang membuat wanita banyak yang bekerja diluar rumah, setelah melahirkan mereka hanya mendapatkan cuti selama 3 bulan, sehingga mereka beranggapan tidak ada waktu untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayinya (Roesli, 2000). Di Indonesia, jumlah angkatan kerja wanita tahun 2011-2015 rata- rata 50%, meningkat pada tahun 2016 menjadi

50,77% dan pada tahun 2017 menjadi 50,89%, yaitu 73% diantaranya adalah ibu yang menyusui dan memiliki anak < 2 tahun (BPS, 2018), sedangkan di Sumatera Barat pada tahun 2015 terdapat 55,73% dan tahun 2016 menjadi 59,49% tenaga kerja wanita (SDKI, 2012; Susenas, 2015). Hasil Riskesdas 2013 menyatakan lebih dari separoh ibu yang bekerja menyusui bayinya (Kemenkes, 2014).

Beberapa faktor yang menghambat keberhasilan ibu menyusui eksklusif pada ibu bekerja adalah pendeknya waktu cuti, kurangnya dukungan tempat kerja, pendeknya waktu istirahat disaat bekerja (tidak cukup waktu untuk pemerah ASI), dan tidak adanya ruangan untuk pemerah ASI. Untuk menyikapi deilema ini, para ibu dapat menyimpan ASI yang telah diperah sebelumnya untuk diberikan kepada bayi saat ibu tidak ada dirumah atau sedang bekerja (Roesli, 2000). Selain itu, penyimpanan dibutuhkan apabila berencana menunda pemberian makan (Jocson *et al.* 1997). Penyimpanan ASI perah yang merupakan suatu inovasi yang perlu dikembangkan dan diteliti lebih lanjut agar ditemukan cara penyimpanan yang sesuai untuk memperkecil kehilangan zat-zat gizi yang terdapat di dalam ASI serta kedepannya menjadi solusi bagi permasalahan ibu yang tidak dapat menyusui bayinya secara langsung.

IDAI (2014) menyarankan bagi ibu menyusui benar- benar perlu memperhatikan petunjuk penyimpanan ASI. Hal ini karena ASI banyak mengandung zat gizi, zat anti bakteri dan anti virus. Adapun rekomendasi

lama penyimpanan yang diberikan yaitu pada suhu ruangan $\leq 25^{\circ}\text{C}$ selama 6-8 jam, suhu ruangan $> 25^{\circ}\text{C}$ tahan 2-4 jam, di dalam *cooling bag* pada suhu 15°C selama 24 jam, di dalam lemari es (refrigerator) 4°C sampai 5 hari, disimpan di dalam freezer -15°C selama 2 minggu, freezer -18°C selama 3-6 bulan. Proses penyimpanan di lemari pendingin bermanfaat untuk mempertahankan kualitas ASI, akan tetapi lama penyimpanan yang tidak sesuai anjuran juga akan mempengaruhi kualitas ASI. Selain dari petunjuk penyimpanan ASI, hal yang tidak kalah pentingnya kita perhatikan adalah cara mencairkan ASI beku.

Penyimpanan ASI yang dilakukan oleh ibu selama bekerja yang kemudian diberikan kepada bayinya terkadang kurang optimal. Kondisi penyimpanan yang optimal diperlukan karena ASI merupakan produk/ bahan pangan dari manusia yang dalam hal ini dikategorikan sebagai hewan mamalia. Bahan pangan nabati relatif lebih tahan lama waktu simpannya dari hewani (Iqbal *et al.* 2016). Hal ini berarti ASI sebagai produk mamalia relatif pendek waktu simpannya, sehingga penyimpanan ASI perlu kondisi yang optimal dan metode yang paling sesuai dari berbagai macam metode penyimpanan yang ada.

Proses penyimpanan di lemari pendingin bermanfaat untuk mempertahankan kualitas ASI, akan tetapi kandungan protein dan lemak pada ASI dipengaruhi oleh suhu dan lama penyimpanan (Iqbal *et al.* 2016) serta cara mencairkan (Thattrimontrichai *et al.* 2012). Lama penyimpanan selama 3 hari berhubungan signifikan dengan perubahan lemak ASI, hal ini diduga

karena aktifitas bakteri lipolitik yang menghasilkan enzim lipase dalam ASI. Bakteri lipolitik sendiri merupakan bakteri yang membutuhkan konsentrasi lemak minimal untuk pertumbuhannya dan kelompok bakteri ini memproduksi enzim lipase (Iqbal *et al.* 2016). Kandungan protein ASI dapat mengalami penurunan oleh karena lama penyimpanan. Penurunan kadar protein ini terjadi karena selama proses denaturasi, bakteri asam laktat aktif melakukan proses proteolisis dan lipolisis untuk menjadi substansi yang bisa dimanfaatkan oleh bakteri misalnya energy. Pada saat mekanisme ini berlangsung maka akan menghasilkan air sehingga secara otomatis konsentrasi protein akan menurun (Riyadhatty, 2013).

Dari survey awal yang dilakukan peneliti pada salah satu Universitas di Kota Padang, ditemukan bahwa dari 6 orang ibu yang menyusui, didapatkan 83% tetap memberikan ASI eksklusif dengan memeras ASI nya selama kuliah, 40% diantaranya menyimpan ASI selama 1-2 bulan (karena jarak). Dan survey yang dilakukan pada masyarakat Sei. Sapih Padang dari 9 ibu bekerja di luar rumah yang mempunyai bayi < 6 bulan, didapatkan 22% sudah memberikan susu formula semenjak aktif bekerja lagi, sedangkan 78% masih memberikan ASI dengan cara memerah ASI dan menyimpannya di lemari pendingin, didapatkan 14% memerah ASI dengan tangan, 57% memerah dengan pompa elektrik dan 28% memerah dengan pompa manual, sedangkan untuk penyimpanan ASI, didapatkan 29% yang menyimpan di kulkas yang memiliki 1 pintu dan 71% yang memiliki 2 pintu, dimana wadah penyimpanannya didapatkan 86% menggunakan plastic khusus untuk

penyimpanan ASI dan 14% menggunakan botol kaca dengan penutup karet, untuk lama dan suhu penyimpanan sangat bervariasi karena sesuai kegiatan ibu dan bayi, sedangkan untuk cara mencairkan rata-rata mereka memasukkan ASI yang dalam wadah penyimpanan ke air hangat baru siap direbus.

Berdasarkan hal diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap pengaruh lama dan suhu penyimpanan ASI serta cara mencairkan ASI beku terhadap kadar protein dan lemak.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dipaparkan diatas, maka peneliti ingin mengetahui “Apakah Ada Pengaruh Lama dan Suhu Penyimpanan ASI serta Cara Mencairkan ASI Beku terhadap Kadar Protein dan Lemak ASI?”.

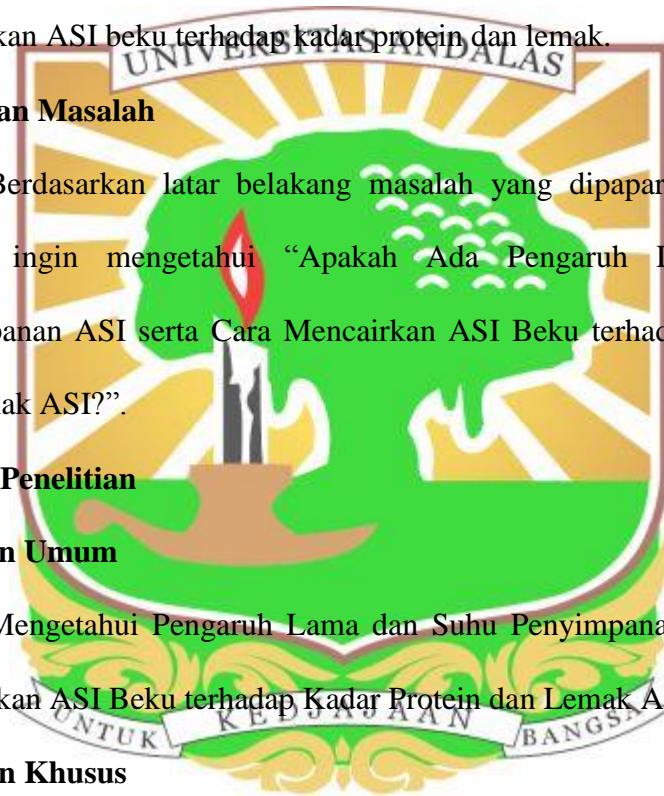
1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Lama dan Suhu Penyimpanan ASI serta Cara Mencairkan ASI Beku terhadap Kadar Protein dan Lemak ASI

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui pengaruh lama dan suhu penyimpanan ASI terhadap kadar protein ASI
2. Mengetahui pengaruh lama dan suhu penyimpanan ASI terhadap kadar lemak ASI
3. Mengetahui pengaruh cara mencairkan ASI beku terhadap kadar protein ASI



4. Mengetahui pengaruh cara mencairkan ASI beku terhadap kadar lemak ASI

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat pada ibu-ibu yang bekerja diluar rumah ataupun ibu rumah tangga yang mempunyai urusan diluar rumah, namun tetap ingin memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya dengan cara penyimpanan ASI pada lama dan suhu penyimpanan yang benar dan optimal sehingga tetap mempertahankan kualitas ASI dengan baik.

