

BAB II

KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN

2.1 Kajian Pustaka

2.1.1 Air Susu Ibu

Air susu ibu (ASI) adalah makanan pertama alami untuk bayi yang memberikan energi dan nutrisi yang dibutuhkan bayi pada bulan pertama kehidupan hingga tahun kedua kehidupan.⁽¹⁻³⁾

Air susu ibu (ASI) eksklusif adalah pemberian ASI kepada bayi tanpa tambahan makanan atau minuman lain. Air susu ibu (ASI) eksklusif diberikan sejak lahir sampai bayi berusia 6 bulan, setelah itu dapat dilanjutkan dengan didampingi makanan tambahan lain sampai usia 2 tahun.⁽¹⁻³⁾

2.1.2 Fisiologi Laktasi

2.1.2.1 Perkembangan Payudara

Payudara mulai berkembang saat pubertas, perkembangan ini distimulasi oleh estrogen yang berasal dari siklus seksual bulanan. Estrogen merangsang pertumbuhan kelenjar mammae payudara ditambah dengan deposit lemak untuk memberi massa pada kelenjar payudara. Selain itu, pertumbuhan yang jauh lebih besar terjadi selama kehamilan, dan jaringan kelenjar hanya berkembang sempurna untuk pembentukan air susu.¹¹

Selama kehamilan, sejumlah besar estrogen disekresikan oleh plasenta sehingga sistem duktus payudara tumbuh dan bercabang. Stroma payudara juga bertambah besar dan sejumlah besar lemak terdapat dalam stroma. Sedikitnya

terdapat 4 hormon lain yang juga penting dalam pertumbuhan sistem duktus, yaitu hormon pertumbuhan, prolaktin, glukokortikoid adrenal, dan insulin.¹¹

Perkembangan akhir payudara menjadi organ menyekresi air susu juga memerlukan progesteron. Progesteron bekerja secara sinergistik dengan hormon lain dalam pertumbuhan lobulus, pertunasan alveolus, dan perkembangan sifat-sifat sekresi dari sel-sel alveoli.¹¹

2.1.2.2 Permulaan Laktasi

Pada minggu ke-5 kehamilan sampai kelahiran bayi, konsentrasi hormon prolaktin dalam darah meningkat 10 sampai 20 kali dari kadar normal saat tidak hamil. Hormon prolaktin mempunyai efek, yaitu meningkatkan sekresi dari air susu.¹¹

Segera setelah bayi dilahirkan, hilangnya sekresi estrogen dan progesteron oleh plasenta yang tiba-tiba, sehingga efek laktogenik prolaktin yang mengambil peran dalam memproduksi air susu, dan dalam 1 sampai 7 hari kemudian, kelenjar payudara dengan progresif mulai menyekresika air susu dalam jumlah besar. Sekresi air susu ini memerlukan sekresi pendahuluan yang adekuat dari sebagian besar hormon-hormon ibu lainnya, seperti hormon pertumbuhan, kortisol, hormon paratiroid, dan insulin. Hormon-hormon tersebut diperlukan untuk menyediakan asam amino, asam lemak, glukosa, dan kalsium yang diperlukan untuk nutrisi bayi.¹¹

Faktor yang meningkatkan hormon prolaktin sehingga meningkatkan produksi sekresi dari air susu adalah menghisap (*sucking*), pengosongan payudara, dan menyusukan pada waktu malam hari.¹¹

2.1.2.3 Proses Ejeksi atau *Let-Down*

Air susu harus diejeksikan dari alveoli ke dalam duktus sebelum bayi dapat memperolehnya. Proses ini disebut “*let-down*” air susu, yang disebabkan oleh gabungan refleks neurogenik dan hormonal yaitu, hormon oksitosin. Ketika bayi menghisap pertama kali, terdapat impuls sensorik pertama yang harus ditransmisikan melalui saraf somatik dari puting payudara ke medula spinalis dan kemudian ke hipotalamus, dan menyebabkan sekresi oksitosin pada saat yang bersamaan ketika hipotalamus menyekresikan prolaktin. Oksitosin kemudian dibawa dalam darah ke kelenjar payudara, oksitosin menyebabkan sel-sel miopitel yang mengelilingi dinding luar alveoli berkontraksi, sehingga mengalirkan air susu dari alveoli ke dalam duktus pada tekanan positif 10 sampai 20 mmHg. Kemudian isapan bayi menjadi efektif dalam mengalirkan air susu. Dalam waktu 30 detik sampai 1 menit setelah bayi menghisap payudara, air susu mulai mengalir.¹¹

- Faktor-faktor yang meningkatkan refleks *let-down* atau meningkatkan hormon oksitosin adalah :^{11,12}
 - Melihat bayi
 - Mendengarkan suara atau tangis bayi
 - Mencium bayi
 - Memikirkan untuk menyusui bayi
- Faktor-faktor yang menghambat refleks *let-down* atau meningkatkan hormon oksitosin adalah :^{11,12}
 - Rasa takut
 - Rasa cemas

- Stress
- Terlalu lelah atau aktivitas fisik yang berlebih

2.1.3 Komposisi ASI

Air susu ibu mengandung seluruh zat gizi yang dibutuhkan oleh bayi pada 6 bulan pertama kehidupannya, meliputi lemak, karbohidrat, protein, vitamin, dan cairan. Air susu ibu mudah dicerna dan dimanfaatkan secara efisien oleh tubuh bayi. Air susu ibu juga mengandung faktor bioaktif yang dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh, mencegah infeksi, dan faktor-faktor lain yang dapat membantu pencernaan dan penyerapan zat gizi.^{11,13}

Kolostrum adalah ASI yang dikeluarkan pada 2-3 hari pertama setelah melahirkan. Kolostrum diproduksi dalam jumlah sedikit (sekitar 40-50 ml) pada hari pertama, tetapi sejumlah inilah yang dibutuhkan oleh bayi pada masa tersebut. Kolostrum banyak mengandung sel darah putih dan antibodi, terutama Imunoglobulin A, dan mengandung protein, mineral, dan vitamin larut lemak (A, E, dan K) dalam persentase lebih besar. Kolostrum menyediakan perlindungan yang penting pada saat bayi pertama kali terpapar dengan mikroorganisme dari lingkungan sehingga pemberiannya sangat penting bagi bayi.^{11,13}

Tabel 2.1 Kandungan Kolostrum, Transisi, dan ASI Matur¹⁴

Kandungan	Kolostrum	Transisi	ASI matur
Energi (kgkal)	57,0	63,0	65,0
Laktosa (gr/100 ml)	6,5	6,7	7,0
Lemak (gr/100 ml)	2,9	3,6	3,8
Protein (gr/100 ml)	1,195	0,965	1,324
Mineral (gr/100 ml)	0,3	0,3	0,2
Immunoglobulin :			
Ig A (mg/100 ml)	335,9	-	119,6
Ig G (mg/100 ml)	5,9	-	2,9
Ig M (mg/100 ml)	17,1	-	2,9
Lisosin (mg/100 ml)	14,2-16,4	-	24,3-27,5
Laktoferin	420-520	-	250-270

Dikutip dari : www.infogizi.com

2.1.4 Keuntungan ASI

2.1.4.1 Keuntungan ASI Bagi Bayi

Keuntungan pemberian ASI bagi bayi antara lain :^{2,15}

1. Menciptakan ikatan khusus antara bayi dan ibu
2. Menurunkan risiko beberapa jenis infeksi dan penyakit
3. Meningkatkan perkembangan gigi
4. Menurunkan risiko alergi
5. Membantu perkembangan kognitif
6. Mengurangi risiko SIDS (*Sudden Infant Death Syndrome*)
7. Menurunkan makan yang berlebih
8. Menurunkan risiko obesitas dikemudian hari

2.1.4.2 Keuntungan ASI Bagi Ibu

Keuntungan pemberian ASI bagi ibu antara lain :^{2,15}

1. Membantu rahim kembali ke ukuran sebelum hamil dengan lebih cepat
2. Mengurangi risiko kanker payudara, ovarium, dan rahim

3. Mengurangi risiko osteoporosis
4. Menurunkan berat badan pasca melahirkan
5. Meningkatkan kesehatan emosional (terutama bagi ibu-ibu remaja)
6. Menghemat uang yang dihabiskan untuk membeli susu formula dan makanan bayi
7. Mengurangi biaya kesehatan keluarga

2.1.4.3 Keuntungan ASI Bagi Masyarakat

Keuntungan pemberian ASI bagi masyarakat antara lain :¹⁵

1. Melindungi lingkungan dengan mengurangi sampah dari pembuangan sampah bungkus susu formula atau makanan bayi lainnya.
2. Mengurangi hari absen dari pekerjaan (bayi ASI lebih sehat)
3. Meningkatkan efektivitas imunisasi
4. Menyimpan uang pajak yang dihabiskan untuk makanan dan biaya pengobatan
5. Meningkatkan kesehatan keluarga

2.1.5 Faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif

1. Faktor sosio-ekonomi dan demografi:^{16,17}
 - Tingkat pendidikan ibu
 - Usia ibu (≤ 20 tahun, > 20 tahun)
 - Tingkat pendidikan suami
 - Status ekonomi (tinggi, sedang, rendah)
 - Pekerjaan ibu

2. Faktor yang berhubungan dengan pelayanan kesehatan dan obstetri:^{16,17}

- Paritas (primipara, multipara), jika multipara durasi pemberian ASI eksklusif sebelumnya (<6 bulan, ≥6 bulan)
- Kunjungan antenatal (<3 kunjungan, ≥3 kunjungan)
- Interval melahirkan (<24 bulan, ≥24 bulan)
- Nasihat menyusui ketika kunjungan antenatal atau postnatal
- Berat badan lahir (<2500 gram, ≥2500 gram)

3. Inisiasi dan kesulitan menyusui:^{16,17}

- Inisiasi menyusui setelah lahir (dalam 1 jam, 1-6 jam, >6 jam)
- Kesulitan menyusui

2.1.6 Wanita Pekerja

Hak perempuan sebagai tenaga kerja telah diatur dalam Undang-Undang No. 13 tahun 2003 tentang ketenagakerjaan, yaitu pekerja/buruh perempuan dalam masa haid tidak wajib bekerja pada hari pertama dan kedua waktu haidnya (Pasal 81), memperoleh cuti istirahat selama 1,5 bulan sebelum dan 1,5 bulan sesudah melahirkan (Pasal 82) dan pekerja/buruh perempuan yang anaknya masih menyusu harus diberi kesempatan untuk menyusui anaknya jika harus dilakukan selama waktu kerja (pasal 83). Namun hak tenaga kerja perempuan ini sering dianggap sebagai kondisi tidak produktif bagi perusahaan, karena kodrat perempuan sebagai ibu yang melahirkan dan menyusui dapat mempengaruhi kelancaran tugas dan tanggung jawabnya sebagai pekerja.¹⁸

2.1.7 Pola Menyusui Saat Bekerja

2.1.7.1 Selama Ibu Bekerja

Selama ibu bekerja lakukan dengan rutin hal-hal yang dirasakan mendukung kegiatan menyusui ditambah dengan beberapa hal berikut:⁴

- Tidak menumpuk pekerjaan sehingga ibu tidak stres.
- Istirahat cukup, minum cukup serta mengkonsumsi makanan bergizi.
- Menyusui bayi di pagi hari sebelum meninggalkan bayi ke tempat kerja dan pada saat pulang kerja.
- Menyusui bayi lebih sering di sore/malam hari dan pada hari libur agar produksi ASI lebih lancar serta hubungan ibu-bayi menjadi lebih dekat.
- Mempersiapkan persediaan ASI perah di lemari es selama ibu bekerja.
- Bila tidak ada pompa/pemerah ASI di tempat kerja, siapkan pompa/pemeras ASI, wadah penyimpanan ASI dan pendinginnya sebelum pergi bekerja.
- Memerah ASI di ruangan yang nyaman sambil memandang foto bayi atau mendengarkan rekaman tangis bayi.

2.1.8 Penelitian Pemberian ASI Eksklusif pada Wanita Pekerja

Hasil penelitian di Semarang pada tahun 2013 didapatkan bahwa pada ibu tidak bekerja sebesar 19,3% yang memberikan ASI eksklusif, sedangkan pada ibu bekerja sebesar 16,6% yang memberikan ASI eksklusif. Dapat disimpulkan

bahwa pada ibu tidak bekerja lebih banyak memberikan ASI eksklusif dibandingkan dengan ibu bekerja.⁸

Status pekerjaan ibu merupakan faktor yang bersifat memproteksi, artinya ibu yang tidak bekerja akan lebih mendukung dalam pemberian ASI eksklusif dibandingkan ibu yang bekerja. Hal ini dikarenakan ibu yang tidak melakukan pekerjaan di luar rumah akan memiliki banyak waktu dan kesempatan untuk menyusui bayinya dibandingkan dengan ibu yang bekerja di luar rumah. Sebenarnya ibu yang bekerja masih dapat memberikan ASI kepada bayinya dengan pemerah ASI baik menggunakan alat/pompa maupun tangan, kemudian disimpan dan dapat diberikan pada bayi selama ibu bekerja.^{10,19}

2.1.9 Profil PT Dewhirst Menswear

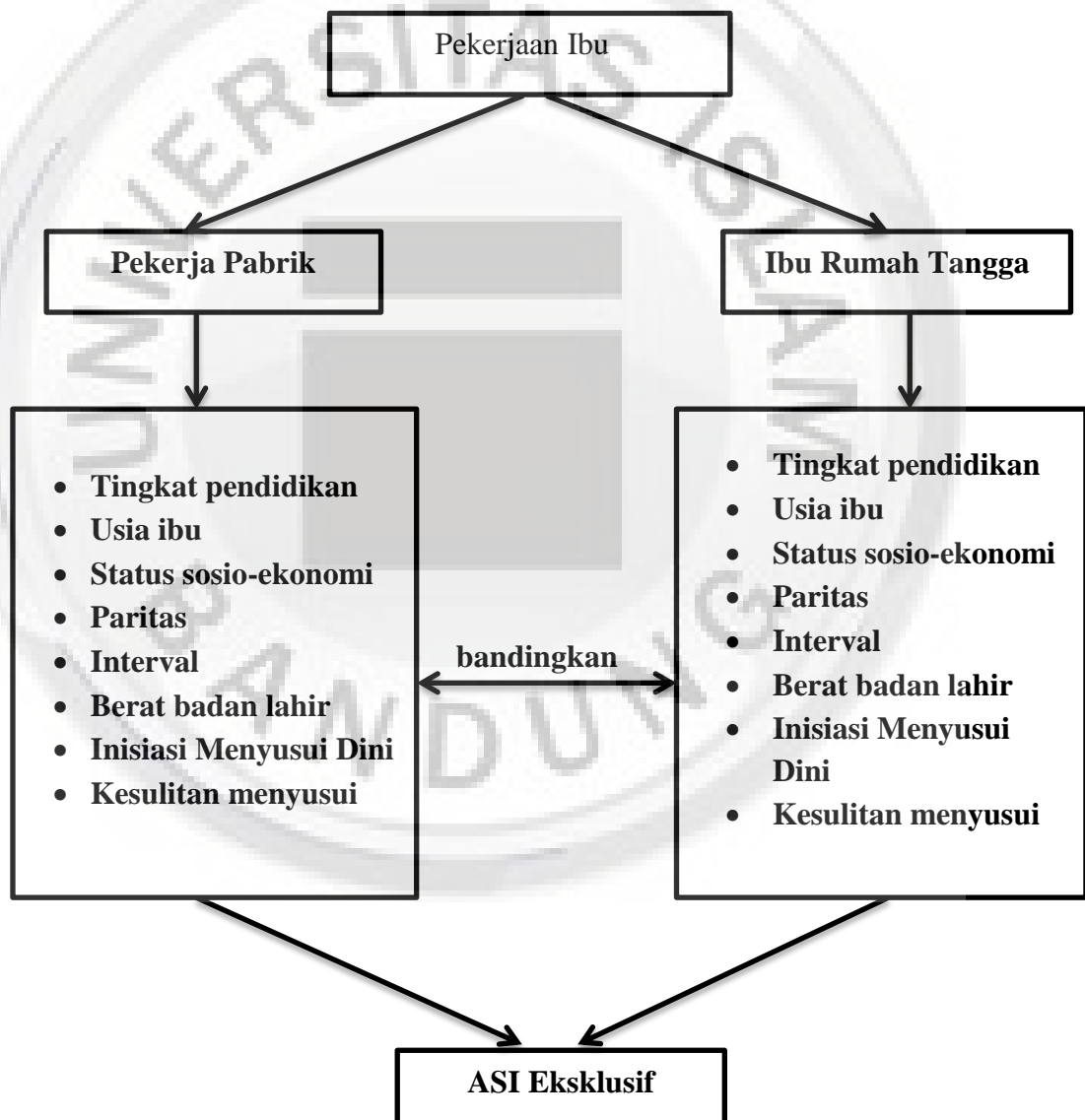
PT Dewhirst Menswear Indonesia terletak di Jalan Raya Rancaekek Km. 27, Sumedang Jawa Barat. PT Dewhirst merupakan sebuah pabrik tekstil yang didirikan pada tahun 1998, saat ini memiliki sekitar 5.400 karyawan yang setiap harinya menghasilkan berbagai jenis produk pakaian, antara lain pakaian wanita, pakaian pria, pakaian anak-anak, dan pakaian olahraga.

2.2 Kerangka Pemikiran

Air susu ibu (ASI) adalah makanan pertama alami untuk bayi yang memberikan energi dan nutrisi yang dibutuhkan bayi pada bulan pertama kehidupan hingga tahun kedua kehidupan. ASI eksklusif adalah pemberian ASI kepada bayi tanpa tambahan makanan atau minuman lain, yang diberikan sejak lahir sampai bayi berusia 6 bulan. Terdapat faktor-faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif, antara lain faktor sosio-

ekonomi dan demografi seperti tingkat pendidikan, usia, status ekonomi, pekerjaan ibu, faktor pelayanan kesehatan seperti kunjungan antenatal dan postnatal, dan dari faktor inisiasi dan kesulitan menyusui.

Pada wanita yang bekerja, terdapat kendala dalam memberikan ASI karena waktu bersama bayinya menjadi terpotong oleh waktu jam kerja. Dibandingkan dengan ibu rumah tangga, mereka dapat memberikan ASI selama 24 jam penuh sehingga keinginan bayi untuk menyusui cenderung lebih terpenuhi.



Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran