

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

ASI adalah makanan bayi yang paling penting terutama pada bulan-bulan pertama kehidupan. ASI merupakan sumber gizi yang sangat ideal dengan komposisi yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan bayi, karena ASI adalah makanan bayi yang berada pada tingkat terbaik. Pada saat yang sama ASI juga sangat kaya akan sari-sari makanan yang mempercepat pertumbuhan sel-sel otak dan perkembangan system saraf. Karena itu amat dianjurkan setiap ibu hanya memberikan ASI (eksklusif) sampai bayi berumur 6 bulan. (WHO 2016)

Banyak terjadi di Desa Grujugan, ibu-ibu menyusui yang ASI nya kurang lancar, yang menurut pendapat saya sebagai orang asli daerah Grujugan mungkin ini disebabkan karena ibu banyak berpantang makanan saat menyusui. Pantang makanan merupakan salah satu kebiasaan masyarakat Indonesia. (Marcelina & Nisa, 2018). Pantang makanan ini menjadi kebiasaan ibu nifas yang meyakini tidak boleh mengkonsumsi makanan tertentu yang dianggap tidak baik bagi tubuhnya. Namun, sebagian besar masyarakat Indonesia menjalani pantang makanan, ini disebabkan karena masih melekatnya pola pikir masyarakat Indonesia terhadap kebiasaan, adat istiadat dan tradisi yang dianutnya. Sehingga masyarakat Indonesia terutama ibu nifas sebagian besar tidak mendapat asupan makanan yang bernutrisi dikarenakan adanya pantang pada makanan tertentu, hal ini sangat berpengaruh terhadap produksi ASI. (Marcelina & Nisa, 2018).

Faktor yang mempengaruhi produksi ASI diantaranya adalah status kesehatan ibu, gizi, umur dan paritas, ketenangan jiwa dan pikiran, penggunaan alat kontrasepsi, perawatan payudara, anatomis payudara, faktor fisiologi, pola istirahat, faktor isapan anak atau frekuensi menyusui, berat badan bayi lahir, umur kehamilan saat melahirkan konsumsi rokok dan alkohol (Ria, 2012). Ada pula yang mengemukakan bahwa factor yang mempengaruhi produksi ASI terdiri dari factor internal diantaranya umur saat persalinan, pengetahuan, pola makan, kondisi kesehatan dan persepsi. Faktor Eksternal diantaranya, pendidikan, pekerjaan, dukungan petugas kesehatan, pemberian susu formula, dan dukungan orang terdekat (Dewi & Sunarsih, 2011).

Data dari Riset Kesehatan Dasar menunjukkan cakupan ASI di Indonesia hanya 42 persen. Angka ini jelas berada di bawah target WHO yang mewajibkan cakupan ASI hingga 50 persen. proses mulai menyusui terbanyak terjadi pada 1-6 jam setelah kelahiran (35,2%) dan kurang dari 1 jam (inisiasi menyusui dini) sebesar 34,5%. Sedangkan proses mulai menyusui terendah terjadi pada 7-23 jam setelah kelahiran, yaitu sebesar 3,7%. Hasil dari susenas tahun 2019 yang menunjukkan bahwa secara nasional terdapat sebesar 94,57% bayi mendapat ASI. Presentase balita yang pernah mendapat ASI pada tahun 2007 cenderung mengalami penurunan jika dibandingkan dengan dua tahun sebelumnya. (Riskesdas 2013). Persentase pemberian ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan di Indonesia pada tahun 2021 sebesar (54,3%), sedikit meningkat bila dibandingkan dengan tahun 2020 yang sebesar (48,6%). Berdasarkan data dari kabupaten/Kota diketahui bahwa Bayi Baru Lahir Mendapat IMD di Jawa Timur tahun 2019 sebesar 68,1%, tahun 2020 sebesar 71,8%, dan tahun 2021

sebesar 73,6 %. Cakupan tersebut dalam 3 tahun terakhir mengalami kenaikan. (Data Profil Kesehatan Jawa Timur 2021). Dinas kesehatan pengendalian penduduk dan keluarga berencana pada tahun 2020 telah mencatat hasil cakupan ASI Eksklusif dari sasaran 1.017 yang berhasil melakukan ASI Eksklusif sebanyak 927 ibu (91,15%), dan ini merata di seluruh puskesmas se Kabupaten Sumenep.

Pada tahun 2021 dari sasaran 1.935 ibu menyusui , yang berhasil melakukan ASI Eksklusif sebanyak 1.552 (80,2) dimana ini menunjukkan terjadinya penurunan pemberian ASI eksklusif. Di Puskesmas Gapura sasaran ibu menyusui 325 ibu menyusui di tahun 2021 tercatat yang menyusui hanya 210 ibu (64%) memberikan ASI nya, yang di dapat dari laporan para bidan desa sekecamatan Gapura, di Desa Grujugan terdapat sasaran 45 ibu menyusui saat ini tapi yang dapat memberikan ASI nya hanya sekitar 20 orang, ini pun kami dapat kan dari laporan bulanan bidan desa setempat.

Salah satu penyebab produksi ASI tidak maksimal karena asupan nutrisi ibu yang kurang baik, menu makanan yang tidak seimbang dan juga mengkonsumsi yang kurang teratmaka produksi ASI tidak mencukupi untuk bayi.

Banyak terjadi di Desa Grujugan, ibu-ibu menyusui yang ASI nya kurang lancar, yang menurut pendapat saya sebagai orang asli daerah Grujugan mungkin ini disebabkan karena ibu banyak berpantang makanan saat menyusui.

Ibu menyusui dianjurkan makan sebanyak 6 kali perhari, minum 3 liter air perhari sesuai frekuensi menyusui bayinya karena setelah menyusui ibu akan

merasa lapar. Ibu dianjurkan minum setiap kali menyusui dan mengonsumsi tambahan 500 kalori tiap hari (Wiknjosastro, dkk. 2006). Ibu menyusui dengan gizi yang baik, mampu menyusui bayi minimal 6 bulan. Sebaliknya pada ibu yang gizinya kurang baik tidak mampu menyusui bayinya dalam jangka waktu selama itu, bahkan ada yang air susunya tidak keluar (Proverawati, 2009).

Bagi seorang ibu menyusui merupakan kewajiban yang harus dijalankan, karena kelancaran produksi ASI sangat penting untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dan gizi bayi, salah satu cara meningkatkan produksi ASI yaitu dengan melakukan pola makan yang baik seperti makan teratur, tercukupi dan bergizi. Nutrisi yang seimbang akan menghasilkan gizi yang baik dan berkualitas. Makanan yang dikonsumsi ibu secara tidak langsung mempengaruhi kualitas, maupun jumlah air susu yang dihasilkan (Proverawati, 2009). Ibu yang menyusui tidak perlu makan berlebihan, tetapi cukup menjaga keseimbangan konsumsi gizi. Apabila ibu menyusui mengurangi makan atau menahan rasa lapar maka akan mengurangi produksi ASI. Pada kenyataannya, tidak ada makanan atau minuman khusus yang dapat memproduksi ASI secara ajaib, meskipun banyak orang yang mempercayai bahwa makanan atau minuman tertentu akan meningkatkan produksi ASI (Prasetyono, 2011).

Ibu yang menyusui tidak perlu makan berlebihan tetapi cukup menjaga keseimbangan konsumsi gizi. Untuk ibu menyusui, yang perlu mendapat perhatian adalah terjadinya kehilangan berat badan selama menyusui (Achadi, E et al, 2008). Pada kenyataannya tidak ada makanan atau minuman khusus yang dapat memproduksi ASI secara ajaib meskipun banyak orang yang mempercayai bahwa makanan atau minuman tertentu akan meningkatkan

produksi ASI (Prasetyono, 2012). Pola makan adalah salah satu penentu keberhasilan ibu dalam menyusui sehingga ibu yang menyusui perlu mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang. Beberapa penelitian membuktikan ibu dengan gizi yang baik umumnya mampu menyusui bayinya selama minimal 6 bulan sebaliknya ibu yang gizinya kurang biasanya tidak mampu menyusui selama itu bahkan tidak jarang air susunya tidak keluar (Proverawati, 2010).

Ibu tidak perlu melakukan berpantang terhadap suatu makanan tertentu, namun ini cukup menjaga pola makannya saja, misalnya, membatasi makanan yang paling umum dibatasi adalah kafein, makanan pedas, makanan mentah dan sikhye. Kebanyakan ibu menyusui menerima informasi tentang menyusui dari profesional nonmedis dan biasanya tidak ada alasan ilmiah untuk pembatasan diet

Dari paparan di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan masalah hubungan pola makan dan budaya pantang makan ibu menyusui dengan produksi ASI di Desa Grujungan

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, dapat dirumuskan masalah dari penelitian ini yaitu adakah hubungan pola makan dan budaya pantang makan ibu menyusui dengan produksi ASI di Desa Grujungan?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk menganalisis hubungan pola makan dan budaya pantang makan ibu menyusui dengan produksi ASI di Desa Grujungan

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi pola makan ibu menyusui di Desa Grujugan
2. Mengidentifikasi budaya pantang makan ibu menyusui di Desa Grujugan
3. Mengidentifikasi produksi ASI ibu menyusui di Desa Grujugan
4. Menganalisa hubungan pola makan ibu menyusui dengan produksi ASI di Desa Grujugan
5. Menganalisa hubungan budaya pantang makan ibu menyusui dengan produksi ASI di Desa Grujugan

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat terhadap perkembangan ilmu kesehatan khususnya dalam bidang ilmu kebidanan mengenai hubungan pola makan ibu menyusui dengan produksi ASI di Desa Grujugan

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi responden diharapkan hasil penelitian ini dapat berkontribusi positif untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran diri tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif pada ibu yang bekerja sehingga ibu tidak memberikan ASI dengan penambahan makanan atau pemberian susu formula pada bayi usia 0 – 6 bulan.
2. Bagi peneliti dapat menambah pengalaman dan pengetahuan peneliti dalam menganalisis pengaruh faktor yang menentukan perilaku pemberian ASI eksklusif oleh ibu yang bekerja di pabrik.
3. Bagi tenaga kesehatan dan kader kesehatan dapat memberikan gambaran dan informasi untuk lebih meningkatkan pengetahuan tentang pemberian

ASI eksklusif pada ibu yang bekerja serta lebih memberikan motivasi bagi ibu dalam memberikan ASI eksklusif.

