

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### 1.1 Latar Belakang

Menyusui merupakan aspek penting dalam perawatan dan pertumbuhan bayi selama bulan-bulan pertama kehidupannya. Air Susu Ibu (ASI) mempunyai komposisi gizi yang sangat baik dan berperan penting dalam menunjang tumbuh kembang anak serta memperkuat daya tahan tubuh anak. Oleh karena itu, meningkatkan produksi ASI untuk memenuhi kebutuhan nutrisi anak sangatlah penting.

Produksi ASI dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, seperti pola makan, kesehatan ibu, dan faktor hormonal. Selain itu, banyak ibu yang kesulitan memproduksi ASI yang cukup untuk bayinya sehingga memaksa mereka untuk memberikan susu formula atau makanan pendamping yang tidak selalu memenuhi kebutuhan nutrisi bayinya. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti, salah satu penyebab rendahnya pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja UPT Puskesmas Kowel adalah kurangnya produksi ASI ibu.

Menurut UNICEF, rata-rata cakupan pemberian ASI eksklusif di seluruh dunia adalah sekitar 38%, (WHO 2023). WHO menyebutkan angka pemberian ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2022 tercatat hanya sebesar 67,96%, turun dibandingkan tahun 2021 sebesar 69,7% (Kementrian Kesehatan Indonesia 2022). Pemberian ASI eksklusif di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2021 sebesar 71,7% yang berarti angka tersebut mengalami penurunan dibandingkan tahun 2020 sebesar 79,0%. Penurunan ini disebabkan oleh pandemi Covid-19 yang mengurangi jumlah subjek yang disurvei. Namun cakupan tersebut lebih tinggi dibandingkan target RPJMN

2020 sebesar 40% (Dinkes Provinsi Jawa Timur 2020). Capaian pemberian ASI Eksklusif di Kabupaten Pamekasan pada tahun 2021 mencapai 73,5% (Dinas Kesehatan Kab Pamekasan 2021). Sedangkan di wilayah kerja UPT Puskesmas Kowel capaian ASI Eksklusif tahun 2022 sebesar 63% (UPT Puskesmas Kowel 2022).

ASI merupakan makanan yang sempurna bagi bayi dimana kandungan gizi sesuai kebutuhan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. ASI mengandung zat untuk perkembangan, kecerdasan, zat kekebalan (mencegah dari berbagai penyakit) dan dapat menjalin hubungan cinta kasih antara bayi dengan ibu, menunda kehamilan, mengurangi resiko kanker payudara, serta merupakan kebahagiaan tersendiri bagi ibu, sedangkan bila ditinjau dari segi ekonomi bagi keluarga adalah mengurangi biaya pengeluaran untuk membeli susu (Linda 2019)

WHO dan UNICEF merekomendasikan agar anak-anak mulai menyusu dalam satu jam pertama kelahiran dan disusui secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan (WHO 2023). Upaya efektif untuk menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi dapat dilakukan dengan pemberian ASI Eksklusif, dimana setiap ibu wajib memberikan ASI eksklusif kepada bayinya dan mendapat dorongan untuk terus memberikan ASI sampai anak berusia minimal dua tahun (Deswita 2023).

Salah satu penyebab masih rendahnya angka pemberian ASI eksklusif pada anak di bawah 6 bulan adalah karena ibu nifas tidak memiliki cukup ASI. Sumber ASI yang melimpah bagi ibu menyusui akan membantu menjamin keberhasilan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan, sehingga membantu anak tumbuh dan berkembang dengan baik sesuai rekomendasi

WHO (Hastuti & Wijayanti, 2017). Data nasional tahun 2020 menunjukkan 67% ibu menyusui mengalami gangguan produksi ASI atau ASI tidak mengalir dengan baik.

Dalam pelaksanaan pemberian ASI, masih terdapat beberapa kendala yang menghambat pemberian ASI eksklusif pada anak usia 0 hingga 6 bulan. Pemberian ASI yang kurang optimal dapat menyebabkan kebutuhan gizi tidak optimal sehingga dapat menyebabkan lambatnya pertumbuhan dan perkembangan anak, serta berat badan yang tidak sesuai dengan usia anak. Kekurangan gizi kronis dapat menyebabkan anak menjadi stunting atau kerdil, (Yulifantina 2023).

Buah pepaya merupakan salah satu jenis tanaman yang mengandung laktogagum dan berpotensi merangsang hormon oksitosin dan prolaktin sehingga membantu meningkatkan dan memperlancar produksi ASI. Komposisi kimia buah pepaya muda mengandung polifenol dan steroid. Peningkatan produksi ASI dipengaruhi oleh polifenol dan steroid merangsang alveoli untuk mengeluarkan reflek prolaktin yang berpengaruh pada produksi ASI. Polifenol juga merangsang hormon oksitosin yang membuat ASI mengalir lebih deras, (Istiqomah 2019)

Hasil penelitian Wellina (2020) menunjukkan bahwa mengonsumsi buah pepaya dapat membantu meningkatkan produksi ASI diperoleh nilai  $p < 0,003$ . Hasil penelitian yang dilakukan Perdani dkk (2021) dengan menggunakan metode eksperimen yang menggunakan rancangan sebelum dan sesudah juga menunjukkan adanya pengaruh buah pepaya terhadap kelancaran ASI dengan hasil  $p < 0,000$ . Untuk membantu mengatasi kekurangan ASI

Dari hasil pengamatan terdapat beberapa masalah dalam pemberian ASI yang sering ditemui di wilayah kerja UPT Puskesmas Kowel yaitu kurangnya produksi ASI yang juga menjadi penyebab gagalnya ASI eksklusif. Dari latar

belakang diatas maka penulis tertarik untuk mengetahui pengaruh buah pepaya terhadap produksi ASI pada ibu menyusui sehingga dapat berkontribusi untuk meningkatkan pencapaian ASI eksklusif di wilayah kerja UPT Puskesmas Kowel.

## 1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh pemberian buah pepaya terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di wilayah kerja UPT Puskesmas Kowel Pamekasan?

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian buah pepaya terhadap produksi ASI pada ibu menyusui

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi produksi ASI pada ibu menyusui sebelum diberikan pepaya
2. Mengidentifikasi produksi ASI pada ibu menyusui setelah diberikan pepaya
3. Menganalisis pengaruh pemberian pepaya terhadap produksi ASI pada ibu menyusui

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat teoritis

Sebagai dasar upaya melancarkan ASI pada ibu menyusui

### 1.4.2 Manfaat praktis

1. Bagi responden

Sebagai alternatif untuk melancarkan ASI bagi ibu yang mengalami masalah ASI tidak lancar.

2. Bagi instansi

Sebagai bahan bacaan untuk menambah wawasan peserta didik mengenai pengaruh pemberian buah pepaya terhadap produksi ASI.

3. Bagi Lahan Penelitian

Sebagai acuan untuk memberikan solusi bagi ibu menyusui yang memiliki permasalahan ASI tidak lancar sehingga capaian ASI eksklusif meningkat

