

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Air Susu Ibu (ASI) merupakan suatu makanan alami yang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi. ASI mengandung nutrisi lengkap yang dibutuhkan bayi untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh, menyediakan protein, lemak, karbohidrat, vitamin dan mineral yang diperlukan untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi. ASI adalah nutrisi ideal untuk bayi yang mengandung zat gizi paling sesuai dengan kebutuhan bayi dan memiliki seperangkat zat perlindungan untuk memerangi penyakit. Dua tahun pertama kehidupan seorang anak sangat penting, karena nutrisi yang optimal selama periode ini menurunkan morbiditas, mengurangi resiko penyakit kronis, dan mendorong perkembangan yang lebih baik secara keseluruhan (Nursitiyaroh & Barus, 2023). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan, diikuti dengan lanjutan menyusui dengan makanan pendamping ASI yang sesuai hingga bayi mencapai umur 2 tahun. *World Health Organization* (WHO) mencatat, terdapat lebih dari 136,7 juta bayi yang lahir secara global, namun hanya 32,6% saja yang diberi ASI dalam 6 bulan pertama (WHO, 2017).

Saat ini Dinas Kesehatan juga memperhatikan komponen Inisiasi Menyusu Dini (IMD) dalam upaya pencegahan dan penanganan masalah gizi pada bayi. IMD adalah meletakkan bayi yang baru lahir di dada ibunya minimal 1 jam sampai dengan bayi menemukan puting susu ibu. IMD merupakan salah satu dari 4 pilar WHO untuk pencegahan stunting.

Cakupan IMD pada tahun 2023, secara nasional sebesar 86,6% persentase bayi baru lahir yang mendapat IMD. (Kemenkes, 2024). Berdasarkan data dari kabupaten/kota diketahui bahwa cakupan bayi baru lahir mendapat IMD di Jawa Timur tahun 2022 adalah sebesar 83,55%. Cakupan tersebut mengalami peningkatan dari tahun 2021 yaitu sebesar 73,6%. Kenaikan tersebut menunjukkan pemahaman petugas kesehatan di fasilitas pelayanan kesehatan dan Ibu menyusui 7 – 14 hari terhadap pentingnya IMD bagi bayi baru lahir memiliki pengaruh keberhasilan pemberian ASI Eksklusif (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2023). ASI Eksklusif adalah bayi yang sampai usia 6 bulan yang hanya diberi ASI saja tanpa makanan atau cairan lain kecuali obat, vitamin dan mineral sejak lahir. Berdasarkan data dari kabupaten/kota diketahui bahwa cakupan bayi yang mendapat ASI Eksklusif sampai usia 6 bulan di Jawa Timur tahun 2022 sebesar 73,3%. Cakupan tersebut mengalami penurunan dari tahun 2021 yaitu sebesar 73,6%. Penurunan tersebut dikarenakan adanya pandemi Covid-19 yang menyebabkan jumlah sasaran diperiksa menurun jumlahnya (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2023).

Berdasarkan data statistik tahun 2022, Cakupan pemberian ASI Eksklusif Kabupaten Mojokerto pada bayi usia 0-23 bulan yaitu sebesar 28,05% sementara pada tahun 2022 target indikator persentase bayi usia 6 bulan mendapat ASI Eksklusif yaitu sebesar 45% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2023).

Terdapat berbagai faktor yang mempengaruhi produksi ASI, antara lain meliputi frekuensi menyusui, berat lahir, umur kehamilan saat melahirkan, stres dan penyakit akut, konsumsi alkohol, pil kontrasepsi, dan metode kelahiran bayi (Indrayati, Nurwijayanti, & Latifah, 2018). Faktor penyebab terjadinya ASI yang

tidak lancar yaitu karena makanan ibu, isapan bayi, frekuensi penyusuan, faktor psikologis, perawatan payudara. Saat bayi sudah lahir dan plasenta keluar, kadar estrogen dan progesteron turun dalam 2 – 3 hari, maka dengan ini faktor dari hipotalamus yang menghalangi keluarnya *pituitary lactogenic hormone* (prolactin) waktu hamil, dan sangat dipengaruhi oleh estrogen, tidak dikeluarkan lagi, dan terjadi sekresi prolaktin oleh hipofisis. Hormon ini menyebabkan alveolus-alveolus kelenjar mammae terisi dengan air susu, tetapi untuk mengeluarkannya dibutuhkan refleksi yang menyebabkan kontraksi sel-sel mioepitelial yang mengelilingi alveolus dan duktus-duktus kecil kelenjar-kelenjar tersebut. Refleksi ini timbul jika bayi menyusu, oleh karena itu terjadinya ASI tidak lancar disebabkan kurangnya frekuensi isapan bayi. Ketika ASI tidak lancar maka akan mempengaruhi sistem kekebalan tubuh (zat antibodi) pada bayi dan terjadi bendungan ASI, statis ASI (Jannah, 2021).

Proses pemberian ASI eksklusif pada bayi, ibu menyusui dihadapkan pada beberapa kendala. Salah satu kendala yang sering terjadi adalah kuantitas ASI yang dihasilkan oleh ibu menyusui kurang atau tidak mencukupi kebutuhan bayi. Salah satu faktor yang mempengaruhi adalah kurangnya asupan makanan pada ibu menyusui. Makanan adalah salah satu faktor yang berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI. Mengonsumsi sayuran dan buah-buahan yang mengandung laktagogum, vitamin C, vitamin A, protein, kalium, fosfor, asam folat akan dapat membantu meningkatkan produksi ASI. Sayuran dan buah-buahan yang dapat meningkatkan produksi ASI diantara adalah daun katuk, ekstrak daun katuk, pare, daun bayam, kacang-kacangan dan pepaya (Putrianti, Sari, & Hidayati, 2023). Pepaya sebagai salah satu buah yang mengandung laktagogum / *lactagogue* / *galactagogue*

merupakan buah tropis yang dikenal dengan nama latin *Carica papaya*. *Galactagogue* memiliki potensi dalam menstimulasi hormon oksitosin dan prolaktin yang berguna dalam meningkatkan dan memperlancar produksi ASI. Buah pepaya juga merupakan salah satu jenis buah yang memiliki kandungan enzim-enzim, vitamin C, A, B dan E, serta mineral. Kandungan kimia buah pepaya mengandung polifenol dan steroid. Polifenol dan steroid juga dapat meningkatkan produksi ASI dengan cara mempengaruhi reflek prolaktin untuk merangsang alveolus yang bekerja aktif dalam pembentukan ASI dan polifenol juga mempengaruhi hormon oksitosin yang akan membuat ASI mengalir lebih deras dibandingkan dengan sebelum mengonsumsi buah pepaya. Kandungan lain yang terdapat di buah pepaya seperti, pati (43,28%), gula (15,15%), protein (13,63%), lemak (1,29%), kelembaban (10,65%), dan serat (1,88%) (Nataria & Oktiarini, 2018). Buah pepaya merupakan buah yang dapat meningkatkan dan melancarkan produksi ASI sehingga dapat menjadi salah satu terapi non farmakologi dalam meningkatkan produksi ASI dan merupakan solusi bagi ibu menyusui apabila dalam usaha melancarkan ASI, ibu tidak suka makan sayuran (Putrianti, Sari, & Hidayati, 2023). Pemilihan buah papaya sebagai alternative dalam penelitian ini dibandingkan dengan bahan alam lain karena buah papaya mudah didapat, harga terjangkau serta tidak memerlukan proses pengolahan yang rumit. Sedangkan daun katuk, pare dan bayam masih membutuhkan proses pengolahan yang bila dilakukan kurang tepat akan mempengaruhi jumlah zat gizi yang dikandung serta membutuhkan waktu yang lama dalam penyiapan.

Penelitian yang dilakukan oleh (Nursitiyaroh & Barus, 2023) terhadap ibu menyusui didapatkan bahwa 4 dari 10 ibu menyusui yang mengalami produksi ASI kurang lancar sehingga ibu tidak memberikan ASI eksklusif. Selanjutnya, peneliti melakukan uji coba kepada 1 orang di antara 4 ibu, yang ASInya tidak lancar, dilakukan pemberian buah pepaya selama 7 hari dengan frekuensi 3x/sehari dan dosis 300 gram/hari pada ibu menyusui 7 – 14 hari, mulai hari ke-1 sampai hari ke-8. Pada hari terakhir perlakuan pemberian buah pepaya, peneliti mengukur jumlah produksi ASI, didapatkan adanya peningkatan produksi ASI yang sebelumnya produksi ASI 95 ml menjadi 120 ml sehingga selisih sebelum dan sesudah pemberian buah pepaya sebesar 25 ml penambahannya (Nursitiyaroh & Barus, 2023).

Berdasarkan fenomena yang telah dijabarkan secara detil di atas, peneliti ingin melakukan penelitian tentang pengaruh pemberian buah pepaya terhadap produksi ASI pada ibu menyusui 7 – 14 hari di UPTD Puskesmas Jatirejo Kabupaten Mojokerto.

## **B. Pembatasan dan Rumusan Masalah**

### **1. Pembatasan Masalah**

Penelitian hanya dibatasi pada populasi ibu menyusui 7 – 14 hari di UPTD Puskesmas Jatirejo Kabupaten Mojokerto. Pokok bahasan atau variabel yang diteliti hanya pemberian buah pepaya matang dan produksi ASI.

### **2. Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh pemberian buah pepaya terhadap produksi ASI pada ibu menyusui 7 – 14 hari di UPTD Puskesmas Jatirejo Kabupaten Mojokerto ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh pemberian buah pepaya terhadap produksi ASI pada ibu menyusui 7 – 14 hari di UPTD Puskesmas Jatirejo Kabupaten Mojokerto.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi produksi ASI pada ibu menyusui 7 – 14 hari sebelum dan sesudah diberikan buah pepaya pada kelompok perlakuan di UPTD Puskesmas Jatirejo Kabupaten Mojokerto
- b. Mengidentifikasi produksi ASI pada ibu menyusui 7 – 14 hari sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol di UPTD Puskesmas Jatirejo Kabupaten Mojokerto
- c. Menganalisa pengaruh pemberian buah pepaya terhadap produksi ASI pada ibu menyusui 7 – 14 hari di UPTD Puskesmas Jatirejo Kabupaten Mojokerto

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Bagi Institusi Pendidikan

Menambah sumber pustaka di pendidikan kebidanan tentang asuhan pada ibu menyusui 7 – 14 hari , khususnya pemberian ASI eksklusif dengan penambahan asupan gizi buah pepaya

- b. Bagi Tenaga Kesehatan

Menambah kajian pustaka bagi tenaga kesehatan khususnya bidan dalam memberikan asuhan pada ibu menyusui 7 – 14 hari dalam memberikan

edukasi tentang pemberian ASI Eksklusif dengan penambahan asupan gizi buah pepaya.

## **2. Manfaat Praktis**

### **a. Bagi Ibu Nifas**

Manfaat penulisan karya ilmiah bagi responden yaitu ibu menyusui 7 – 14 hari dapat memberikan ASI eksklusif pada bayinya dengan lancar dengan penambahan asupan gizi buah pepaya

### **b. Bagi Tempat Penelitian**

Manfaat praktis penulisan karya tulis ilmiah bagi tempat yaitu dapat digunakan sebagai acuan dalam melakukan asuhan kebidanan khususnya penambahan asupan gizi pada ibu menyusui 7 – 14 hari terkait ASI eksklusif.

### **c. Bagi Peneliti**

Merupakan wujud pengembangan ilmu kebidanan untuk memberikan asuhan kebidanan nifas yang berkualitas terkait pemberian ASI Eksklusif dengan penambahan asupan gizi buah pepaya.