

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Air susu ibu (ASI) adalah makanan terbaik untuk bayi karena merupakan makanan alamiah yang sempurna, mudah dicerna oleh bayi dan mengandung zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan bayi. ASI bermanfaat untuk pertumbuhan, kekebalan tubuh dan mencegah berbagai penyakit. ASI juga dapat meningkatkan kecerdasan bayi, aman dan terjamin kebersihannya karena langsung diberikan kepada bayi. Pemberian ASI dapat menghindarkan bayi dari gangguan pencernaan seperti diare, muntah dan sebagainya (Setiawan, 2009). ASI merupakan vaksin pertama bagi bayi, perlindungan yang utama bagi bayi dari sakit dan penyakit yang di utarakan oleh *France Begin*, penasehat nutrisi dari UNICEF. Apabila seluruh bayi yang baru lahir hanya diberi ASI sejak lahir hingga usia enam bulan, sekitar 800.000 nyawa dapat di selamatkan setiap tahun.

Menurut data dari *World health organization (WHO)* 2016 menunjukkan rata-rata angka pemberian ASI eksklusif di dunia hanya 38%, Jika di bandingkan dengan target WHO yang mencapai 50%, maka angka tersebut masih jauh dari target. Berdasarkan data yang di kumpulkan *International Baby Food Action Network (IBFAN)* 2014.

Laporan dari *United Nations Childrens Fund (UNICEF)* pada tahun 2011 menunda pemberian ASI eksklusif antara dua hingga 24 jam setelah persalinan dapat meningkatkan risiko kematian bayi pada bulan pertama hingga 40%, dan menunda pemberian ASI hingga lebih dari 24 jam dapat meningkatkan risiko kesakitan dan kematian sampai 80%. UNICEF sudah menyerukan pemberian ASI dan memperkirakan terdapat 77.000 juta bayi baru lahir di seluruh dunia setiap tahun yang tidak mendapatkan ASI pada jam pertama kehidupan bayi.

Di seluruh dunia terdapat 43% bayi yang mendapatkan ASI kurang dari enam bulan. Bayi yang sama sekali tidak mendapatkan ASI sekitar 14% akan

meninggal. UNICEF telah menyongsong Pekan Pemberian ASI yang berlangsung sejak 1-7 Agustus pada 170 negara (UNICEF, 2016).

Indonesia menduduki peringkat ke tiga terbawah dari 51 negara di dunia yang mengikuti penilaian status kebijakan dan program pemberian makanan bayi dan anak. Hasil pemantauan status gizi (PSG) tahun 2016, persentase bayi tertinggi adalah di provinsi DKI Jakarta (73%) dan terendah Bengkulu (16%). Persentase bayi 0-5 bulan yang masih mendapatkan ASI eksklusif sampai usia 6 bulan adalah sebesar 54,0%, sedangkan bayi yang telah mendapatkan ASI eksklusif sampai usia 6 bulan adalah sebesar 29,5%. Mengacu pada target renstra tahun 2016 yang sebesar 42%, maka secara nasional cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia kurang dari 6 bulan sebesar 54,0% telah mencapai target. Menurut kementerian Kesehatan RI, cakupan ASI eksklusif pada bayi umur 0-5 bulan berkisar antara 32,3% pada kota Bengkulu. 79,9% pada Nusa Tenggara Timur. Dari 34 provinsi hanya tiga provinsi yang belum mencapai target yaitu Gorontalo, Kalimantan Tengah, dan Riau (kemenkes RI, 2016)

Berdasarkan data di Provinsi Riau pada tahun 2015 sebanyak 13.656 bayi (71,26 %) dari keseluruhan jumlah bayi usia 0-6 bulan sebanyak 19.164 bayi. Jumlah bayi yang diberi ASI eksklusif pada tahun 2014 sebanyak 8.974 bayi (58,5%) dari keseluruhan jumlah bayi usia 0-6 bulan pada tahun 2014 sebanyak 17.656 bayi. Ini artinya terjadi peningkatan penggunaan ASI eksklusif bagi ibu yang mempunyai bayi (Profil kesehatan kota Pekanbaru, 2015).

Data yang di dapatkan di kota Pekanbaru pada tahun 2017 jumlah bayi yang baru lahir sebanyak 1.781 dari keseluruhan jumlah bayi, sedangkan bayi yang di berikan ASI eksklusif sebanyak 861 (44,72%), dan jumlah bayi yang mendapatkan IMD sebanyak 1,112, dari keseluruhan bayi 0-5 bulan yang mendapatkan cakupan ASI 6,757 (65,25%) (Dinkesriau, 2017).

Banyak manfaat yang di dapat dari pemberian ASI pada bayi, baik bagi bayi itu sendiri atau bagi ibu menyusui. Pada ASI mengandung antibody dalam jumlah besar yang berasal dari tubuh seorang ibu. Antibodi tersebut membantu

bayi menjadi tahan terhadap penyakit, selain itu juga meningkatkan system kekebalan tubuh bayi. Telah terbukti bahwa bayi yang diberi ASI lebih kuat dan terhindar dari beragam penyakit seperti asma, pneumonia, diare, infeksi telinga, alergi, kanker anak, multiple scleroses, penyakit crohn, diabetes, radang usus buntu dan obesitas. Sedangkan hormon yang terdapat didalam ASI menciptakan rasa kantuk dan rasa nyaman. Hal ini dapat membantu menenangkan kolik atau bayi yang sedang tumbuh gigi dan membantu membuat bayi tertidur setelah makan, dan masih banyak lagi manfaat yang lainnya. Disamping itu pemberian ASI oleh ibu menyusui merupakan cara paling mudah untuk menurunkan berat badan sang ibu. Dengan menyusui dapat membakar ekstra kalori sebanyak 200 sampai 250 per hari. Menyusui juga dapat membantu uterus kembali ke ukuran normal lebih cepat dan mencegah perdarahan. Wanita yang menyusui memiliki insiden lebih sedikit terkena osteoporosis dan beberapa tipe kanker termasuk kanker payudara dan kanker ovarium.

Nifas merupakan proses alamiah yang di alami oleh wanita setelah persalinan di mulai sejak 1 jam setelah lahirnya plasenta sampai berlangsung 6 minggu (42 hari) pada masa ini terjadi perubahan fisiologis pada ibu yaitu perubahan pisikis, laktasi atau pengeluaran ASI (Air Susu Ibu) laktasi merupakan suatu masa dimana terjadi perubahan pada payudara ibu, sehingga mampu memproduksi ASI dan merupakan suatu interaksi yang sangat kompleks antara rangsangan mekanik, saraf, dan berbagai macam hormon sehingga ASI dapat keluar (Wiknojosastro, 2009).

Di Indonesia jumlah ibu nifas dalam beberapa tahun terakhir terlihat mengalami peningkatan sedangkan angka kematian ibu nifas mengalami penurunan pada tahun 2009 angka ibu nifas di perkirakan sebesar 96.000 dengan jumlah kematian sebanyak 12% pada tahun 2010 sebanyak 125.000 ibu nifas dengan angka kematian sebanyak 7% sedangkan pada tahun 2011 jumlah ibu nifas sebanyak 176.000 dengan angka kematian sebanyak 6% sementara pada tahun 2012 enam bulan terakhir ibu nifas sebanyak 198.300 dengan angka kematian ibu sebanyak 3% (KemenkesRI, 2012)

Masalah yang ditimbulkan dari ibu menyusui adalah terkait pemahaman pentingnya ASI bagi bayi dan ibu menyusui ternyata terdapat kendala- kendala yang sering dihadapi kaitannya dengan pemberian ASI baik dari ibu atau bayi. Pada ibu menyusui sering terjadi kendala seperti produksi ASI kurang, ibu kurang memahami tata laksana laktasi yang benar sehingga banyak bayi yang kebutuhan nutrisinya kurang karena ibu tidak dapat memberikan ASI maksimal yang sesuai dengan kebutuhan nutrisi bayi salah satu penyebab produksi tidak maksimal disebabkan karena asupan nutrisi ibu yang kurang baik, menu makan tidak seimbang puting susu lecet atau luka, payudara ibu bengkak, ibu bekerja, dan juga mengkonsumsi makanan yang kurang teratur sehingga produksi ASI tidak mencukupi untuk diberikan pada bayi (Wahyuni, 2012).

Dampak dari ASI yang tidak lancar membuat ibu berpikir bahwa bayi mereka tidak akan mendapat cukup ASI sehingga ibu sering mengambil langkah berhenti menyusui dan menggantikannya dengan susu formula. Di samping itu, ada saja ibu yang merasa takut dan menghindari menyusui, akibatnya akan terjadi pembendungan dan statis ASI karena akan mengurangi isapan bayi pada payudara, maka jumlah ASI yang di keluarkan sedikit. banyak ibu yang merasa cemas dan menggunakan jadwal dalam pemberian ASI sehingga kuantitas ASI yang di hasilkan tidak mencukupi kebutuhan bayi (Wahyuni, 2012).

Masyarakat di Indonesia memiliki tradisi atau kebiasaan memanfaatkan potensi alam baik tumbuh tumbuhan maupun hewan sebagai bahan berkhasiat obat. Di Indonesia terdapat 7.000 jenis tanaman berkhasiat obat tetapi yang telah dimanfaatkan secara rutin dalam industri Obat Tradisional (OT), kurang dari 300 jenis. Sebagian besar tanaman tersebut diambil langsung dari alam dan hanya sedikit yang telah di budidayakan. Indonesia merupakan salah satu negara yang mempunyai banyak tanaman obat yang berkhasiat. Beberapa diantaranya berkhasiat sebagai *Laktogogum* merupakan obat yang dapat meningkatkan atau memperlancar pengeluaran air susu. Laktogogum sintetis tidak banyak dikenal dan relatif mahal. Hal ini menyebabkan perlu di carinya obat laktogogum alternative. Laktogogum terdapat pada buah pepaya muda, kacang panjang,

jantung pisang, jintan hitam, tanaman katuk, andas manis, patikan kebo, pulai, temulawak (Wahyuni, 2012).

Pepaya sebagai salah satu buah yang mengandung *Laktogogum* merupakan buah tropis yang dikenal dengan sebutan *caricapapaya*. Pada buah pepaya muda ini banyak sekali kandungan vitamin dan mineralnya. Seperti vitamin A, C, B, dan E, potasium, dan magnesium. Selain itu, pepaya muda ini juga mengandung enzim papain dan juga chymopapain yang sangat baik untuk perut. Buah papaya juga merupakan salah satu jenis buah yang memiliki kandungan nutrisi tinggi dan kaya akan manfaat bagi kesehatan. Penanaman pepaya membutuhkan suhu rendah untuk menompang pertumbuhan sehingga sangat cocok ditanam di daerah tropis.

Buah pepaya ini juga dikenal sebagai salah satu buah untuk melancarkan ASI. Menjadi hal yang wajar bila populasi pohon pepaya sangat banyak dan mudah ditemukan di negara kita. Masyarakat bisa mendapatkan buah papaya untuk dikonsumsi sehari-hari dengan mudah. Pemanfaatan buah papaya muda pada masyarakat sudah banyak ditemui, seperti baik untuk kesehatan mata, baik untuk pencernaan, digunakan untuk membuat sayur karena kandungan protein dan vitamin, serta dimakan untuk memperlancar produksi ASI. Pengolahan buah papaya muda pada masyarakat bisa dilakukan dengan cara direbus, di urap, dikukus, di oseng-oseng maupun jadi sayur bening.

Buah pepaya menjadi bahan makanan yang memiliki banyak manfaat dan mudah didapatkan oleh masyarakat karena bisa dengan mudah ditanam di perkarangan rumah. Pemanfaatan buah pepaya yang dapat meningkatkan dan memperlancar produksi ASI dan dapat membantu keberhasilan program pemerintah (kementerian kesehatan) dalam upaya pemberian ASI eksklusif yaitu pemberian ASI saja sampai dengan usia bayi 6 bulan dan tetap memberikan ASI sampai usia anak 2 tahun yang ditambahkan dengan makanan pendamping ASI (MPASI).

Reflek prolaktin secara hormonal untuk memproduksi ASI, waktu bayi mengisap puting payudara ibu terjadilah rangsangan *neurohormonal* pada

puting susu ibu dan aerola ibu. Rangsangan ini diteruskan ke *hipofisis* melalui *neurovagus*, kemudian ke *lobus anterior*, dari lobus ini akan mengeluarkan hormon prolaktin masuk ke peredaran darah sampai pada kelenjar-kelenjar pembuat ASI (Wahyuni dkk, 2012).

Hasil studi pendahuluan yang di lakukan oleh penulis di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru. Dari hasil wawancara atau observasi yang di lakukan oleh peneliti sebanyak 10 orang mengatakan bahwa sesudah melahirkan di dapatkan 4 orang yang memakan daun katuk, 3 orang yang memakan jantung pisang, 1 orang yang mengkonsumsi buah papaya muda, 1 orang mengkonsumsi bayam dan buah-buahan, 1 orang mengkonsumsi jamu-jamuan, dan orang yang mengkonsumsi ekstrak buah papaya dan katuk tidak di temukan karena harganya yang sangat mahal untuk masyarakat kelas bawah. Dan dari hasil Wawancara didapatkan setelah mengkonsumsi sayuran tersebut di katakana bahwa ASI mereka menjadi banyak dan berlimpah, berdasarkan fenomena dan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk mengetahui “Perbedaan pemberian buah papaya terhadap produksi ASI pada ibu Nifas di wilayah kerja puskesmas melur kota pekanbaru”

## **B. Rumusan Masalah**

Dampak dari ASI yang tidak lancar membuat ibu berpikir bahwa bayi mereka tidak akan mendapat cukup ASI sehingga ibu sering mengambil langkah berhenti menyusui dan menggantikannya dengan susu formula. Di samping itu, ada saja ibu yang merasa takut dan menghindari menyusui, akibatnya akan terjadi pembendungan dan statis ASI karena akan mengurangi isapan bayi pada payudara, maka jumlah ASI yang dikeluarkan sedikit. Agar ibu berhasil dalam memberikan ASI secara eksklusif maka ibu yang sedang menyusui bayinya harus mendapat tambahan makanan untuk menghindari kemunduran dalam pembuatan dan produksi ASI. Upaya dalam peningkatan produksi ASI dengan cara melakukan perawatan payudara sejak dini dan rutin, memperbaiki teknik menyusui atau dengan mengkonsumsi makanan yang dapat memperlancar ASI, Jika makanan ibu terus menerus tidak memenuhi asupan gizi yang cukup, tentu

kelenjar kelenjar pembuat air susu dalam payudara ibu tidak akan bekerja dengan sempurna dan pada akhirnya akan berpengaruh terhadap produksi ASI, pepaya dan jantung pisang juga dipercaya dapat meningkatkan atau memperlancar produksi ASI

Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengetahui “**Apakah ada perbedaan pemberian sayur pepaya muda terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja puskesmas melur kota pekanbaru**”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh pemberian sayur pepaya muda terhadap produksi ASI pada ibu post partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Melur Kota Pekanbaru.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui produksi ASI sebelum dan sesudah mengkonsumsi sayur pepaya muda.
- b. Mengetahui apakah ada perbedaan produksi ASI ibu yang sudah mengkonsumsi sayur pepaya muda terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Pekanbaru.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Bagi responden**

Penelitian ini dapat di jadikan masukan agar ibu menyusui bisa mengkonsumsi sayur pepaya muda ini untuk meningkatkan atau memperlancar pengeluaran ASI.

#### **2. Bagi bidang ilmu keperawatan**

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bacaan bagi mahasiswa kesehatan, khususnya mahasiswa jurusan keperawatan, untuk menambah wawasan dan pengetahuan tentang perbedaan pemberian sayur pepaya dan jantung pisang terhadap produksi ASI pada ibu Nifas.

#### **3. Bagi tempat penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan masukan bagi rumah sakit untuk mengintegrasikan program penguatan diadakannya pendidikan kesehatan bagi keluarga yang anggota keluarganya mengalami ketidak lancaran ASI pada ibu nifas agar nantinya selama di rumah keluarga atau suami dapat memberikan makanan yang dapat memperlancar produksi ASI.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai rekomendasi penelitian selanjutnya mengenai pemberian sayur papaya muda terhadap produksi ASI pada ibu nifas dan dapat menjadi acuan agar peneliti selanjutnya dapat mengidentifikasi apa saja makanan yang dapat memperlancar produksi ASI pada ibu nifas.