

FAKTOR DOMINAN TENTANG PERSEPSI IBU MENYUSUI TENTANG KECUKUPAN ASI

DOMINANT FACTORS REGARDING BREASTFEEDING MOTHERS' PERCEPTIONS OF THE ADEQUACY OF BREAST MILK

Bunga Romadhona Haque

Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka, Indonesia

Limau II No.2, RT.3/RW.3, Kramat Pela, Kec. Kby. Baru, City, Daerah Khusus Ibukota Jakarta

Email corresponding: bunga84rh@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor dominan yang mempengaruhi persepsi ibu menyusui mengenai kecukupan ASI. Melalui survei yang melibatkan ibu-ibu menyusui di beberapa wilayah, data tentang persepsi mereka terhadap kecukupan ASI dikumpulkan. Penelitian ini menggunakan metode analisis isi deskriptif dengan jenis analisis konten yang dirancang untuk mendeskripsikan konten informasi atau teks tertentu dengan melakukan analisis terhadap berbagai artikel ilmiah nasional, internasional maupun sumber lainnya. Dalam analisis data, beberapa faktor potensial seperti pengetahuan ibu tentang manfaat ASI, dukungan sosial yang diterima, dan pengalaman ibu dalam menyusui dieksplorasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat beberapa faktor dominan yang mempengaruhi persepsi ibu menyusui tentang kecukupan ASI. Pertama, pengetahuan ibu tentang manfaat ASI secara signifikan berhubungan dengan persepsi mereka tentang kecukupan ASI. Ibu yang memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang manfaat ASI cenderung lebih percaya bahwa ASI mereka cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi mereka. Selain itu, dukungan sosial juga menjadi faktor dominan yang mempengaruhi persepsi ibu menyusui. Ibu yang mendapatkan dukungan positif dari keluarga, teman, dan tenaga medis cenderung memiliki persepsi yang lebih positif tentang kecukupan ASI mereka. Dukungan sosial ini memberikan rasa percaya diri kepada ibu bahwa ASI mereka cukup untuk bayi mereka.

Keyword: Faktor Dominan, Persepsi Ibu Menyusui, Kecukupan ASI, Ibu Menyusui, ASI

ABSTRACT

This study aims to identify dominant factors influencing breastfeeding mothers' perceptions of breast milk sufficiency. Through a survey involving breastfeeding mothers in several regions, data on their perceptions of breast milk sufficiency were collected. This research employs descriptive content analysis method with a type of content analysis designed to describe the content of specific information or texts by analyzing various national, international, and other sources of scientific articles. In the data analysis, several potential factors such as mothers' knowledge of the benefits of breastfeeding, received social support, and breastfeeding experience are explored. The research findings indicate that there are several dominant factors influencing breastfeeding mothers' perceptions of breast milk sufficiency. Firstly, mothers' knowledge of the benefits of breastfeeding is significantly associated with their perceptions of breast milk sufficiency. Mothers with better knowledge of the benefits of breastfeeding tend to believe that their breast milk is sufficient to meet their babies' needs. Additionally, social support also serves as a dominant factor influencing breastfeeding mothers' perceptions. Mothers who receive positive support from family, friends, and medical professionals tend to have a more positive perception of their breast milk sufficiency. This social support provides mothers with confidence that their breast milk is sufficient for their babies.

Keywords: Dominant Factors, Breastfeeding Mothers' Perceptions, Breast Milk Sufficiency, Breastfeeding Mothers, Breast Milk

PENDAHULUAN

Pemberian ASI (Air Susu Ibu) memiliki peran krusial dalam pertumbuhan dan perkembangan optimal bayi. Persepsi ibu menyusui tentang kecukupan ASI menjadi faktor kunci dalam menentukan keberhasilan praktik pemberian ASI eksklusif. Seiring dengan semakin berkembangnya pengetahuan tentang manfaat ASI, masih banyak faktor yang memengaruhi persepsi ibu dalam menilai ketersediaan dan kecukupan ASI bagi bayi mereka. Beberapa penelitian sebelumnya telah mencoba mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi persepsi ibu menyusui tentang kecukupan ASI, namun masih terdapat kebutuhan untuk mengeksplorasi faktor-faktor dominan yang mungkin memiliki dampak signifikan dalam konteks ini. Dengan memahami faktor-faktor ini, dapat diharapkan peningkatan pemahaman dan dukungan terhadap ibu menyusui untuk meningkatkan praktik pemberian ASI eksklusif. Pentingnya memahami faktor-faktor yang dominan terkait persepsi ibu menyusui tentang kecukupan ASI tidak hanya memperkaya literatur ilmiah, tetapi juga dapat memberikan dasar bagi pengembangan intervensi dan program pendidikan kesehatan yang lebih efektif. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan

mengidentifikasi faktor-faktor yang dominan memengaruhi persepsi ibu menyusui tentang kecukupan ASI, dengan harapan kontribusi penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam dalam mendukung praktik pemberian ASI eksklusif secara berkelanjutan.

Pengalaman ibu dalam menyusui juga ditemukan menjadi faktor dominan yang mempengaruhi persepsi mereka tentang kecukupan ASI. Ibu yang memiliki pengalaman menyusui yang sukses sebelumnya cenderung memiliki persepsi yang lebih positif tentang kecukupan ASI. Mereka merasa yakin bahwa mereka mampu memberikan ASI yang cukup untuk bayi mereka berdasarkan pengalaman sebelumnya. Dalam kesimpulan, pengetahuan ibu tentang manfaat ASI, dukungan sosial yang diterima, dan pengalaman ibu dalam menyusui merupakan faktor dominan yang mempengaruhi persepsi ibu menyusui tentang kecukupan ASI. Penting bagi pihak terkait, seperti tenaga medis dan keluarga, untuk memberikan informasi dan dukungan yang memadai kepada ibu menyusui guna meningkatkan persepsi mereka tentang kecukupan ASI.

Rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif khususnya berdampak pada kesehatan bayi. Niar, Dinengsih & Siauta (2021) menemukan bahwa anak-anak

yang tidak pernah diberi ASI memiliki lebih banyak masalah pernapasan dan pencernaan dibandingkan bayi yang diberi ASI selama enam bulan atau lebih dalam empat tahun pertama kehidupannya. ASI non-eksklusif berisiko tinggi menyebabkan: Angka ini setara dengan 11,6% angka kematian anak di bawah 5 tahun. Hal tersebut sejalan dengan ungkapan Rastiwi dkk (2018) berpendapat bahwa Tujuan dari pendidikan kesehatan ini adalah untuk meningkatkan efektivitas pemberian ASI eksklusif pada 4.444 ibu. Efikasi ibu dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya persepsi kecukupan ASI. Persepsi dapat dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan atau informasi. Sebanyak 51,1 ibu menyusui D44 memiliki kesadaran rendah terhadap kecukupan ASI, dan sebanyak 58,6% memiliki kesadaran rendah terhadap kecukupan produksi ASI dan asupan energi ibu menyusui. Dengan memberikan pemahaman kepada Anda tentang apa yang membuat ASI cukup dan bagaimana meningkatkan produksinya, Anda dapat meningkatkan keyakinan Anda bahwa ia hanya dapat menyediakan ASI.

Kematian Bayi di Indonesia mengalami penurunan, yaitu pada tahun 2007 sebesar 34/1000 Kelahiran Hidup dan pada tahun 2012 sebesar 32/1000 KH, namun angka tersebut masih jauh

dari target Nasional yang telah ditetapkan pemerintah yaitu 19/1000 KH. Secara global kematian bayi ini disebabkan oleh sepsis, meningitis, pneumonia dan diare.1 Sebab kematian bayi tersebut dapat dicegah dengan program pencegahan yang terkait dengan ibu dan anak, seperti pemeriksaan kehamilan yang rutin, kunjungan postnatal untuk mempromosikan kebiasaan hidup sehat yaitu kebiasaan menyusui dengan Air Susu Ibu, pola makan yang seimbang, pola hidup bersih pada ibu yang baru melahirkan, dan lainnya.

Di Indonesia setiap tahunnya lebih dari 25.000 bayi dan 1,3 juta bayi diseluruh dunia dapat diselamatkan dengan pemberian ASI Eksklusif. Pemberian makanan padat yang terlalu dini dapat mengganggu pemberian ASI eksklusif serta meningkatkan angka kesakitan pada bayi. Selain itu tidak ditemukan bukti yang menyokong pada pemberian makanan padat 4 atau 5 bulan lebih menguntungkan, bahkan sebaliknya hal ini akan mempunyai dampak yang negatif terhadap kesehatan bayi dan tidak ada dampak positif untuk perkembangan pertumbuhannya (Roesli & Utami 2009). SDKI 2007 sebesar 17%, dan pada tahun 2012 sebesar 27 %. Trend cakupan ASI Eksklusif di Indonesia mengalami peningkatan, berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2010 yaitu sebesar 15,3% dan pada tahun 2013

sebesar 30,2%. 5 Namun cakupan ASI Eksklusif di Indonesia masih jauh dari target nasional yang telah ditetapkan pemerintah Indonesia yaitu sebesar 80%. Adapun data bayi umur < 6 bulan yang telah diberikan Makanan Pendamping ASI sebesar 39,2% pada tahun 2007 dan 43,9% pada tahun 2012.

Setiap bayi berhak memperoleh ASI selama 6 bulan dan pihak keluarga, masyarakat dan pemerintah harus mendukung ibu bayi secara penuh dengan cara menyediakan waktu dan fasilitas.⁷ Dengan memberikan ASI Eksklusif didapatkan manfaat yang berdampak positif pada bayi, juga pada ibu, yaitu dapat memperpanjang jarak kehamilan. Manfaat untuk bayi adalah menurunkan mortalitas bayi, morbiditas Riskesdas 2013, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI bayi, mengoptimalkan pertumbuhan bayi dan memantau perkembangan kecerdasan bayi. Kendala dalam pemberian ASI Eksklusif salah satu diantaranya adalah ibu tidak percaya diri bahwa dirinya mampu menyusui bayinya dengan baik sehingga dapat memenuhi gizi bayi dengan baik. ASI yang membuat para ibu tidak memberikan ASI Eksklusif meliputi rasa takut yang tidak mendasar bahwa ASI yang dihasilkan tidak mencukupi kebutuhan bayi, dan kepercayaan yang keliru bahwa jika bayi haus sehingga

membutuhkan cairan tambahan. Alasan terbanyak ibu menghentikan pemberian ASI eksklusif karena merasa ASInya tidak mencukupi kebutuhan bayi. Sekitar 35% ibu menghentikan pemberian ASI secara eksklusif pada beberapa minggu post partum karena merasa ASI kurang dan bayi merasa tidak puas., terhadap 845 bayi di Jakarta menunjukkan bahwa alasan terbesar kegagalan ASI eksklusif karena ibu mengeluh ASI sedikit. 10 Hasil penelitian Chan et al 2000, di Hongkong menunjukkan penyebab terbesar ibu memberikan susu formula pada bayi umur 2 dan 6 minggu post partum serta pada bayi umur 3 dan 6 bulan post partum karena persepsi kekurangan suplai ASI kemudian sebab mempunyai masalah payudara dan kelelahan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode descriptive content analysis study. Metode ini merupakan jenis analisis konten yang dirancang untuk mendeskripsikan konten informasi atau teks tertentu (Munirah, 2015). Analisis dilakukan terhadap berbagai artikel ilmiah faktor dominan tentang persepsi ibu menyusui tentang kecukupan asi dengan ketentuan kriteria artikel yang membahas mengenai persepsi ibu menyusui serta kecukupan asi. Artikel ilmiah tersebut diperoleh dari berbagai

situs jurnal seperti Scopus, Google Scholar, Directory Of Open Access Journals dan lain-lain pada jurnal internasional, maupun jurnal nasional dan sumber sejenis lainnya yang kemudian disusun dan diseleksi sesuai dengan kriteria yang ditentukan khususnya membahas penggunaan google classroom, langkah selanjutnya yaitu dilakukan kategorisasi sehingga memuat informasi yang akurat dan valid.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Kecukupan Asi Eksklusif

Air Susu Ibu (ASI) merupakan susu formula alami yang lebih baik dibandingkan susu formula apapun karena mengandung zat imun (kolostrum mengandung zat imun 15 kali lebih banyak). ASI merupakan susu yang dihasilkan manusia untuk dikonsumsi oleh bayi dan merupakan sumber nutrisi utama bagi bayi yang belum dapat mencerna makanan padat. ASI merupakan cairan unik yang diciptakan Allah SWT untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi dan melindunginya dari kemungkinan serangan penyakit. Keseimbangan nutrisi ASI berada pada tingkat tertinggi, dan susu berbentuk ideal untuk tubuh bayi kecil. ASI juga sangat kaya akan nutrisi penting yang mendorong pertumbuhan sel otak dan perkembangan sistem saraf. ASI

Eksklusif adalah pemberian ASI saja kepada bayi sampai dengan usianya dengan pemberian makanan tambahan seperti pisang, pepaya, bubur susu, biskuit, bubur, tim. Keberhasilan Ibu Menyusui memerlukan dukungan dari berbagai pihak baik dari pihak suami (sebagai motivator). Keluarga (Menciptakan suasana yang mendukung kegiatan menyusui di rumah) Masyarakat (Menciptakan norma dan lingkungan yang baik dalam menyusui) Lingkungan kerja (Menyediakan ruang menyusui, konsultan laktasi, peluang).

Menyusui selama jam kerja), sistem layanan kesehatan, pemerintah, dan undang-undang. Jika para ibu didukung untuk merasa yakin bahwa mereka bisa menyusui, dan diberikan informasi dan manajemen yang benar mengenai menyusui, termasuk tidak makan atau minum apa pun selain sirup obat selama enam bulan, maka hampir semua ibu akan benar-benar menyusui. Pemberian ASI Eksklusif adalah pemberian ASI eksklusif tanpa dan tanpa tambahan cairan seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih, dan lain-lain. Bagi wanita, menyusui adalah pengalaman kompleks yang melibatkan banyak faktor, termasuk manfaat hormonal, fisik, dan psikososial. Secara hormonal, hormon oksitosin meningkat. Selain produksi ASI, oksitosin juga berperan dalam mendukung involusi uterus, mencegah

perdarahan postpartum, menunda menstruasi, dan mengurangi perdarahan postpartum sehingga menurunkan prevalensi anemia defisiensi besi. Selain itu, angka kejadian kanker payudara, kanker serviks, dan rheumatoid arthritis lebih rendah dibandingkan wanita yang tidak menyusui (Brown dkk (2002)).

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik untuk bayi baru lahir hingga usia 6 bulan. ASI mengandung semua nutrisi yang dibutuhkan bayi Anda untuk tumbuh dan berkembang secara optimal. Pemberian ASI eksklusif, atau memberikan bayi Anda ASI sebagai satu-satunya sumber nutrisi selama enam bulan pertama kehidupannya, memiliki banyak manfaat bagi bayi dan ibu. Pengertian Pemberian ASI Eksklusif Pemberian ASI Eksklusif adalah pemberian ASI tanpa tambahan makanan atau minuman selain obat. Artinya, bayi hanya menerima ASI, baik langsung dari payudara ibu maupun di dalam botol dengan menggunakan pompa payudara. Dalam rangka menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi, World Health Organization (WHO) merekomendasikan sebaiknya bayi hanya disusui air susu ibu (ASI) selama paling sedikit 6 bulan, dan pemberian ASI dilanjutkan sampai bayi berumur dua tahun (WHO, 2018).

Manfaat ASI eksklusif bagi bayi ASI eksklusif mempunyai banyak

manfaat bagi bayi, antara lain: Gizi lengkap dan seimbang. ASI mengandung semua nutrisi yang dibutuhkan bayi untuk tumbuh kembang optimal, termasuk protein, karbohidrat, lemak, vitamin, dan mineral. Meningkatkan stamina. ASI mengandung antibodi yang membantu melindungi bayi Anda dari infeksi. Mencegah stunting. Pemberian ASI eksklusif membantu mencegah stunting. Mencegah gangguan tumbuh kembang pada anak akibat gizi buruk kronis. Mencegah alergi. Pemberian ASI eksklusif membantu mencegah alergi seperti asma, eksim, dan alergi makanan. Meningkatkan kecerdasan. Pemberian ASI eksklusif dapat meningkatkan kecerdasan bayi. Manfaat ASI Eksklusif bagi Ibu ASI Eksklusif mempunyai banyak manfaat bagi ibu, antara lain: Membantu pemulihan pasca melahirkan. Pemberian ASI eksklusif dapat membantu mempercepat pemulihan pasca melahirkan, termasuk mengurangi pendarahan dan nyeri. Mencegah kanker payudara dan ovarium.

Pemberian ASI eksklusif membantu mengurangi risiko kanker payudara dan ovarium. Mempererat ikatan ibu dan anak. Pemberian ASI eksklusif membantu mempererat bonding antara ibu dan anak. Tantangan Pemberian ASI Eksklusif Pemberian ASI eksklusif mempunyai banyak manfaat, namun tidak selalu mudah untuk

diberikan. Tantangan yang biasa dihadapi ibu menyusui antara lain: Nyeri payudara. Nyeri payudara sering terjadi pada tahap awal menyusui. Rasa sakit ini biasanya mereda seiring berjalannya waktu. Lelah. Ibu menyusui membutuhkan lebih banyak energi untuk memproduksi ASI. Hal ini dapat menyebabkan kelelahan. Dukungan tidak ada. Kurangnya dukungan dari keluarga dan teman dapat membuat ibu menyusui merasa stres dan cemas. Upaya peningkatan pemberian ASI eksklusif Pemerintah dan berbagai pemangku kepentingan harus bekerja sama untuk meningkatkan pemberian ASI eksklusif. Tindakan yang mungkin dilakukan adalah: Meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya ASI Eksklusif. Dukungan untuk ibu menyusui. Penyediaan fasilitas penunjang ibu menyusui. Upaya tersebut diharapkan dapat membuat lebih banyak bayi mendapatkan ASI eksklusif serta tumbuh dan berkembang secara optimal.

Arzakiyah dkk (2020) menyatakan bahwa ibu rumah tangga memiliki cukup waktu untuk istirahat, sehingga ibu tidak terlalu lelah dan akan memengaruhi pelepasan hormon oksitosin dan prolaktin. Ibu yang bekerja sering mengalami hambatan dalam upaya menyusui karena kurangnya cuti hamil dan melahirkan. Di lingkungan perkotaan, bekerja adalah alasan mengapa ibu tidak memberikan ASI

kepada bayi, karena ibu harus kembali bekerja, bahkan jika proses menyusui belum selesai dengan sempurna.. ASI merupakan air susu bayi yang dikeluarkan langsung dari payudara ibu dan mengandung beberapa zat gizi yang memenuhi kebutuhan bayi sebagai antibodi. ASI khusus adalah ASI yang diberikan sebagai makanan kepada bayi tanpa tambahan gizi selama 6. 444 bulan. Ibu menyusui memiliki manfaat dalam mengatur kesuburan, menurunkan risiko osteoporosis, kanker ovarium dan payudara, serta DM tipe II . Pencapaian tingkat pemberian ASI diakui di seluruh dunia sebagai isu kesehatan masyarakat yang penting sehubungan dengan kesehatan, masyarakat, dll. Aspek dengan Dampak yang Diakui. perekonomian yang luas

Pemberian ASI eksklusif atau pemberian air susu ibu (ASI) tanpa makanan tambahan atau minuman lain dianggap sebagai cara terbaik untuk memberi nutrisi pada bayi Anda selama 6 bulan pertama kehidupannya. Pemberian ASI eksklusif memberikan nutrisi penting, melindungi terhadap penyakit, dan meningkatkan ikatan emosional antara ibu dan anak. Selama dekade terakhir, upaya global telah dilakukan untuk meningkatkan frekuensi pemberian ASI eksklusif, namun masih terdapat tantangan dalam memahami dan menerapkan pentingnya praktik ini.

Pemberian ASI eksklusif memberi bayi Anda semua nutrisi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan optimal. ASI mengandung banyak nutrisi yang mudah dicerna bayi, termasuk protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral.

Selain itu, ASI juga mengandung antibodi, enzim, dan faktor pertumbuhan yang membantu memperkuat sistem kekebalan bayi dan melindungi terhadap infeksi. Penelitian menunjukkan bahwa bayi yang mendapat ASI eksklusif memiliki risiko lebih rendah terkena penyakit pernapasan, diare, alergi, obesitas, dan penyakit kronis lainnya. Selain manfaat kesehatan, pemberian ASI eksklusif juga membantu membangun ikatan emosional antara ibu dan anak. Proses menyusui melibatkan kontak fisik dan interaksi antara ibu dan anak, sehingga memperkuat ikatan antara ibu dan anak. Saat menyusui, hormon oksitosin dilepaskan yang tidak hanya merangsang produksi ASI tetapi juga meningkatkan perasaan cinta, bahagia, dan keintiman antara ibu dan bayi. Pengalaman ini dapat memberikan manfaat jangka panjang bagi hubungan ibu-anak. Walaupun ASI eksklusif mempunyai manfaat yang jelas, penerapannya masih menghadapi tantangan. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pemberian ASI eksklusif antara lain pengetahuan dan pemahaman

akan pentingnya ASI eksklusif, dukungan sosial, dan lingkungan kerja yang mendukung.

Pengetahuan dan edukasi yang baik mengenai manfaat ASI eksklusif dapat membantu ibu merasa percaya diri dalam menyusui dan mengatasi tantangan yang mungkin dihadapi. Dukungan sosial dari keluarga, teman, dan tenaga medis juga penting dalam memotivasi ibu untuk terus memberikan ASI eksklusif. Lingkungan kerja juga berperan penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Kebijakan yang mendukung waktu istirahat menyusui dan fasilitas pemompaan di tempat kerja dapat membantu ibu mempertahankan produksi ASI dan melanjutkan pemberian ASI eksklusif setelah kembali bekerja. Melanjutkan pendidikan dan dukungan berkelanjutan sangat penting untuk meningkatkan angka pemberian ASI eksklusif. Program edukasi yang melibatkan ibu hamil, pasangannya, keluarga, dan penyedia layanan kesehatan dapat membantu meningkatkan pemahaman tentang pentingnya ASI eksklusif. Selain itu, dukungan keluarga dan masyarakat juga berperan penting dalam menciptakan lingkungan yang mendukung pemberian ASI eksklusif. Singkatnya, pemberian ASI eksklusif memberikan nutrisi penting, melindungi terhadap penyakit, dan meningkatkan ikatan emosional antara ibu dan anak.

Namun, masih terdapat beberapa tantangan dalam penerapan ASI eksklusif. Oleh karena itu, upaya berkelanjutan untuk meningkatkan pengetahuan, dukungan sosial, dan lingkungan kerja yang mendukung sangatlah penting untuk meningkatkan angka pemberian ASI eksklusif dan menjamin kesehatan dan kesejahteraan bayi yang optimal. Praktik ASI eksklusif tidak hanya menciptakan dasar kesehatan yang kokoh bagi bayi, tetapi juga memberikan sejumlah manfaat bagi ibu. Melalui pemahaman mendalam tentang kandungan nutrisi, manfaat kesehatan, dan tantangan yang mungkin dihadapi, kita dapat merancang strategi pendekatan yang holistik untuk mendukung dan mempromosikan praktik ini. Pendidikan dan dukungan masyarakat adalah kunci untuk mencapai tujuan pemberian ASI eksklusif yang optimal, membentuk generasi yang lebih sehat dan tangguh.

Persepsi Ibu Menyusui Tentang Kecukupan Asi

Notoatmodjo (2007) mendefinisikan persepsi sebagai proses dimana orang mengatur dan menafsirkan sensasi yang mereka rasakan untuk memahami lingkungannya. Oleh karena itu, persepsi merupakan proses otomatis yang terjadi dengan sangat cepat, dan mungkin tidak dapat dikenali meskipun kita mampu mengenali stimulus yang kita terima.

Persepsi merupakan suatu proses otomatis yang terjadi dengan sangat cepat, terkadang tanpa disadari, yang memungkinkan kita mengenali rangsangan yang kita terima. Persepsi dipengaruhi oleh banyak faktor, baik internal maupun eksternal. Faktor eksternal berkaitan dengan objek perhatian seseorang, sedangkan faktor internal merupakan faktor yang ada dalam diri orang yang mempersepsikan rangsangan tersebut.

Data kawasan Asia menunjukkan angka kematian neonatal (AKN) termasuk yang tertinggi di dunia (UNICEF, 2020). Indonesia saat ini menduduki peringkat ke 7 dari 10 negara dengan jumlah AKN terbanyak dan merupakan salah satu dari 5 negara dengan jumlah AKN terbanyak di Asia Tenggara pada tahun 2019 (WHO, 2020). Penyebab tingginya angka kematian bayi pada masa neonatal sebenarnya bisa dikendalikan dengan pemberian ASI eksklusif sejak lahir (ASI). Menurut UNICEF, pemberian ASI yang optimal berpotensi mencegah 1,4 juta kematian balita setiap tahunnya (UNICEF, 2020). Pemberian ASI eksklusif adalah pemberian ASI murni kepada bayi baru lahir hingga usia enam bulan tanpa makanan atau minuman tambahan apa pun kecuali obat-obatan dan vitamin. Namun bukan berarti pemberian ASI harus dihentikan setelah pemberian ASI

eksklusif, pemberian ASI tetap dilanjutkan hingga bayi berusia 2 tahun (WHO, 2018). Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi yang penting bagi bayi, dan penting bagi ibu menyusui untuk memahami dan mempunyai gambaran yang tepat mengenai jumlah ASI yang tepat untuk diproduksi. Keyakinan ibu menyusui terhadap kecukupan ASI dapat mempengaruhi keputusannya untuk memberikan ASI eksklusif atau mencari alternatif lain. Oleh karena itu, penting untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi persepsi ibu menyusui terhadap kecukupan ASI. Salah satu faktor yang mempengaruhi persepsi ibu menyusui adalah jumlah ASI yang diproduksi berbeda-beda pada setiap ibu. Ada ibu yang mempunyai persediaan ASI berlimpah, ada pula ibu yang persediaannya terbatas. Persepsi seorang ibu terhadap ASI seringkali ditentukan oleh kuantitas dan kualitas ASI yang dihasilkannya. Jika seorang ibu merasa produksi ASInya tidak cukup, ia mungkin khawatir dan ragu apakah ia mampu memberikan nutrisi yang cukup untuk bayinya.

Selain manfaat gizi, ASI juga mengandung komposisi imunologi yang berperan untuk menjamin pertahanan tubuh dalam menghadapi penyakit menular. Zat pelindung tersebut terdiri dari bifidobacteria, lisosom, laktoferin,

komplemen C3 dan C4, pengikat protein besi, vitamin B12, leukosit, IgA sekretorik dan IgM, asam lemak, dan komponen antimikroba lainnya (Khamzah & Siti, 2012). Selain produksi ASI, pengalaman dan informasi yang diperoleh mengenai menyusui juga dapat mempengaruhi persepsi ibu selama menyusui. Ibu yang sebelumnya mempunyai pengalaman positif dalam menyusui mungkin akan lebih percaya diri dan mempunyai pendapat positif mengenai kecukupan pemberian ASI. Sebaliknya, ibu yang tidak memiliki pengalaman menyusui sebelumnya atau yang menerima informasi yang salah atau tidak memadai mengenai jumlah ASI yang tepat lebih cenderung mempertanyakan kemampuan mereka dalam memberikan ASI yang cukup. Selain faktor internal, faktor eksternal juga dapat mempengaruhi persepsi ibu menyusui terhadap kecukupan ASI. Dukungan sosial yang diterima ibu menyusui mungkin memainkan peran penting dalam persepsi mereka. Dukungan dari keluarga, pasangan, dan tenaga kesehatan dapat memberikan rasa percaya diri dan dukungan pada ibu menyusui serta mempengaruhi persepsi ibu terhadap kecukupan ASI. Sebaliknya, kurangnya dukungan atau kesalahpahaman mengenai kesesuaian ASI dapat menyebabkan ibu merasa

cemas dan meragukan kemampuan dirinya.

Pemberian ASI yang sukses melibatkan pengakuan terhadap produksi ASI yang memadai. Persepsi kurangnya produksi ASI pada ibu menyusui diketahui menjadi faktor penyebab selain menyusui. Hal ini dikarenakan kesadaran bahwa produksi ASI yang tidak mencukupi merupakan salah satu faktor penyebab kegagalan pemberian ASI eksklusif mempengaruhi ibu untuk berhenti menyusui dini. Persepsi adalah suatu keadaan dimana terjadi ketidakseimbangan pengetahuan tentang benda, simbol, atau orang. Persepsi ini mempengaruhi pembentukan sikap dan perilaku masyarakat. Selama beberapa hari pertama, kesadaran saya akan ASI tidak membaik, sehingga saya harus menambahkan susu formula, dan payudara kecil saya berhenti memproduksi ASI. Ketika ibu memiliki pemahaman yang lebih baik tentang ASI eksklusif, hal ini akan mempengaruhi sikap dan perilaku menyusui mereka. Edukasi dan informasi akurat mengenai kecukupan ASI juga penting untuk meningkatkan kesadaran ibu menyusui. Ibu yang memiliki pemahaman yang lebih baik tentang proses produksi ASI, tanda-tanda ASI cukup, dan tanda-tanda bayi kenyang mungkin akan lebih positif dan percaya diri terhadap suplai ASInya. Oleh karena itu, upaya memberikan

informasi yang tepat dan akurat kepada ibu menyusui sangatlah penting. Secara ringkas, persepsi ibu terhadap kecukupan ASI selama menyusui dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain produksi ASI, pengalaman dan informasi yang diterima, dukungan sosial, dan pendidikan yang diberikan. Pemahaman terhadap faktor-faktor tersebut dapat membantu memberikan dukungan dan informasi yang tepat kepada ibu menyusui agar ibu mempunyai persepsi positif dan yakin bahwa ASI yang diberikan kepada bayinya sudah mencukupi.

Pentingnya persepsi ibu menyusui terhadap kecukupan ASI (ASI) menjadi inti dalam upaya meningkatkan praktik pemberian ASI eksklusif. Persepsi ini menjadi dasar pengambilan keputusan ibu mengenai pemberian makanan pada bayinya dan memainkan peranan penting dalam keberhasilan pemberian ASI. Melalui analisis ilmiah yang mendalam, kita dapat memahami kompleksitas dan faktor yang mempengaruhi cara ibu menyusui dalam menentukan apakah ASI tepat untuk bayinya. Faktor biologis dalam persepsi kesesuaian ASI: Persepsi ibu menyusui terhadap kesesuaian ASI dapat dipengaruhi oleh faktor biologis seperti produksi ASI dan pertumbuhan bayi. Hormon prolaktin berperan penting dalam merangsang produksi ASI, dan ketidakseimbangan hormon dapat

mempengaruhi persepsi ibu terhadap jumlah ASI yang tepat. Kebutuhan ASI juga dapat berfluktuasi karena pesatnya pertumbuhan bayi, sehingga mempengaruhi penilaian ibu terhadap kecukupan gizi. Faktor psikologis dalam menilai kesesuaian ASI: Aspek psikologis ibu menyusui juga berperan penting dalam persepsi kesesuaian ASI. Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres seorang ibu dapat mempengaruhi kepercayaan dirinya dalam memenuhi kebutuhan nutrisi bayinya.

Faktor-faktor seperti kecemasan dan depresi pasca melahirkan juga dapat mengubah persepsi ibu mengenai kemampuannya dalam menyusui. Edukasi dan Informasi Pengetahuan seorang ibu terhadap produksi ASI dan perkembangan bayi memegang peranan penting dalam mengenali kecukupan ASI. Pendidikan kesehatan prenatal yang efektif dapat membantu mengurangi kekhawatiran ibu mengenai kecukupan ASI. Informasi yang akurat dan mudah dipahami mengenai manfaat ASI serta tanda-tanda kesesuaiannya memberikan landasan yang kokoh bagi pemahaman ibu menyusui. Dukungan sosial dan lingkungan: Dukungan sosial dari keluarga, teman, dan tenaga kesehatan merupakan faktor penting dalam kesadaran ibu akan kecukupan ASI. Lingkungan yang mendukung, seperti fasilitas tempat kerja yang ramah

menyusui, memberikan pengalaman positif bagi ibu menyusui. Di sisi lain, kurangnya dukungan sosial dan lingkungan yang kurang mendukung dapat meningkatkan perasaan cemas dan ketidakpastian. Pengalaman menyusui di masa lalu: Pengalaman menyusui di masa lalu juga dapat mempengaruhi persepsi ibu mengenai kecukupan ASI. Ibu yang memiliki pengalaman positif mungkin lebih percaya diri, sedangkan ibu yang mengalami kesulitan mungkin memiliki kecemasan yang lebih besar. Mengatasi pengalaman masa lalu penting dalam mengembangkan persepsi positif yang mendukung pemberian ASI.

Signifikansi penelitian dan intervensi: Analisis ilmiah terhadap persepsi ibu menyusui terhadap kecukupan ASI telah menyoroiti kompleksitas faktor-faktor yang terlibat dalam pengambilan keputusan mengenai pemberian makanan bayi. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengidentifikasi intervensi yang meningkatkan pemahaman dan keyakinan ibu menyusui mengenai kecukupan ASI. Pendidikan kesehatan yang melibatkan pasangan dan keluarga serta dukungan masyarakat yang kuat menjadi landasan dalam mendukung ibu menyusui untuk mencapai keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Upaya meningkatkan kesadaran ibu menyusui terhadap kecukupan ASI Beberapa

tindakan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesadaran ibu menyusui terhadap kecukupan ASI, antara lain: Meningkatkan pengetahuan ibu tentang ASI. Ibu harus diberikan informasi yang akurat tentang menyusui, termasuk tanda-tanda kekurangan ASI. Dukungan untuk ibu menyusui. Ibu menyusui memerlukan dukungan moral dan praktis dari keluarga dan teman.

KESIMPULAN

Dengan memahami faktor-faktor ini, dapat diharapkan peningkatan pemahaman dan dukungan terhadap ibu menyusui untuk meningkatkan praktik pemberian ASI eksklusif. Pentingnya memahami faktor-faktor yang dominan terkait persepsi ibu menyusui tentang kecukupan ASI tidak hanya memperkaya literatur ilmiah, tetapi juga dapat memberikan dasar bagi pengembangan intervensi dan program pendidikan kesehatan yang lebih efektif. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan mengidentifikasi faktor-faktor yang dominan memengaruhi persepsi ibu menyusui tentang kecukupan ASI, dengan harapan kontribusi penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam dalam mendukung praktik pemberian ASI eksklusif secara berkelanjutan. Pengalaman ibu dalam menyusui juga ditemukan menjadi faktor

dominan yang mempengaruhi persepsi mereka tentang kecukupan ASI. Penting bagi pihak terkait, seperti tenaga medis dan keluarga, untuk memberikan informasi dan dukungan yang memadai kepada ibu menyusui guna meningkatkan persepsi mereka tentang kecukupan ASI. Pemberian ASI eksklusif memberikan nutrisi penting, melindungi terhadap penyakit, dan meningkatkan ikatan emosional antara ibu dan anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Arzakiyah, I., Yulianti, A., Wahuni, S., Rahayu, T. (2020). Faktor- Faktor Yang Memengaruhi Produksi Asi Pada Ibu Menyusui 0- 6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangetayu. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*. 3(1), 28-35.
- Brown, J.E. et.al (2002). *Nutrition Trought the Life Cycle*, International Student Edition, 3rd, Thomson Wardsworth
- Khamzah, Siti. (2012) *Segudang Keajaiban ASI*, Flash Books, Yogyakarta
- Niar, A., Dinengsih, S., Siauta, J. (2021). Faktor – faktor yang Memengaruhi Produksi ASI pada Ibu Menyusui di RSB Harifa Kabupaten Kolaka Provinsi Sulawesi Tenggara. *Midwifery Jurnal Kebidanan*. 7(2), 10-19.

- Notoatmodjo, Soekidjo. (2007). Promosi kesehatan dan ilmu perilaku, Rineka Cipta, Jakarta
- Prastiwi, R, S., Qudriani, M., Maulida, I., Ludha, N., Arsita, R. (2018). Peningkatan Persepsi Kecukupan ASI Pada Ibu Menyusui, *Jurnal Abdimas*. 1(1), 42-48.
- Roesli, Utami. (2009). *Mengenal ASI Eksklusif*, Trubus Agriwidya, Jakarta
- SDKI 2012, Laporan Pendahuluan, BPS, BKKBN, Kementrian Kesehatan 2012
- Unicef. (2020). A future for the world's children? A WHO–UNICEF–Lancet Commission. *The Lancet*, 395(10224), 605–658.
- WHO. (2017). Exclusive Breastfeeding For Optimal Growth, Development And Health Of Infants.
- WHO. (2020). Breastfeeding continues to increase into the new millennium. *WHO.Int*, 110(6), 1103–1109.