

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menyusui adalah suatu proses alamiah yang besar artinya bagi kesejahteraan bayi, ibu, dan keluarga. Namun sering ibu-ibu tidak berhasil menyusui atau menghentikan menyusui lebih dini. Oleh karena itu ibu-ibu memerlukan bantuan agar proses menyusui lebih berhasil. Banyak alasan yang dikemukakan oleh ibu-ibu yang tidak menyusui bayinya antara lain tidak memproduksi cukup ASI, bayinya tidak mau menghisap. Disamping itu cara menyusui yang tidak baik dan tidak benar dapat menimbulkan gangguan pada putting susu ibu (Marmi, 2012).

Berdasarkan penilaian yang sumbernya dari berbagai survey yang telah dilakukan, antara lain SDKI 1991 sebanyak 52,5% bayi mendapatkan ASI eksklusif, tahun 1994 sebanyak 47,3% dan tahun 1997 pencapaian ASI eksklusif sampai dengan 4 bulan adalah 52%. Pencapaian tersebut menurut kriteria WHO masuk dalam kategori tidak mencukupi (Novita, 2011).

Masalah pemberian ASI terkait dengan masih rendahnya pemahaman ibu, keluarga dan masyarakat tentang ASI. Tidak sedikit ibu yang masih membuang kolostrum karena dianggap kotor sehingga perlu dibuang. Selain itu, kebiasaan memberikan makanan secara dini pada

sebagian masyarakat juga menjadi pemicu dari kurang berhasilnya pemberian ASI eksklusif. Hal ini mendorong ibu untuk lebih mudah menghentikan pemberian ASI dan menggantinya dengan susu formula karena memberikan susu formula dianggap elit dan menjadikannya sebuah gengsi. Misalnya, bayinya mengkonsumsi susu formula merek tertentu dan mahal atau alasan lain.

Masyarakat saat ini menginginkan budaya instan atau yang praktis dan tidak membebani, dengan kata lain penampilan atau keindahan tubuh menjadi indikator gaya hidup (Ikatan Dokter Anak Indonesia, 2010). Hal ini sangat berpengaruh jika dikaitkan dengan keharusan ibu menyusui anaknya. Banyak upaya yang dilakukan tenaga kesehatan untuk membimbing menyusui karena ibu belum mengetahui manfaat ASI (Air Susu Ibu) bagi dirinya dan bagaimana mereka bisa berhasil dalam menyusui di kemudian hari (Riksani, 2012).

Setelah melahirkan ibu akan mengalami kehilangan berat badan selama hamil sekitar 5-6 kg akibat pengeluaran bayi, plasenta, air ketuban dan darah. Pada saat ini terjadi penurunan berat badan sebanyak 2-3 kg melalui diuresis, pengeluaran lokia dan involusi uteri. Tetapi ada sebagian ibu yang masih mengalami kelebihan berat badan sekitar 1,4-2 kg. Penelitian menunjukkan setelah melahirkan, ibu akan mengalami perubahan atau penurunan berat badan antara 5-11 kg disebabkan proses

kelahiran dan memberikan bayinya ASI eksklusif (Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat, 2012).

Peningkatan berat badan ibu selama hamil disimpan dalam bentuk lemak sebagai cadangan makanan untuk memenuhi kebutuhan perkembangan janin dan untuk sumber energi di awal masa menyusui. Ibu hamil perlu disadarkan agar tidak memakai kehamilan sebagai alasan untuk makan berlebihan karena ibu hamil yang berat badannya meningkat berlebihan akan memiliki kemungkinan lebih besar untuk tetap gemuk setelah melahirkan serta membuat ibu mudah terkena penyakit yaitu tekanan darah tinggi, diabetes dan penyakit kardiovaskuler (Bobak et al, 2004).

Menyusui juga mampu menurunkan berat badan ibu seperti semula secara bertahap (Dewi, 2011). Pada saat menyusui berat badan normal seorang ibu dapat berkurang sekitar 1-2 pons (0,5 kg) selama satu bulan (Dowshen, 2002). Meskipun demikian angka menyusui di Indonesia baru mencapai 32% dan bayi yang di lahirkan di fasilitas kesehatan cenderung di beri susu formula (SDKI, 2007).

Tidak semua ibu mau menyusui bayinya karena berbagai alasan misalnya; takut gemuk, sibuk, takut payudara kendor dan sebagainya. Sebaliknya, menyusui mempunyai manfaat penting bagi ibu termasuk menurunkan berat badan. Penurunan berat badan pada ibu menyusui menjadi sangat penting jika ibu yang bersangkutan selalu memperhatikan penampilan atau citra tubuhnya sehingga ingin kembali ke berat badan

sebelum hamil, karena hal tersebut akan berpengaruh pada pikiran ibu selama menyusui. Sedangkan salah satu hal yang mempengaruhi produksi ASI adalah ketenangan jiwa dan pikiran ibu selama menyusui. Jika kondisi pikiran ibu tidak tenang, maka volume atau produksi ASI akan menurun.

Berdasarkan wawancara terhadap 5 orang ibu yang menyusui eksklusif di Kelurahan Bendosari Sawit Boyolali, mengatakan bahwa mayoritas berat badan mereka bertambah setelah persalinan. Dengan demikian pada ibu postpartum beresiko terkena hipertensi, obesitas dan penyakit lainnya.

Berdasarkan studi pendahuluan terhadap 5 orang responden tersebut, menunjukkan bahwa 3 orang responden belum mengetahui pengaruh menyusui bagi ibu sedangkan 2 orang responden mempunyai pengetahuan yang cukup baik. Berdasarkan hal tersebut, penulis berminat untuk meneliti tentang “Pengaruh Menyusui terhadap Perubahan Berat Badan Pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Sawit Kabupaten Boyolali”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas dapat dirumuskan masalah sebagai berikut : Apakah ada pengaruh antara menyusui terhadap perubahan berat badan pada ibu di wilayah kerja Puskesmas Sawit Kabupaten Boyolali?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh menyusui terhadap perubahan berat badan pada ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Sawit Kabupaten Boyolali.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

- a. Mengetahui frekuensi pemberian ASI kepada anak di Wilayah Kerja Puskesmas Sawit Kabupaten Boyolali .
- b. Mengetahui perubahan berat badan ibu selama menyusui dalam waktu 4 minggu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Sawit Kabupaten Boyolali .

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Bagi ilmu pengetahuan sebagai acuan dalam pengembangan penelitian selanjutnya tentang pengaruh menyusui bagi ibu.
- b. Bagi peneliti merupakan pengalaman dan penerapan materi kuliah dengan keadaan yang sesungguhnya yang ada di masyarakat.
- c. Bagi peneliti yang lainnya dapat lebih mengembangkan pengalamannya sehingga penelitian ini dapat berkembang.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi Dinas Kesehatan, hasil penelitian ini diharapkan dapat dipakai sebagai bahan masukan dalam menentukan strategi perencanaan

informasi yang paling sesuai untuk membimbing ibu dalam memberikan ASI kepada anaknya.

- b. Bagi Puskesmas, menyediakan informasi sebagai bahan masukan untuk peningkatan kesehatan ibu dan anak.
- c. Bagi ibu menyusui, dapat dijadikan sumber informasi tentang manfaat menyusui bagi dirinya.

E. Keaslian Penelitian

1. Rina, Sayekti (2006), Pengaruh Menyusui secara Eksklusif selama 6 minggu Post Partum terhadap Penurunan Berat Badan Ibu. Analisis data menggunakan regresi linear variable dummy dengan taraf signifikansi 95%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa selama 6 minggu postpartum, sebanyak 96% ibu menyusui eksklusif dan 72% ibu menyusui tidak eksklusif mengalami penurunan berat badan. Pengaruh menyusui eksklusif terhadap penurunan berat badan ibu sebesar 12,9% dengan rerata penurunan berat badan sebesar 2,08 kg pada ibu menyusui eksklusif dan 0,89 kg pada ibu menyusui tidak eksklusif.
2. Friske, wulan (2011), Pengaruh Menyusui terhadap Penurunan Fundus Uteri pada Ibu Post Partum Primigravida di RSUD Sosodoro Djatikoesoemoe Bojonegoro. Analisis menggunakan desain analitik dengan menggunakan *Cross Sectional* dan jumlah populasi 16 responden. hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh menyusui terhadap penurunan fundus uteri pada ibu post partum primigravida.