BAB II
TINJAUAN PUSTAKA

A. Bayi Baru Lahir

1. Pengertian Bayi Baru Lahir

Bayi baru lahir adalah bayi yang lahir dari usia kehamilan 37 –42 mg dengan berat lahir 2500 –4000 gram. Bayi baru lahir yang dikatakan normal, apabila bayi mempunyai ciri –ciri seperti bayi menangis dengan spontan, warna kulit berwarna merah –kemerahan dan tonus otot aktif. (Nababan, 2022) Bayi baru lahir dapat diartikan sebagai masa kehidupan bayi pertama diluar rahim sampai usia 28 hari dimana terjadinya perubahan yang sangat besar dari kehidupan di dalam rahim menjadi di luar rahim.(Juliani, 2023)

2. Ciri-ciri bayi Normal

Bayi baru lahir normal umumnya memiliki berat badan antara 2.500–4.000 gram dengan panjang badan 48–52 cm. Lingkar dada berkisar 30–38 cm dan lingkar kepala 33–35 cm, yang menunjukkan pertumbuhan intrauterin yang adekuat. Pada menit-menit pertama setelah lahir, frekuensi denyut jantung dapat mencapai sekitar 180 kali per menit sebagai respons adaptasi awal, kemudian menurun dan stabil pada kisaran 120–140 kali per menit. Pernapasan awal biasanya cepat dan tidak teratur, lalu menjadi lebih teratur dengan frekuensi sekitar 40 kali per menit saat bayi dalam keadaan tenang.

Secara fisik, kulit bayi tampak kemerahan dan licin karena jaringan subkutan telah terbentuk dengan baik serta masih dilapisi verniks kaseosa. Rambut lanugo umumnya sudah berkurang atau tidak tampak, sedangkan rambut kepala telah tumbuh dengan baik. Kuku terlihat agak panjang dan lunak.

Pada bayi perempuan, labia mayora telah menutupi labia minora, sedangkan pada bayi laki-laki testis sudah turun ke dalam skrotum. Refleks primitif seperti refleks isap dan menelan, refleks moro (gerakan seperti memeluk saat dikagetkan), serta refleks menggenggam sudah berkembang dengan baik. Selain itu, fungsi eliminasi normal ditandai dengan pengeluaran urine dan

mekonium dalam 24 jam pertama setelah lahir; mekonium biasanya berwarna kuning kecoklatan. (Suryaningsih, 2023)

3. Kebutuhan Nutrisi Bayi Baru Lahir

Pemenuhan kebutuhan nutrisi sangat penting dalam membantu proses pertumbuhan dan perkembangan pada bayi, dengan terpenuhinya kebutuhan nutrisi, maka bayi akan tumbuh sesuai usia tumbuh kembang dan meningkatkan kualitas hidup. Kebutuhan nutrisi juga membantu dalam aktivitas sehari-hari karena nutrisi sebagai sumber tenaga, pembangun dan pengatur dalam tubuh. (Kusmiyati, 2021) ASI saja sudah dapat mencukupi semua kebutuhan bayi. Inisiasi menyusu dini akan mengurangi 22% kematian bayi di bawah usia 28 hari. Pemberian ASI eksklusif akan mengurangi 13% kematian bayi dan memberikan makanan pendamping ASI (makanan keluarga) akan menurunkan 6% kematian anak balita. Dengan demikian kematian balita dapat dicegah dengan IMD. (luba saniasa, 2019)

Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam pemenuhan nutrisi bayi usia 0–6 bulan meliputi beberapa poin berikut:

a. Pastikan bayi mendapatkan ASI pertama yang keluar setelah lahir, yaitu kolostrum yang berwarna kekuningan dan kaya zat kekebalan.
b. Hindari memberikan makanan atau minuman lain selain ASI pada periode ini.
c. Susui bayi sesering mungkin sesu
d. ai kebutuhan dan keinginannya.
e. Usahakan bayi menyusu minimal delapan kali dalam sehari.
f. Jika bayi tertidur lebih dari tiga jam, bangunkan dengan lembut agar bisa disusui kembali.
g. Lakukan penyusuan secara bergantian pada payudara kanan dan kiri.
h. Biarkan bayi menyusu hingga payudara terasa kosong sebelum pindah ke sisi lainnya.
i. Ciptakan suasana yang nyaman, tenang, dan penuh kasih saat menyusui agar bayi merasa aman.

j. Dukungan dari suami maupun keluarga sangat berperan dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Takaran Air Susu Ibu (ASI) Perah pada bayi sehat hingga umur 0-12 bulan (Mufdlilah, 2017)

Tabel 2. Takaran ASI Perah pada Bayi Sehat

Umur	Kebutuhan dalam ml	Pemberian
1 hari	5-7 ml	2 jam sekali
3 hari	22-27 ml	8-12 x/ hari
1 minggu	45-60 ml sekali minum Atau 400-600 / hari	8-12 x/ hr
1 bulan	80-150 ml sekali minum	8-12 x/ hari 1,5 – 2 jam sekali pada siang, 3 jam sekali pada malam hari.
6 bulan	720 ml / hari	720 ml/ hari ditambah asi perah
7 bulan	875 ml/ hari	93 % dari asupan gizi / hari + MPASI
1 tahun	550 ml / hari	550 ml / hari + MPASI

4. Kapasitas Lambung Bayi

Pada masa postpartum, tidak sedikit ibu menyusui yang merasa produksi ASI belum optimal sehingga muncul kekhawatiran apakah ASI yang dikeluarkan mampu mencukupi kebutuhan bayi. Perasaan tersebut kerap menjadi alasan sebagian ibu untuk segera memberikan susu formula atau makanan pengganti ASI sebagai tambahan sejak dini. Padahal, secara fisiologis bayi baru lahir mampu bertahan selama 2 x 24 jam tanpa asupan lain, asalkan tetap berada dekat dengan ibu dalam kondisi lingkungan yang nyaman dan bersuhu stabil, tidak terlalu panas maupun terlalu dingin. (Ruddy Koesnadi, 2015) Kapasitas lambung bayi baru lahir sebagai berikut:

a. Hari ke 1-2

Lambung bayi baru lahir belum berkembang dengan baik dan lebih kecil dari kacang polong, hanya menampung sekitar 5-7 ml ASI per hari pada hari pertama. Jumlah ini setara dengan kolostrum berharga yang pertama kali dikeluarkan ibu. Oleh karena itu, memberikan 30 ml susu formula per hari sama sekali tidak tepat dan dapat berdampak negatif yang signifikan pada bayi.

b. Hari ke 3-6

Ukuran lambung telah tumbuh kira-kira sebesar anggur dan dapat menampung sekitar 30-60 ml susu setiap kali menyusu.

c. 1 bulan

Lambung bayi telah tumbuh seukuran telur ayam dan dapat menampung sekitar 80-150 ml susu setiap kali menyusui.

d. 6-12 bulan

Lambungnya kini seukuran jeruk bali kecil, sekitar 5 kali lebih kecil daripada lambung orang dewasa. Pada usia ini, lambung bayi dapat menampung sekitar 200-250 ml susu (setara dengan satu porsi kecil).



Gambar 1 Kebutuhan ASI dan Ukuran lambung bayi (Mufdlilah, 2017)

5. Indikator Kecukupan Menyusu pada Bayi Baru Lahir Hari Pertama Dan Kedua

Pada fase awal kehidupan (0–48 jam), evaluasi kecukupan asupan nutrisi bayi berfokus pada pemantauan kolostrum yang dikonsumsi secara bertahap. Mengingat kapasitas lambung bayi pada hari pertama hanya berkisar 5–7 ml,

indikator keberhasilan menyusu tidak dinilai dari volume cairan, melainkan melalui parameter klinis berikut:

1. Pola Eliminasi Urine (Buang Air Kecil)

   Output urine merupakan indikator utama status hidrasi bayi. Berdasarkan standar klinis terbaru, bayi baru lahir diharapkan melakukan buang air kecil minimal 1 kali pada 24 jam pertama. Memasuki hari kedua, frekuensi ini meningkat menjadi minimal 2 kali dalam 24 jam. Urine yang dihasilkan umumnya berwarna jernih hingga kuning tua; adanya bercak urat (kristal urat) pada popok masih dianggap wajar pada dua hari pertama sebagai tanda konsentrasi urine, namun harus segera teratasi seiring meningkatnya frekuensi menyusu. (Kementerian Kesehatan RI, 2022)

2. Pola Eliminasi Feses (Buang Air Besar)

   Pengeluaran mekonium (feses pertama berwarna hitam, kental, dan lengket) merupakan tanda fungsionalitas saluran cerna dan asupan kolostrum yang efektif. Bayi baru lahir setidaknya harus mengeluarkan mekonium minimal 1 kali dalam 48 jam pertama. Kolostrum yang memiliki efek laksatif alami berperan penting dalam mempercepat pengeluaran mekonium, yang sekaligus berfungsi menurunkan risiko hiperbilirubinemia atau bayi kuning (Kementerian Kesehatan RI, 2022)

3. Fluktuasi Berat Badan Fisiologis

   Penurunan berat badan pada hari pertama dan kedua adalah fenomena fisiologis akibat pengeluaran cairan tubuh dan mekonium. Secara klinis, penurunan berat badan dianggap dalam batas normal apabila tidak melebihi 10% dari berat badan lahir. Pemantauan ketat diperlukan jika penurunan mendekati angka tersebut, terutama pada hari kedua, untuk memastikan teknik perlekatan dan frekuensi menyusu sudah optimal.
   (IDAI, 2023)

4. Respon Perilaku dan Ketenangan Pasca Menyusu

   Kondisi psikomotor bayi setelah menyusu menjadi indikator subjektif yang sangat penting. Bayi yang mendapatkan asupan nutrisi cukup umumnya akan menunjukkan tanda-tanda ketenangan, relaksasi pada telapak tangan dan tubuh, serta dapat tertidur pulas selama 1,5 hingga 3

jam di antara jadwal menyusu. Sebaliknya, bayi yang tampak terus-menerus rewel atau tidak tenang setelah menyusu dapat mengindikasikan adanya masalah pada teknik perlekatan atau transfer ASI yang tidak adekuat. (IDAI, 2023)

B. Konsep Menyusu Bayi Baru Lahir

Menyusu merupakan proses fisiologis alami yang memungkinkan bayi memperoleh Air Susu Ibu (ASI) secara langsung dari payudara ibu melalui mekanisme koordinasi antara refleks menghisap (sucking reflex), refleks mencari (rooting reflex), refleks menelan (swallowing reflex), dan pernapasan. Bayi baru lahir secara neurologis telah memiliki refleks ini sejak lahir, sehingga secara fisiologis siap untuk menyusu segera setelah proses persalinan. (StatPearls, 2023)

Menurut World Health Organization, menyusui merupakan intervensi paling efektif dalam menurunkan angka kematian neonatal karena memberikan nutrisi optimal sekaligus perlindungan imunologis. Pada satu jam pertama kehidupan, bayi berada dalam fase waspada aktif (quiet alert phase) yang merupakan waktu terbaik untuk memulai proses menyusu melalui Inisiasi Menyusu Dini (IMD). (StatPearls, 2023)

Proses menyusu bukan hanya aktivitas pemenuhan nutrisi, tetapi juga merupakan proses biologis yang berperan dalam pembentukan ikatan emosional (bonding) antara ibu dan bayi serta stimulasi hormonal yang memengaruhi produksi ASI.

C. Langkah-Langkah Menyususi Yang Benar

Penerapan langkah menyusui yang benar berperan penting dalam memastikan bayi mendapatkan ASI dengan baik. Dengan teknik yang tepat, proses menyusui menjadi lebih nyaman dan efektif bagi ibu maupun bayi. Berikut langkah-langkah menyusui yang benar menurut. (Mufdlilah, 2017):

1. Mencuci tangan terlebih dahulu dengan sabun di bawah air mengalir agar tangan benar-benar bersih sebelum menyusui.
2. Mengeluarkan sedikit ASI lalu mengoleskannya pada bagian puting dan areola sebagai langkah persiapan sebelum proses menyusui.

3. Posisikan bayi menghadap perut atau payudara ibu, lalu mulai menyusui dari payudara yang sebelumnya belum dikosongkan.
4. Apabila ukuran payudara cukup besar, topang payudara dengan menempatkan ibu jari di bagian atas dan jari-jari lainnya di bagian bawah.
5. Stimulasi mulut bayi dengan menyentuhkan jari misalnya jari kelingking ke sisi mulut bayi untuk merangsang refleks menyusu.
6. Dekatkan kepala bayi dengan cepat ke arah payudara, kemudian pastikan puting beserta areola masuk dengan baik ke dalam mulut bayi.
7. Setelah payudara yang disusui terasa kosong, lepaskan isapan bayi dengan menekan lembut bagian dagu ke bawah atau menyentuhkan jari kelingking ke mulut bayi. Sesi menyusui berikutnya dimulai dari payudara yang belum dikosongkan.
8. Keluarkan sedikit ASI dan oleskan pada area puting dan areola, kemudian biarkan mengering secara alami tanpa dilap.
9. Setelah selesai menyusu, bantu bayi untuk bersendawa.



Gambar 2. Menyendawakan bayi (Mufdlilah, 2017)

D. Posisi Menyusui

Beberapa posisi menyusui yang bisa dipilih ibu sesuai kenyamanan. Pemilihan posisi yang tepat membantu ibu lebih rileks dan memudahkan bayi melekat dengan baik, sehingga proses menyusui menjadi lebih nyaman dan efektif (Unicef, 2023):

1. Posisi menggendong (cradle hold) seperti buaian merupakan salah satu teknik menyusui yang paling sering digunakan karena memberikan kenyamanan sekaligus membantu memperkuat ikatan antara ibu dan bayi. Saat menggunakan posisi ini, ibu sebaiknya duduk di tempat yang memiliki

sandaran agar lengan tetap berada pada posisi yang pas, misalnya di kursi berlengan atau sofa. Bila diperlukan, lengan dapat disangga dengan bantal agar tidak mudah lelah. Bayi diletakkan di pangkuan dengan kepala bertumpu pada lekukan lengan ibu. Pastikan dada bayi menghadap ke dada ibu agar ia tidak perlu menoleh saat mencari puting. Jika masih kurang stabil, bantal tambahan bisa digunakan untuk menopang kepala bayi.



Gambar 3**.** *Cradle hold position* (Unicef, 2023)

2. Posisi menggendong menyilang (cross-cradle hold) merupakan salah satu posisi yang sering disarankan untuk ibu yang baru belajar menyusui, terutama bagi bayi yang masih berukuran kecil. Posisi ini memberi ibu kontrol lebih baik terhadap kepala bayi sehingga memudahkan proses pelekatan saat bayi mulai mengambil puting. Cara ini sebenarnya kebalikan dari posisi buaian. Pada posisi gendongan silang, bayi diarahkan berlawanan dari posisi gendongan biasa, yaitu dengan meletakkan kepala bayi di telapak tangan ibu, bukan di lekukan lengan, sehingga ibu dapat membimbing kepala bayi dengan lebih stabil.



Gambar 4. *cross-cradle hold position* (Unicef, 2023)

3. Posisi football hold atau rugby hold merupakan posisi yang efektif dicoba ketika ibu mengalami pembengkakan payudara atau puting terasa sakit. Posisi ini membantu mencegah sumbatan saluran ASI karena memungkinkan bayi mengosongkan bagian bawah payudara lebih optimal. Dalam posisi ini, ibu memegang bayi seperti memegang bola sepak atau rugby di sepanjang lengan bawah, dengan tubuh bayi berada di lengan dan wajah mengarah langsung ke payudara. Kaki bayi ditempatkan di bawah lengan ibu, sementara tangan yang lain digunakan untuk menopang payudara agar pelekatan lebih mudah. Teknik ini juga sangat membantu bagi ibu pasca operasi caesar karena bayi tidak perlu diletakkan di area perut saat menyusu



Gambar 5. *Football hold atau rugby hold position* (Unicef, 2023)

4. Posisi berbaring menyamping (Side lying position) sering digunakan ketika ibu dan bayi merasa lebih nyaman menyusu sambil berbaring, terutama pada kondisi ibu yang kelelahan atau setelah melahirkan. Dalam posisi ini, ibu berbaring miring dan menempatkan bayi di sisi yang sama, dengan tubuh dan wajah bayi menghadap ke arah ibu. Kepala bayi diposisikan sejajar dengan payudara agar ia dapat menyusu tanpa harus menoleh. Ibu dapat menambahkan bantal di belakang punggung untuk menjaga posisi tetap stabil, serta memastikan hidung bayi tidak tertutup agar proses menyusu berlangsung aman dan nyaman bagi keduanya.



Gambar 6. *Side lying position* (Unicef, 2023)

5. Posisi berbaring (laid-back) dapat menjadi pilihan ketika bayi tampak kesulitan menyusu, gelisah, atau mudah menangis. Posisi ini sering dianggap menenangkan karena memungkinkan bayi merasa lebih dekat dengan ibu, bahkan dikenal juga sebagai "pengasuhan biologis". Untuk melakukannya, ibu dapat menyandarkan tubuh ke belakang dengan bantuan bantal sehingga posisi tetap miring namun tidak sepenuhnya rata. Setelah itu, baringkan bayi dalam posisi tengkurap di atas dada ibu. Jika memungkinkan, lakukan kontak kulit ke kulit dengan meletakkan bayi yang tanpa pakaian di atas dada ibu yang juga terbuka. Posisi ini tidak hanya membantu bayi lebih tenang, tetapi juga memperkuat kedekatan emosional antara ibu dan si kecil.



Gambar 7. *laid-back position* (Unicef, 2023)

6. Posisi menyususi bayi kembar

   Posisi football hold juga bisa digunakan untuk bayi kembar. Bayi kembar disusui secara bersamaan pada sisi kiri dan kanan dengan cara kedua tangan

ibu memeluk kepala masing-masing bayi seperti memegang bola, kepala diletakkan tepat dibagian bawah payudara ibu, posisi kaki biarkan menjuntai keluar. Agar memudahkan kedua bayi dapat diletakkan pada satu bidang datar yang memiliki ketinggian kurang lebih sepinggang ibu, ibu cukup menopang kepala kedua bayi atau dengan meletakkan bantal diatas pangkuan ibu(Kementerian Kesehatan RI, 2024a)



Gambar 8. Posisi menyusui pada bayi kembar (Kementerian Kesehatan RI, 2024a)

E. Faktor yang Mempengaruhi Bayi Menyusu

Keberhasilan bayi baru lahir dalam menyusu pada hari pertama dan kedua kehidupan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berasal dari ibu, bayi, tenaga kesehatan, serta lingkungan. Faktor-faktor tersebut berperan dalam menentukan optimal tidaknya proses menyusu pada masa awal kehidupan. Oleh karena itu, pemahaman terhadap faktor yang mempengaruhi bayi menyusu sejak hari pertama dan kedua sangat penting untuk mendukung keberhasilan pemberian ASI. (serly sesilia, 2021)

1. Faktor ibu

a. Pengetahuan ibu

Pengetahuan ibu tentang manfaat ASI, teknik menyusui, waktu pemberian ASI, dan dampaknya terhadap kesehatan bayi terbukti berpengaruh terhadap keberhasilan pemberian ASI sejak lahir hingga periode eksklusif. Ibu yang memiliki pengetahuan baik akan lebih termotivasi memberikan ASI secara dini dan menghindari praktik prelaktal (pemberian makanan/minuman sebelum ASI keluar). Pengetahuan ibu juga mempengaruhi keyakinan bahwa ASI cukup

untuk kebutuhan bayi baru lahir, yang berdampak pada konsistensi pemberian ASI. (Destria Efliani, 2022)

b. Kondisi fisik dan psikologis ibu

Kondisi fisik ibu setelah persalinan, seperti kelelahan, nyeri, atau komplikasi pascapartum dapat mempengaruhi kemampuan ibu untuk menyusui secara optimal. Demikian pula keadaan psikologis, termasuk stres, kecemasan, atau depresi postpartum, memengaruhi respons ibu terhadap bayi dan kemampuan untuk menyusui. Penelitian internasional menunjukkan bahwa stabilitas emosional ibu merupakan salah satu prediktor kuat dalam memulai dan mempertahankan pemberian ASI.

c. Paritas

Paritas ibu (primer atau multipara) memengaruhi pemberian ASI. Ibu multipara dengan pengalaman menyusui sebelumnya cenderung lebih percaya diri dan memahami teknik menyusui dibanding ibu primipara, yang sering mengalami tantangan awal. Hal ini juga berdampak terhadap kesiapan menghadapi proses menyusui pada bayi baru lahir. (Febrianti, 2024)

d. Pendidikan ibu

Tingkat pendidikan ibu merupakan salah satu faktor penting dalam pemberian ASI. Ibu dengan pendidikan lebih tinggi biasanya memiliki pemahaman lebih baik tentang manfaat ASI dan panduan kesehatan yang mereka terima selama kehamilan dan persalinan, sehingga lebih termotivasi untuk menyusui secara eksklusif. Hal ini juga tercatat dalam berbagai studi yang menunjukkan hubungan positif antara tingkat pendidikan ibu dan keberhasilan pemberian ASI. (Febrianti, 2024)

2. Faktor bayi

a. Refleks hisap bayi

Refleks hisap adalah kemampuan bayi untuk menyusu dari payudara ibu secara efektif sejak lahir. Bayi yang memiliki refleks hisap yang baik akan lebih cepat dapat mengambil ASI dan mempertahankan periode menyusui eksklusif. Refleks hisap awal juga membantu merangsang

produksi ASI lebih baik pada ibu karena mekanisme *supply and demand.* (serly sesilia, 2021)

b. Kondisi kesehatan bayi

Kondisi kesehatan bayi, terutama setelah lahir, seperti prematuritas, penyakit neonatal, atau gangguan pernapasan, dapat menghambat kemampuan bayi untuk menyusui secara langsung. Bayi yang membutuhkan perawatan intensif seringkali sulit menyusu sehingga mempengaruhi pemberian ASI secara dini. (serly sesilia, 2021)

3. Faktor Tenaga kesehatan

a. Dukungan bidan atau tenaga kesehatan

Tenaga kesehatan, khususnya bidan dan perawat, berperan penting dalam memberikan edukasi, dukungan teknik menyusui, serta motivasi bagi ibu selama proses persalinan dan pascapersalinan. Dukungan yang baik dari petugas kesehatan meningkatkan keberhasilan pemberian ASI sejak lahir. (Suryani, 2025)

b. Pelaksanaan IMD (Inisiasi Menyusu Dini)

Pelaksanaan IMD merupakan bagian dari praktik klinis yang signifikan dalam meningkatkan pemberian ASI awal karena membantu bayi segera mendapatkan kolostrum dan membangun hubungan menyusui yang kuat. Dukungan klinis terhadap pelaksanaan IMD juga mempengaruhi tingkat keberhasilan menyusui eksklusif. (Suryani, 2025)

c. Edukasi dan konseling ASI

Konseling laktasi yang diberikan oleh petugas kesehatan sebelum dan sesudah kelahiran sangat penting untuk meningkatkan pemahaman ibu tentang teknik menyusui, manfaat ASI eksklusif, serta solusi atas kendala menyusui. Konseling yang efektif terbukti mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI. (Suryani, 2025)

4. Faktor Lingkungan dan Sosial

a. Dukungan keluarga (suami & orang tua)

Dukungan keluarga secara emosional dan praktis sangat mempengaruhi keputusan ibu untuk memberikan ASI secara dini dan eksklusif. Keluarga yang memberikan dukungan positif seperti membantu

merawat bayi dan mengurangi beban ibu mendukung praktik menyusui. Hal ini juga terbukti sebagai salah satu faktor paling dominan dalam meningkatkan pemberian ASI terhadap bayi baru lahir. (Febrianti, 2024)

b. Budaya dan kepercayaan masyarakat

Budaya dan tradisi masyarakat mempengaruhi pola pemberian ASI. Norma budaya yang mendukung ASI eksklusif akan memperkuat praktik ibu menyusui, sedangkan tradisi memberikan prelaktal atau pandangan negatif terhadap kolostrum dapat menjadi hambatan pemberian ASI sejak lahir. (Febrianti, 2024)

c. Ketersediaan pelayaan kesehatan

Ketersediaan fasilitas kesehatan dan akses ke layanan kesehatan ibu dan anak memungkinkan ibu mendapatkan informasi, edukasi, dukungan teknis dalam menyusui, dan pemantauan kesehatan bayi baru lahir. Ketersediaan fasilitas yang memadai juga berkaitan dengan keberhasilan pemberian ASI sejak lahir. (Suryani, 2025)

F. Manfaat Menyusui

Pemberian ASI Eksklusif (ASI) memberikan banyak manfaat bagi ibu menyusui dan tumbuh kembang anak yang mendapat ASI sejak bayi. Seperti peningkatan antibodi, perlindungan dari infeksi, dan manfaat lainnya yang dapat mendukung perkembangan otak dan sistem kekebalan tubuh anak. (Khotimah, 2024)

a. Bagi Bayi

1. Air susu ibu memberikan nutrisi ideal untuk bayi. ASI memiliki campuran vitamin, protein, dan lemak yang hampir sempurna untuk memenuhi nutrisi yang dibutuhkan bayi untuk tumbuh. ASI lebih mudah dicerna daripada susu formula.
2. ASI mengandung kolostrum kaya antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan pembunuh kuman dalam jumlah besar. Menyusui menurunkan risiko asma atau alergi pada bayi. Selain itu, bayi yang disusui eksklusif selama 6 bulan pertama tanpa formula, mempunyai risiko infeksi telinga, penyakit pernapasan, dan diare lebih rendah.

3. Membantu ikatan batin ibu dengan bayi. Bayi yang sering berada dalam dekapan ibu karena menyusu akan merasakan kasih sayang ibunya; juga akan merasa aman dan tentram, terutama karena masih mendengar detak jantung yang telah dikenalnya sejak dalam kandungan.
4. Meningkatkan kecerdasan anak. ASI eksklusif selama 6 bulan akan menjamin tercapainya pengembangan potensi kecerdasan anak secara optimal. Hal ini karena ASI mengandung nutrien khusus yang diperlukan otak.
5. Bayi yang diberi ASI lebih berpotensi mendapatkan berat badan ideal.
6. Menyusui dapat mencegah sudden infant death syndrome (SIDS); juga diperkirakan dapat menurunkan risiko diabetes, obesitas, dan kanker tertentu. (Wijaya, 2019)

b. Bagi Ibu

Pemberian ASI pada dasarnya bermanfaat bagi Ibu. Ibu yang memberikan ASI akan mendapatkan keuntungan yang tidak didapatkan pada saat tidak memberikan ASI. Beberapa manfaat ASI buat bayi adalah: (Kurniawati, 2020)

1. Ungkapan Kasih Sayang

   Ibu yang memberikan ASI akan selalu melakukan sentuhan kulit atau kontak fisik degan bayinya. Ibu akan sering menatap, mengajak berbicara dan melihat perkembangan bayinya. Seringnya ibu berhubungan dengan bayinya maka ibu akan merasa semakin kasih sayang sehingga ikatan antara ibu dan bayi semakin kuat.
2. Mencegah Kanker

   Ibu yang menyusui akan terus mengeluarkan hormon oksitosin dan prolaktin. Hormon ini akan mencegah produksi hormon estrogen. Hormon estrogen merupakan hormon yang memicu kanker. Dengan menyusui maka ibu akan mencegah kanker.
3. Mencegah Kegemukan

   Ibu yang menyusui akan memecah lemak dan simpanan energi selama kehamilan untuk memproduksi ASI. Dengan pemberian ASI yang rutin

maka Ibu akan terus memecah simpanan energinya sehingga akan mengurangi kegemukan.

4. Mencegah Perdarahan

   Setelah Melahirkan Ibu yang memberikan ASI setelah melahirkan akan terhindar dari perdarahan. Hal ini dikarenakan ibu yang menyusui akan mengeluarkan zat yang disebut oksitosin. Zat ini akan membantu meningkatkan kontraksi uterus. Uterus yang berkontraksi dengan baik akan menyebabkan pembuluh darah yang terbuka karena proses melahirkan akan menutup sehingga tidak terjadi perdarahan.

5. Alat Kontrasepsi

   Menyusui merupakan salah satu cara untuk mencegah kehamilan. Pada ibu yang menyusui hormon estrogen tidak terbentuk sehingga ibu tidak kesuburan ibu akan tertunda. Hal ini menunjukan bahwa dengan menyusui maka ibu akan menjarangkan kehamilannya.

6. Aspek kesehatan yang Lainnya

   Pada ibu yang menyusi maka akan terjadi penundaan mentruasi dan berkurangnya perdarahan setelah melahirkan. Hal ini akan membantu ibu untuk mencegah anemia atau kekurangan zat besi. Selain itu menyusui juga mencegah terjadinga osteoporosis.

G. Karakteristik dan Komposisi Kolostrum pada Bayi Baru Lahir

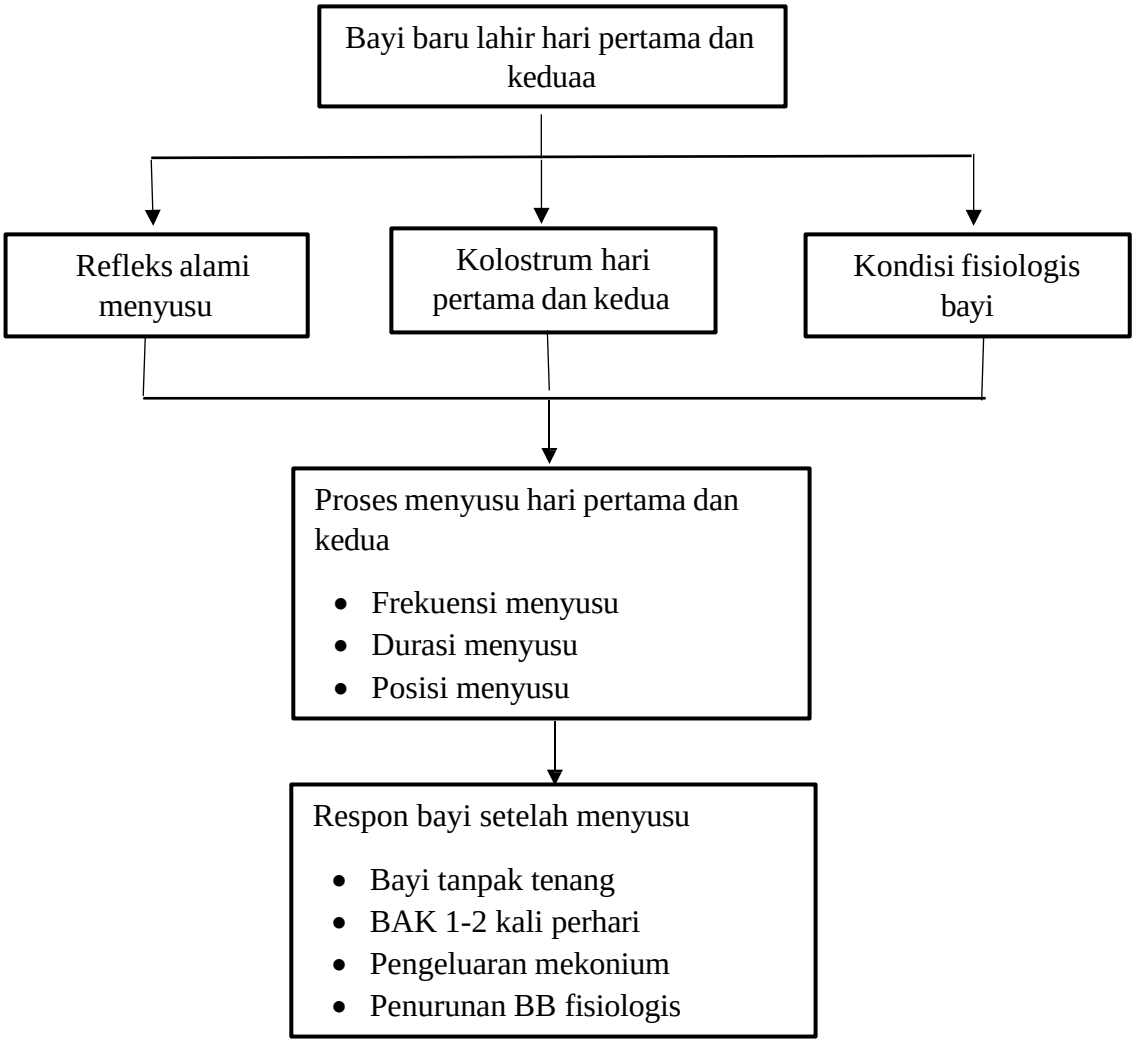
Kolostrum merupakan susu pertama keluar, berbentuk cairan kekuningan yang diproduksi beberapa hari setelah kelahiran dan berbeda dengan ASI transisi dan ASI matur. Kolostrum mengandung protein tinggi 8,5%, sedikit karbohidrat 3,5%, lemak 2,5%, garam dan mineral 0,4%, air 85,1%, dan vitamin larut lemak. Kolostrum memiliki karakteristik yang berbeda dibandingkan ASI pada fase selanjutnya, baik dari segi jumlah maupun komposisi zat gizinya. Kolostrum diproduksi dalam volume relatif kecil, namun jumlah tersebut telah sesuai dengan kapasitas lambung bayi baru lahir yang masih terbatas. (Karla Rio-Aige, 2021)

Manfaat kolostrum bagi bayi antara lain adalah meningkatkan daya tahan tubuh. Bayi yang diberikan kolostrum akan sehat dan tidak mudah sakit. Kolostrum akan mendukung kesehatan pencernaan bayi, karena kolostrum

akan menjadi lapisan tipis pada saluran cerna bayi. Kolostrum juga akan mencegah timbulnya penyakit kuning, yang umumnya karena adanya penumpukan bilirubin. Bayi yang diberikan kolostrum akan mengalami peningkatan berat badan dan perkembangan saraf otak yang baik dibandingkan dengan bayi yang diberikan susu formula. (Novansyah ukhron, 2022)

Kolostrum pada ibu biasanya keluar pada 24 jam pertama setelah melahirkan. Kolostrum ini adalah susu yang dianjurkan dikonsumsi bayi baru lahir selama sampai beberapa hari pertama kelahiran. Kolostrum atau susu ini mengandung zat-zat yang sangat dibutuhkan oleh bayi baru lahir untuk kehidupan bayi pada tahap awal kehidupannya. (Novansyah ukhron, 2022)

H. Kerangka Teori

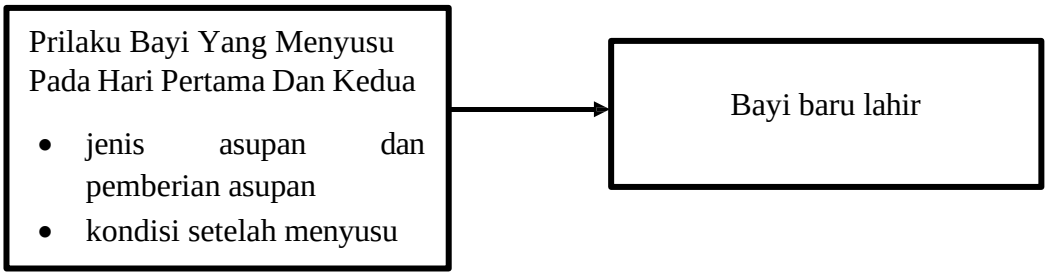


Sumber: Mufdlilah (2017)

Gambar 9. Kerangka Teori

I. Kerangka konsep

variabel independen *variabel dependen*



Gambar 10. Kerangka Konsep

J. Hipotesis

Tidak ada hipotesis dalam penelitian ini karena bersifat deskriptif, yang bertujuan untuk menggambarkan praktik bayi baru lahir yang menyusu pada hari pertama dan hari kedua kehidupan tanpa menguji hubungan antar variabel.