

BAB I

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) adalah emulsi protein, laktosa, dan lemak dalam larutan garam organik yang disekresikan oleh dua kelenjar payudara ibu dan sangat ideal untuk pertumbuhan bayi. ASI mengandung zat imun, zat anti infeksi, imunoglobulin A dan laktoferin (Mansyur, 2014). Menyusui bayi sejak lahir sampai bayi berusia 2 tahun. Pertumbuhan dan perkembangan bayi sangat ditentukan oleh jumlah ASI yang diperoleh, termasuk energi dan nutrisi lain yang terdapat dalam ASI. Oleh karena itu, ibu harus menyusui bayinya. Dokter setuju bahwa cara terbaik untuk mengenalkan makanan padat pada bayi adalah saat mereka berusia 2 tahun. Di tahun pertama diberi ASI eksklusif (Sitepoe 2013).

Menurut WHO, ASI eksklusif adalah ketika bayi hingga usia 6 bulan disusui tanpa tambahan cairan atau makanan lain. Pemberian ASI dapat dilakukan sampai anak berusia 2 tahun (Maritalia, 2019). Bayi yang disusui dengan ASI telah terbukti mencegah leukemia, mencegah diare, dan meningkatkan kekebalan. Jika susu formula lebih dari 50% rentan terkena diare. Selain itu, ASI tidak hanya memberikan kontribusi bagi kesehatan bayi, tetapi juga bermanfaat bagi kesehatan bayi. Pemberian susu formula juga sangat berbahaya dan berpotensi menimbulkan risiko kesehatan. Karena bayi di bawah usia 6 bulan diberi susu formula, mereka rentan terhadap berbagai penyakit seperti diare dan radang paru-paru. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan Dana Anak-anak Perserikatan Bangsa-Bangsa (UNICEF) telah merekomendasikan program pemberian ASI eksklusif untuk bayi. Hal ini sejalan dengan Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 50/Menkes/IV/2004 yang menyatakan bahwa ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi untuk mencapai tumbuh kembang yang optimal diberikan selama 6 bulan dan berlanjut sampai anak berusia 2 tahun. Ada peraturan pemerintah nomor 33 tentang menyusui (Kemenkes, 2015).

Menurut laporan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017, angka pemberian ASI eksklusif di Indonesia adalah 51%. Cakupan ASI Eksklusif di Jawa Tengah meningkat pada tahun 2019 dibandingkan tahun 2017, dari 5% menjadi 66%. Cakupan ASI Eksklusif di Surabaya pada tahun 2019 sebesar 79,6% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa, 2019). Angka pemberian ASI Eksklusif masih di bawah target nasional yaitu 80%, sehingga diupayakan peningkatan persentase ibu yang melakukan praktik pemberian ASI Eksklusif.

ASI Eksklusif dapat membantu bayi bertahan hidup dan membangun antibodi untuk melindungi dari berbagai penyakit seperti diare dan pneumonia. Bukti juga menunjukkan bahwa bayi yang disusui secara eksklusif berkinerja lebih baik. Peningkatan jumlah ibu yang menyusui di seluruh dunia berpotensi menyelamatkan nyawa lebih dari 820.000 anak di bawah usia 5 tahun dan dapat mencegah tambahan 20.000 kasus kanker payudara pada wanita setiap tahun.

Di Indonesia, hanya 1 bayi dari 2 bayi di bawah 6 bulan yang disusui secara eksklusif dan hanya lebih dari 5% yang disusui setelah 23 bulan. Artinya, separuh anak Indonesia tidak mendapatkan nutrisi yang dibutuhkan selama dua tahun pertama kehidupannya. Lebih dari 40% bayi diperkenalkan makanan pendamping ASI terlalu dini, yaitu sebelum usia 6 bulan, dan makanan yang diberikan seringkali tidak memenuhi kebutuhan gizi bayi.

Penilaian gizi adalah keadaan tubuh yang merupakan hasil akhir dari keseimbangan antara zat gizi yang masuk ke dalam tubuh dan fungsinya. Zat gizi makro dalam ASI adalah karbohidrat, lemak, dan protein. Komponen karbohidrat ASI berupa gula laktosa. Laktosa di usus halus dipecah oleh enzim laktase menjadi glukosa dan galaktosa. Enzim laktase yang diproduksi di usus halus anak terkadang tidak mencukupi, namun dengan menyusui, kebutuhan enzim laktase dapat dipenuhi dengan memenuhi kebutuhan sebesar 7,2 gram. Kandungan protein dalam 0,9 g ASI mengandung asam

amino yang berperan dalam tumbuh kembang bayi. Mereka digunakan untuk memenuhi kebutuhan energi anak. Kadar lemak dalam ASI yaitu 3,2-3,7 g/dL dan perkiraan energi yang dihasilkan berkisar 65–70 kcal/dL sehingga terdapat korelasi yang cukup tinggi antara energi yang diperlukan bayi dengan lemak yang dihasilkan pada ASI.

Laktogonum adalah obat atau zat yang dipercaya dapat membantu meningkatkan produksi ASI. Produksi ASI yang rendah merupakan alasan ibu untuk berhenti menyusui sehingga ibu berusaha mencari obat untuk mengatasi masalah ini. Jinten Hitam adalah laktogonum alami untuk memperlancar ASI sebagai pilihan alternatif. Menyusui bayi secara teratur dapat merangsang produksi ASI. Bayi baru lahir biasanya minum ASI hingga kurang lebih 12 kali dalam sehari. Untuk mencukupi nutrisi bayi berikan setiap 2-3 jam bahkan pada saat bayi masih tertidur. Ada beberapa makanan dan buah untuk memperlancar ASI yaitu kacang-kacangan, sayur bayam, daun katuk, makanan kaya lemak, pepaya dan juga jinten hitam. Ekstrak jinten hitam dapat memperlancar ASI. Jadi bagi ibu yang baru saja melahirkan dapat di anjurkan untuk meminum ekstrak jinten hitam supaya ASI yang diberikan untuk bayinya dapat keluar semakin banyak. Jenis tanaman ini disebut sebagai tanaman obat dalam perkembangan islam (Trubus, 2012).

Jinten Hitam dapat memperlancar ASI, hal ini dikarenakan jinten hitam mengandung unsur lipid dan hormon dimana senyawa aktif berperan dalam proses produksi ASI. Kandungan polifenol dalam jinten hitam juga dapat meningkatkan kadar prolaktin dan oksitosin yang telah terbukti di buku penelitian yang berjudul *Uses of Nigella Sativa (Ranunculaceae)* (Amalina, dan Hari, 2016).

Dalam penelitian ini dosis ekstrak jinten hitam yaitu 500 mg frekuensi 1X1 sehari 1 kapsul sebelum tidur selama 14 hari, Kriteria ibu menyusui yang tidak dapat minum ekstraksi jinten hitam :

1. ibu yang menderita gangguan pendarahan
2. ibu yang menderita diabetes
3. ibu yang menderita tekanan darah rendah
4. ibu yang baru saja menjalani operasi

(Ritonga, 2017)