

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Air susu ibu (ASI) adalah susu yang diproduksi oleh ibu untuk konsumsi bayi dan merupakan sumber gizi utama bayi yang belum dapat mencerna makanan padat. ASI eksklusif didefinisikan sebagai pemberian ASI kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin, dan mineral).<sup>1</sup> *World Health Organization* (WHO) 2023 melaporkan bahwa secara global, persentase bayi di bawah usia enam bulan yang diberi ASI eksklusif telah mencapai 48%, hampir mencapai target tahun 2025 yaitu sebesar 50%. Tingkat pemberian ASI eksklusif tahun 2023 mengalami peningkatan 10% dari satu dekade sebelumnya.<sup>2</sup> Berdasarkan data Profil Kesehatan Indonesia 2022, cakupan bayi berusia 6 bulan yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia tahun 2022 yaitu sebesar 61,5%. Capaian tersebut telah mencapai target program tahun 2022 yaitu 45%.<sup>3</sup> Menurut data Profil Kesehatan Provinsi Jambi 2022, persentase bayi dibawah enam bulan yang mendapatkan ASI eksklusif di Provinsi Jambi sebesar 27,4%. Hal ini menunjukkan persentase cakupan bayi yang mendapat ASI eksklusif di Provinsi Jambi belum mencapai target program tahun 2022 yaitu 50%.<sup>1</sup>

Selama kehamilan, terjadi penambahan berat badan karena perubahan komposisi tubuh ibu. Terjadi peningkatan penyimpanan lemak di beberapa bagian tubuh seperti jaringan lemak subkutan di perut, punggung, dan paha atas. Penyimpanan lemak ini berfungsi sebagai cadangan energi bagi ibu hamil dan menyusui.<sup>4</sup> Pemberian ASI memengaruhi komposisi tubuh serta berat badan ibu setelah melahirkan. Saat menyusui, ibu memerlukan energi tambahan yang signifikan untuk memproduksi ASI, sekitar 500-650 kkal/hari. Energi ini diperoleh dari cadangan lemak yang terakumulasi selama kehamilan, sehingga menyebabkan terjadinya pengurangan cadangan lemak untuk mendukung produksi ASI. Selain menurunkan berat badan, energi ini juga menyebabkan

perubahan pada komposisi tubuh ibu yang dapat dilihat dari jumlah cairan tubuh total, massa lemak tubuh dan massa bebas lemak.<sup>5</sup>

Menurut Khasanah dkk (2019) terdapat korelasi signifikan antara memberikan ASI dan perubahan persentase lemak tubuh pada ibu yang sedang menyusui. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang memberikan ASI secara eksklusif memiliki penurunan persentase lemak tubuh sebesar 16,8%, berbeda dengan mereka yang memberikan ASI secara tidak eksklusif.<sup>6</sup> Berdasarkan penelitian yang dilakukan Guzmán-Mercado dkk (2021) mengamati kecenderungan massa otot yang lebih rendah pada kelompok ibu yang memberikan ASI secara eksklusif dibandingkan dengan kelompok yang tidak memberikan ASI secara eksklusif dan kelompok yang memberikan susu formula. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa massa lemak dan persentase lemak juga lebih rendah pada ibu yang memberikan ASI eksklusif dibandingkan dengan ibu yang tidak memberikan ASI secara eksklusif dan yang memberikan susu formula.<sup>7</sup> Berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan Mullaney dkk (2016), didapatkan bahwa ibu yang memberikan ASI eksklusif memiliki peningkatan massa lemak dan persentase lemak tubuh yang lebih besar dibandingkan dengan wanita yang memberikan susu formula.<sup>8</sup>

Berdasarkan paparan diatas bahwa masih adanya perbedaan penelitian tentang hubungan pemberian ASI dengan komposisi tubuh dan belum adanya penelitian yang membandingkan komposisi tubuh pada ibu menyusui ASI eksklusif dan tidak eksklusif di Kota Jambi, membuat peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui perbandingan komposisi tubuh pada ibu menyusui ASI eksklusif dan tidak eksklusif.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Adapun rumusan masalah yang akan diteliti dari penelitian ini adalah “Bagaimana perbandingan komposisi tubuh pada ibu menyusui ASI eksklusif dan tidak eksklusif ?”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui perbandingan komposisi tubuh pada ibu menyusui ASI eksklusif dan tidak eksklusif.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah

1. Mengetahui gambaran karakteristik subjek penelitian berdasarkan usia, pekerjaan, pendidikan, dan jumlah paritas.
2. Mengetahui gambaran komposisi tubuh (massa lemak dan massa otot) pada subjek penelitian.
3. Mengetahui perbandingan komposisi tubuh pada subjek penelitian yang menyusui secara eksklusif dan tidak secara eksklusif.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat bagi Masyarakat**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi masyarakat umum tentang perbandingan komposisi tubuh pada ibu menyusui ASI eksklusif dan tidak eksklusif.

#### **1.4.2 Manfaat bagi Instansi Pendidikan**

Dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya berdasarkan perkembangan ilmu pengetahuan.

#### **1.4.3 Manfaat bagi Peneliti**

Mengaplikasikan ilmu pengetahuan dan menambah wawasan peneliti mengenai perbandingan komposisi tubuh pada ibu menyusui ASI eksklusif dan tidak eksklusif.