

BAB III

TINJAUAN KESEHATAN TENTANG RADA'AH

A. Kandungan ASI

ASI adalah susu yang diproduksi seorang Ibu untuk konsumsi bayi dan merupakan sumber gizi utama bayi yang belum bisa mencerna makanan padat. ASI diproduksi di *alveoli* karena pengaruh hormon *prolactin* dan *oxytocin* setelah kelahiran bayi.¹

Kandungan ASI yang banyak tersebut sangat dibutuhkan oleh kondisi bayi yang masih lemah dan system pencernaan yang masih belum sempurna. Uniknya kandungan nutrisi yang sangat banyak mudah dicerna dan diserap oleh pencernaan bayi.

Air Susu Ibu mengandung banyak zat serta vitamin yang beraneka ragam tidak bisa terkalahkan oleh susu formula apapun, karena ASI memiliki zat penting yang sangat dibutuhkan oleh bayi dan dalam komposisi yang pas.

Maka dari itu WHO merekomendasikan langkah langkah pencapaian ASI eksklusif, diantaranya:²

1. Menyusui satu jam setelah proses persalinan.
2. Menyusui secara eksklusif, hanya ASI tidak memberikan makanan atau minuman kepada bayi.
3. Menyusui kapan pun bayi meminta, sesering bayi mau baik siang atau malam

¹ Ade Benih Nirwana, ASI dan Susu Formula, (Yogyakarta; Nuha Medika, 2014), p.101

² Ade Benih Nirwana, ASI dan Susu Formula,..... p.103

4. Tidak menggunakan botol atau empeng

ASI Eksklusif bermanfaat pula bagi Ibu untuk menambah kembali kesuburan setelah melahirkan sehingga memberikan jarak antar anak lebih panjang dan untuk menunda kehamilan berikutnya. Sedangkan ASI diantaranya melindungi bayi dari infeksi *gastrointestinal* melindungi anak dari penyakit kronis, serta meningkatkan perkembangan otak serta dapat mengurangi terjadinya diabetes yang tinggi serta obesitas pada bayi.

Adapun kandungan hebat yang ada dalam ASI adalah:

1. LPUFAs (*Long Chain Polyunsaturated Fatty*)

LPUFAs mengandung fungsi mental penglihatan dan perkembangan psikomotorik bayi. Didalam nya terdapat dua komponen, yaitu *asam arakkhidonat* dan *asam dokosaheksonat*, merupakan komponen dasar kortek dan ARA (*Arachidonic Acid*) yang berperan penting dalam proses tumbuh kembang otak. Menurut studi selama 17 tahun pada tahun 1025 anak yang mengkonsumsi ASI terdapat peringkat IQ dan keterampilan. Hal ini mengindikasikan bahwa peningkatan kemampuan reflek kognitif merupakan efek dari LPUFAs pada masa perkembangan saraf bayi.

2. Zat Besi

ASI terdapat sedikit Zat Besi (0,5-1,0 mg/liter), namun bayi yang menyusu ASI tidak akan kekurangan Zat Besi (*Anemia*). Hal ini dikarenakan Zat Besi yang terkandung dalam ASI mudah dicerna oleh bayi. Zat Besi yang dibutuhkan oleh bayi untuk memproduksi hemoglobin, bagian dari sel sel darah merah yang membawa oksigen ke seluruh tubuh, Zat Besi esensial untuk tumbuh kembang otak bayi.

3. Mineral

Mineral ASI lebih sedikit dibanding dengan susu sapi. Bahkan mineral susu sapi empat kali lebih banyak daripada ASI. Namun jika bayi mengkonsumsi susu sapi maka ginjal sang bayi akan semakin bekerja keras.

4. Sodium

Ternyata jumlah Sodium ASI sangat cocok untuk bayi. Sodium yang terdapat pada susu sapi lebih rendah daripada ASI setelah mendapatkan proses modifikasi menjadi susu formula.

5. Kalsium, Fosfor dan Magnesium

Pada susu botol atau susu formula memang lebih banyak dibanding dengan susu ASI. Namun setelah Kalsium, Fosfor dan Magnesium menjadi susu formula maka akan semakin menyusut atau berkurang. Oleh karenanya, walaupun zat tersebut hanya sedikit yang terkandung dalam ASI namun harus tetap diberikan secara eksklusif yaitu selama enam bulan.

6. *Taurin*

Membantu perkembangan mata si kecil. Pada mata, taurin terdapat banyak pada retina, terutama terkonsentrasi pada *epitel pigmen* retina dan lapisan *fotoreseptor*. Asupan taurin yang kuat dapat menjaga penglihatan si kecil dari gangguan retina. Selain itu, berfungsi sebagai perkembangan otak dan system saraf.

7. *Lactobacilius*

Lactobacilius berfungsi sebagai penghambat pertumbuhan microorganism seperti bakteri E.Coli yang sering menyebabkan diare pada bayi. Bayi yang lebih banyak mengkonsumsi susu formula akan lebih sering diare karena didalam susu formula hanya sedikit *Lactobaciliusnya*.

8. Mengandung air

Sebagian besar ASI mengandung air. Untuk itu, jika Ibu ingin ASInya selalu produktif maka ia harus sering minum air putih. Susu mengandung 87,4% air. Ini adalah kadar tepat yang menjadikan unsur lainnya berbentuk lendir seperti protein atau berbentuk gumpalan gumpalan seperti lemak atau berbentuk larutan seperti garam laktosa. Dalam aktivitas enzim berlangsung dalam cairan sementara proses pembentukan susu tidak mungkin terjadi, kecuali dalam bentuk cairan. Allah Swt berfirman QS.Al-Anbiya;30

أُولَٰئِكَ الَّذِينَ كَفَرُوا أَنَّا السَّمٰوٰتِ وَالْأَرْضَ كَانَتَا رَتْقًا فَفَتَقْنَاهُمَا^ط
 وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَآءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ أَفَلَا يُؤْمِنُونَ^ط

*“Dan Apakah orang-orang yang kafir tidak mengetahui bahwasanya langit dan bumi itu keduanya dahulu adalah suatu yang padu, kemudian Kami pisahkan antara keduanya. dan dari air Kami jadikan segala sesuatu yang hidup. Maka Mengapakah mereka tiada juga beriman”?*³

9. ASI mengandung Antibody

Pengertian ASI mengandung Antibodi adalah Antibodi yang berasal dari tubuh seorang Ibu yang menyusui. Antibodi tersebut akan membantu bayi menjadi tahan terhadap penyakit, selain itu dapat meningkatkan kekebalan tubuh bayi. Karena ASI memiliki kandungan zat yang optimal. ASI juga mempunyai system pembentukan imun dan kekebalan tubuh yang sangat baik untuk bayi, hal ini membuat bayi jarang sakit.

10. ASI yang mengandung Kolostrum

Kolostrum adalah cairan yang keluar dari payudara seorang Ibu yang baru saja melahirkan. Kolostrum atau Jolong banyak mengandung Imunoglobulin IgA yang baik untuk pertahanan tubuh bayi yang melawan penyakit. Karena kolostrum yang pertama keluar dari Ibu mengandung 1-3 juta Leukosit (sel darah putih) dalam 1 ml ASI.

11. Sel Makrofag

Sel Makrofag dalam ASI merupakan sel fagosit aktif sehingga dapat menghambat multiplikasi bakteri pada infeksi usus. Selain sel Fagositiknya, sel Makrofag juga memproduksi lasozim, C3,

³ Majelis Ulama Indonesia, *Alquran Mushaf AlBantani*, (Serang; Lembaga Percetakan Kementerian Agama RI, 2012), p.324

dan C4, Laktoferin, monokin, serta enzim lain nya. Makrofag dapat mencegah Enterokolitis Nekrotikans pada bayi dengan menggunakan Enzim yang diproduksinya.

12. Sel Neutrofil

Sel ini berfungsi sebagai alat transportasi igA ke bayi. Sel Neutrofil adalah sel yang teraktivasi. Peran Neutrofil ASI pada pertahanan bayi tidak banyak, respon kemataktinya rendah. Antioksidan dalam ASI menghambat aktivitas enzimatik dan metabolic oksidatif neutrophil. Diperkirakan perannya adalah peran pertahanan jaringan payudara Ibu agar tidak terjadi infeksi pada permulaan laktasi.

13. Lisozim

Lisozim diproduksi Makrofag, Neutrophil dan Epitel payudara melisiskan dinding sel bakteri. Kadar Lisozim dengan ASI adalah 0,1 mg/ml yang bertahan sampai tahun kedua laktasi, bahkan sampai peyapihan. Dibanding dengan susu Formula ASI mengandung 300 lebih banyak lisozim persatuan volume.

14. Laktoferin

Diproduksi dari makrofag, neutrophil, dan epitel kelenjar payudara yang bersifat bakterioistik, dapat menghambat bakteri. Karena merupakan glikoperin yang dapat mengikat besi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan sebagian besar aerobic seperti stafilokokus dan E.Coli.

15. Protein

Protein dalam ASI dapat mengikat vitamin B12 sehingga dapat mengontrol flora usus secara kompetitif. Pengikatan protein oleh vitamin B12 yang mengakibatkan kurangnya sel vitamin B12 yang dibutuhkan oleh bakteri patogen untuk pertumbuhannya. Secara sederhana protein dalam kandungan ASI seimbang dengan kebutuhan bayi, memiliki ukuran molekul yang kecil sehingga mudah dicerna oleh bayi. Protein yang berfungsi sebagai pertumbuhan dan perkembangan sistem kekebalan tubuh dan untuk pertumbuhan otak serta menyempurnakan fungsi pencernaan sehingga dapat melindungi bayi dari bakteri yang menyebabkan infeksi.

16. Antioksidan dalam ASI

17. Antistafiloko

Salah satu bentuk ketahanan terhadap infeksi stafilokokus. Antistafilokok menyerupai ganglisoid dapat menghambat E.Coli dan mengikat toksin kolera dan endotoksin yang menyebabkan diare.

18. Limfosit T

80% dari sel limfosit yang terdapat dalam ASI dan mempunyai fenotip CD4 dan CD8 dalam jumlah yang sama. Sel limfosit T ASI responsif terhadap antigen K1 yang ada pada kapsul E.coli tetapi tidak responsif terhadap candida albicans. Sel limfosit T ASI merupakan subpopulasi T unik yang berfungsi untuk memenuhi kebutuhan sistem imun lokal. Sel T ASI juga dapat

mentransfer imunitas seluler tuberculin dari Ibu ke bayi yang disusunya.

19. Sel limfosit B di lamina Propria payudara

Sel limfosit B akan memproduksi IgA1 yang disekresi berupa sIgA. Komponen sekret pada sIgA berfungsi untuk melindungi molekul IgA dan enzim proteolitik seperti tripsin, pepsin dan pH setempat tidak mengalami degradasi. Kadar sIgA dalam ASI berkisar antara 5,0-7,5 mg/dl. Pada 4 bulan pertama bayi yang mendapat ASI eksklusif akan mendapat 0,5 g sIgA/hari atau sekitar 75-100 mg/kg BB/hari. Angka ini lebih besar dari antibody IgG yang diberikan sebagai pencegahan dari penderita hipogamaglobulin sel.

20. SigA

Mengandung aktivitas antibody terhadap virus polio, rotavirus, echo, *coxsackie*, influenza, *haemophilus influenza*, virus/respiratori *sinsisial (RSV)*, *streptococcus pneumoniae*, antigen O, *E.coli*, *klebsiela*, *shigeka*, *salmonella*, *kampilobakter*, *enteterotoksin* yang dikeluarkan oleh *vibrio cholera*, *E. Coli* serta *giardia lamblia* juga terdapat protein makanan seperti susu sapi dan kedelai tergantung sesuai dengan asupan gizi Ibu. Fungsi utama SigA adalah mencegah melekatnya kuman pathogen pada dinding mukosa usus halus dan menghambat proliferasi kuman didalam usus.

21. Immunoglobulin

Imunoglobulin ASI tidak diabsorpsi bayi tetapi berperan memperkuat system imun lokal usus. ASI dapat meningkatkan sIgA pada mukosa traktus respiratorius dan kelenjar saliva bayi pada 4 hari pertama kehidupan. Ini dikarenakan faktor dalam kolostrum yang merangsang perkembangan system imun local bayi.

22. Immunoglobulin A(IgA)

Terdapat pada kolostrum ASI berwarna kekuningan yang keluar pertama dari payudara. Zat ini melindungi bayi dari serangan infeksi. IgA melapisi saluran cerna agar kuman tidak masuk kedalam aliran darah yang akan melindungi bayi sehingga system kekebalan tubuh berfungsi dengan baik.

23. Gangliosida(GA)

Berperan dalam pembentukan memori dan fungsi otak besar serta sebagai alat konektivitas sel otak bayi. GA sangat penting bagi tumbuh kembang anak ketika lahir, bayi memiliki 100 miliar sel otak yang belum terhubung dengan GA diperlukan untuk menghubungkan sel sel otak tersebut.

24. Lemak

Lemak terdiri dari beberapa jenis, namun yang paling esensial adalah asam lemak yang merupakan komponen dari semua jaringan tubuh dan diperlukan untuk perkembangan jaringan sel, otak, retina, dan susunan saraf. ASI mengandung asam lemak tidak jenuh ganda berantai panjang yang terdiri dari DHA, LA, ALA, AA.

Lemak merupakan sumber kalori atau energi utama yang terdapat dalam ASI. Kadar lemak ASI berubah-ubah secara otomatis sesuai dengan kebutuhan bayi dari hari ke hari. Lemak dapat dicerna, diolah, dan diserap baik karena dalam ASI sekaligus enzim lipase yang bertugas membantu proses metabolisme lemak. Ada sekitar 200 jenis asam lemak, yakni 80% asam lemak tak jenuh ganda, antara lain asam linoleat omega 3, EPA, DHA serta asam linoleat omega 6 ARA yang berperan penting dalam tumbuh kembang otak, pertumbuhan sel sel otak, mielinisasi jaringan saraf, serta ketajaman penglihatan.

Jauh sebelum berkembangnya ilmu kedokteran Nabi Muhammad Saw telah mengatakan bahwa salah satu kandungan susu terdapat lemak didalamnya, sabda Nabi Muhammad Saw;⁴

حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ بُكَيْرٍ وَفُتَيْبَةُ قَالََا حَدَّثَنَا اللَّيْثُ عَنْ عُقَيْلٍ عَنْ ابْنِ شِهَابٍ
عَنْ عُبَيْدِ اللَّهِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُثْمَانَ عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ
عَلَيْهِ وَسَلَّمَ شَرِبَ لَبَنًا فَمَضْمَضَ وَقَالَ إِنَّ لَهُ دَسْمًا تَابَعَهُ يُونُسُ وَصَالِحُ بْنُ
كَيْسَانَ عَنِ الرَّهْرِيِّ

(BUKHARI - 211) : Telah menceritakan kepada kami Yahya bin Bukair dan Qutaibah keduanya berkata, telah menceritakan kepada kami Al Laits dari 'Uqail dari Ibnu Syihab dari 'Abdullah bin 'Abdullah bin 'Utba dari Ibnu 'Abbas, bahwa Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam minum susu kemudian berkumur-kumur, beliau lalu bersabda: "Sesungguhnya susu mengandung lemak." Hadits

⁴Bukhari, *Ensiklopedia Hadits*, Wudhu “Apakah berkumur kumur setelah meminum susu?”, No.211, terj: Masyar dan M.Suhadi, (Jakarta: Al Mahira, 2011), Vol.1, p.54.

ini dikuatkan oleh Yunus dan Shalih bin Kaisan dari Az Zuhri.

25. Vitamin dan mineral

ASI mengandung banyak vitamin dan mineral penting yang dibutuhkan oleh bayi. Zat mikro penting itu di antaranya adalah vitamin A,C,D, dan K. Adapun vitamin D akan membantu bayi menggunakan kalsium dari ASI untuk tumbuh kembang tulang. Vitamin K diperlukan untuk proses pembekuan darah. Semua vitamin tersebut terdapat pada ASI dan semuanya dalam jumlah yang cukup dan mudah diserap.

B. Perbandingan kandungan ASI dan susu formula

Firman Allah Swt Surat An-Nahl/16:66

وَإِنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً ۖ نُسْقِيكُمْ مِمَّا فِي بُطُونِهِمْ مِنْ بَيْنِ فَرْثٍ وَدَمٍ لَبَنًا خَالِصًا سَائِغًا لِلشَّارِبِينَ ﴿٦٦﴾

Dan Sesungguhnya pada binatang ternak itu benar-benar terdapat pelajaran bagi kamu. Kami memberimu minum dari pada apa yang berada dalam perutnya (berupa) susu yang bersih antara tahi dan darah, yang mudah ditelan bagi orang-orang yang meminumnya⁵.

Dua pertiga perempuan di Inggris menyusui bayi mereka, tetapi banyak yang menyerah dalam seminggu pertama. saat bayi mereka berusia 6 minggu, lebih dari 50% telah berhenti. Ada banyak alasan

⁵ Majelis Ulama Indonesia, *Alquran Mushaf AlBantani*, , p.274.

mereka berhenti beralih dari ASI ke susu formula. Menyusui membutuhkan kesabaran, ketekunan, dan dukungan dari orang-orang di sekitar bahkan pola makan Ibu menyusui diatur sedemikian baik agar ASI menghasilkan banyak.

Susu yang sangat steril adalah susu yang berasal dari kelenjar susu dan langsung diisap oleh anak bayi, namun apabila susu sudah terkena udara, susu tidak bisa dijamin kesterilannya. Adapun susu yang baik meliputi banyak faktor diantaranya adalah warna, rasa, bau, berat jenis, kekentalan, titik beku, titik didih dan tingkat keasaman.

Susu formula berasal dari susu sapi, seperti yang kita tahu bahwa pada umumnya susu formula yang beredar di pasaran merupakan jenis susu yang berasal dari susu sapi.⁶ Susu formula saat ini adalah susu formula dengan nutrisi yang diserupakan dengan kandungan Air Susu Ibu (ASI).

Bayi dibawah setahun membutuhkan susu formula, bukan susu sapi yang mengandung banyak protein dan natrium yang tidak dibutuhkan bayi. Protein yang berlebihan dapat mengubah susunan kimia dalam tubuh bayi dan menyebabkan kelesuan. Terlalu banyak natrium membuat ginjal bayi bekerja lebih keras sehingga mengakibatkan susah untuk dicerna dibanding dengan susu manusia dan lebih mudah mengalami sembelit atau gangguan usus (*kolik*) daripada bayi yang diberi Air Susu Ibu.⁷

⁶ Ade Benih Nirwana, *ASI dan Susu Formula*, , p.7

⁷ Connie Marshall, R.N, *Awal Menjadi Ibu; Petunjuk Lengkap Calon Ibu*, terj: Joko Suyono. (Jakarta: Arcan, 2000), p. 65.

Kandungan ASI begitu luar biasa, maka tidak salah jika ASI dianggap sebagai air ajaib anugerah illahi Rabbi. Karena sudah menjadi karunia tuhan maka ASI adalah asupan gizi yang luar biasa baik untuk bayi.

Perbandingan zat zat yang ada didalam ASI dan susu formula, sebagai berikut:⁸

Nutrisi	ASI	Susu Formula	Keterangan
Lemak	<p>Mengandung faktor pembentuk sel otak dan terutama DNA dan AA.</p> <p>Secara otomatis zat gizi didalamnya berubah sesuai masa kehamilan, cara menyusui, dan usia bayi</p> <p>Mengandung kadar kolestrol yang lebih tinggi</p> <p>Hampir seluruh</p>	<p>Baru</p> <p>belakang ini sejumlah produsen menambahkan DNA dan AA.</p> <p>Tidak dapat berubah otomatis sesuai masa kehamilan, cara menyusui dan usia bayi</p> <p>Kadar</p>	<p>Lemak</p> <p>merupakan zat paling penting yang ada didalam ASI, lemak dan tubuh bayi</p>

⁸ Ade Benih Nirwana, ASI dan Susu Formula,....., p.144-146.

	zat dapat diserap oleh tubuh bayi	kolestrol tidak setinggi ASI Tidak seluruh zat dapat diserap oleh tubuh	
Protein	Mengandung Whey yang lunak dan mudah dicerna oleh system pencernaan bayi. Protein lebih mudah diserap secara keseluruhan. Mengandung Laktoferin untuk kesehatan usus bayi. Mengandung lisozim zat antimikroba. Kaya kandungan	Mengandung gumpalan protein yang sulit dicerna oleh system pencernaan bayi. Hanya sedikit protein dan lebih banyak sampah yang dihasilkan serta membuat ginjal bayi harus bekerja keras. Tidak	System pencernaan bayi maupun tubuh bayi tidak alergi terhadap protein yang dihasilkan atau berasal dari tubuh manusia

	protein pembangunan otak dan tubuh	mengandung laktoferin walaupun ada sangat sedikit kadarnya. Tidak mengandung lisozim Sangat rendah protein	
Karbohidrat	Kaya kandungan laktosa Kaya kandungan oligosakarida yang berfungsi untuk menjaga kondisi usus halus	Tidak mengandung laktosa Sangat sedikit kandungan oligosakarida	Laktosa merupakan salah satu jenis karbohidrat yang penting bagi perkembangan otak
Antibody	Kaya kandungan sel darah putih dalam jumlah jutaan setiap kali menyusui. Kaya kandungan	Tidak ada sel darah putih hidup. Hanya sedikit kandungan imunoglobulin,	Apabila si Ibu diserang sejenis kuman penyakit, tubuhnya akan membentuk

	imunoglobulin	sebagian besar merupakan jenis untuk anak sapi	antibody untuk melawannya dan antibody itu akan diberikan melalui air susunya.
Vitamin dan mineral	Lebih mudah diserap bayi, khususnya zat besi(Fe), seng (Zn), dan kalsium(Ca) Zat besi yang dapat diserap sekitar 50-75% Mengandung selenium yang banyak sejenis oksidan	Susah diserap oleh pencernaan bayi. Hanya dapat diserap sekitar 5-10%. Kandungan sileniumnya jauh lebih rendah	Vitamin dan mineral dalam ASI banyak diserap tubuh bayi, sementara pada susu formula semakin banyak vitamin dan mineral, justru semakin sudah dicerna
Rasa	Bervariasi sesuai jenis senyawa atau zat yang terkandung	Rasa sama dari waktu ke waktu	Dengan meminum ASI yang bervariasi

	<p>didalam makanan dan minuman yang dikonsumsi Ibu</p>		<p>rasanya sesuai dengan apa yang dikonsumsi Ibu bayi secara bertahap diperkenalkan pada menu keluarga</p>
--	--	--	--

Selain tabel diatas, dibawah ini merupakan manfaat ASI sehingga sangat penting untuk diberikan kepada bayi:

1. ASI lebih efisien dan murah, karena tidak perlu membeli, menyeduh dsbg.
2. ASI Eksklusif berdampak mencegah hamil sehingga sebagai wadah untuk program keluarga berencana yang alami dan efektif sebagai penunda kehamilan
3. Selama pemberian ASI ibu tidak akan mengalami mentruasi dan ini akan mengurangi resiko Anemia pada Ibu menurut *institute of medicine* tahun 1991, 'jumlah zat yang digunakan tubuh untuk menyusui lebih sedikit dibandingkan ketika tubuh mengalami mentruasi.

4. Bayi yang diberi susu Formula 4 kali beresiko lebih tinggi terkena demam, bronchitis, pneumonia, dan gangguan pernapasan lainnya sehingga 10 kali lebih sering masuk dirawat karena infeksi.
5. Susu formula banyak mengandung logam-logam berat seperti merkuri dan timah, 20% air pencampuran susu di Amerika Serikat terkontaminasi oleh timah, dan jika air-air direbus untuk mensterikan botol susu ini akan mengikat timah menyebabkan kerusakan otak, saraf, gagal ginjal.
6. Susu formula mengandung *phthalates* (*sebuah zat kimia yang digunakan dalam industry plastic*) jika dikonsumsi akan mengakibatkan kemandulan, liver, dan zat kimia ini bersifat karsinogenik (mengandung radiasi yang menyebabkan berbagai macam kanker).

C. Manfaat ASI

Menurut ahli psikolog, pemberian ASI sebanding lurus dengan karakter positif anak. Semakin intensif pemberian ASI, karakter positif anak akan semakin berkembang dan dominan. Dan sebaliknya anak yang kurang dalam pemberian ASI akan berkarakter lemah.⁹ Adapun manfaat secara psikolog yang didapat dari menyusui bayi dengan ASI, diantaranya:

1. Mencegah depresi anak saat dewasa, penelitian terbaru mengatakan bahwa anak yang mendapatkan ASI saat bayinya berisiko lebih rendah mengalami rendah mengalami depresi. Karena menurut peneliti Jerman, menyusui mengidentifikasi

⁹ Ria Riksani, *Keajaiban ASI*, (Jakarta: Dunia Sehat, 2012), p.38.

kualitas hubungan Ibu-bayi dan aspek lain yang melindungi anak dari depresi.¹⁰

2. Mencegah gangguan mental dan perilaku. Menurut Survey Nasional Data Kesehatan dinyatakan anak-anak yang kurang mendapatkan susuan didiagnosis sebagai anak yang tidak peduli dengan perilakunya dirinya.
3. ASI menambah rasa nyaman. Hormon yang terdapat dalam ASI menciptakan rasa kantuk dan nyaman. Hal ini yang membantu bayi sedang tumbuh gigi dan tertidur setelah makan.
4. Psikolog, menyusui secara psikologis baik bagi bayi dan sang Ibu, karena hal itu bisa meningkatkan ikatan Ibu dan anak. Manfaat psikologisnya adalah anak tetap mendapatkan kehangatan dan keamanan dan dekapan dari Ibu.

Dalam buku *Child Between Heredity And Education*, disebut bahwa penelitian ilmiah kontemporer membuktikan bahwa denyut jantung ibu lebih berkesan pada bayi dan lebih menyenangkan daripada lagu dan irama apapun, karena itu beberapa penitipan bayi merekam suara denyut jantung ibu pada sebuah kaset, dan bila seorang bayi nangis, diperdengarkan kaset tersebut sehingga terdida dan riang kembali.¹¹

¹⁰ Benih Nirwana, *ASI dan Susu Formula*, , p.121

¹¹ M.Quraishihab, *Pengantin Alquran*, (Jakarta: Lentera Hati, 2007), p.170.