

## BAB II

### TINJAUAN TEORITIS TENTANG ASI

#### A. Pengertian ASI.

ASI adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktose, dan garam organik<sup>1</sup> yang disekresi oleh kedua belah kelenjar payudara ibu, sebagai makanan utama bayi.<sup>2</sup> Berkaitan dengan air susu, Allah memerintahkan manusia untuk belajar kepada hewan, sebagaimana termaktub dalam firmanNya:

نُسْقِيكُمْ مِمَّا فِي بُطُونِهِ مِنْ بَيْنِ فَرْثٍ وَدَمٍ لَبَنًا خَالِصًا سَائِغًا  
لِلشَّارِبِينَ

“ Kami memberimu minum dari apa yang dalam perutnya (berupa) susu murni antara kotoran dan darah, yang mudah ditelan bagi orang yang meminumya ” (QS. An Nahl: 66).

Berikut ini adalah proses terbentuknya air pada kelompok binatang mamalia, termasuk manusia. Dalam organ menyusui terdapat sebuah kelenjar yang bertugas

---

<sup>1</sup> Senyawa kimia yang mengandung karbo, Rohyadi, *Kamus praktis kebidanan*, Kashiko Publisher, h. 248.

<sup>2</sup> Andina Vita Sutanto, *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*, Yogyakarta: Pustaka Baru Press.2007 h.75.

memproduksi air susu. Melalui urat nadi (arteri), kelenjar-kelenjar itu mendapatkan pasokan berupa zat yang terbentuk dari darah dan juga dari sari makanan yang dicerna. Kedua komponen ini tidak dapat dikonsumsi secara langsung. Kelenjar air susu akan memproses keduanya dengan enzim-enzim yang ada dan menghasilkan air susu yang dapat dikonsumsi secara langsung. Air susu yang dihasilkannya mempunyai warna dan aroma yang sama sekali berbeda dengan zat aslinya.<sup>3</sup>

Dalam terjemahan ayat di atas, sari makanan yang dicerna dinyatakan sebagai “*antara kotoran dan darah*”. Terjemahan ini rasanya kurang tepat. Terjemahan yang lebih baik dapat kita temukan dalam tafsir Al-Mishbah: “*antara sisa-sisa makanan dan darah*”. Kalimat ini jauh lebih tepat untuk menggambarkan proses pembentukan air susu seperti uraian di atas.

---

<sup>3</sup> Lajnah pentashihan mushaf Al-Qur'an badan litbang dan kementerian agama RI dgn LIPI, *Mengenal Ayat-Ayat Sains dalam Al-Qur'aan*, Jakarta: Widya Cahaya, juz 1, h.96

Air susu ibu (ASI) memiliki komponen yang tepat guna memenuhi keperluan nutrisi dan meningkatkan imunitas bayi. Perimbangan nutrisi yang terkandung dalam ASI sangat ideal bagi tubuh bayi yang masih sangat muda. Pada saat yang sama, ASI juga mengandung nutrisi yang memacu perkembangan otak dan system syaraf. Susu buatan yang dibuat berdasarkan teknologi tinggi saat ini tetap tidak mampu menggantikan makanan bayi yang satu ini. Soal berapa lama sebaiknya bayi memperoleh ASI eksklusif dari ibunya.<sup>4</sup>ASI eksklusif adalah ASI sepenuhnya tanpa makanan tambahan sampai umur bayi dua tahun.<sup>5</sup> Adapun usia anak tersebut terhitung dari waktu lahirnya hingga usia 2 tahun, diwaktu tersebut air susu ibu merupakan makanan yang cocok

---

<sup>4</sup> Lajnah pentashihan mushaf Al-Qur'an badan litbang dan kementerian agama RI dgn LIPI, *Mengenal Ayat-Ayat Sains dalam Al-Qur'aan*, h. 97.

<sup>5</sup>, Rohyadi, *kamus praktis kebidanan*, KASHIKO PUBLISHER, h. 55.

untuk anak bayi dalam waktu tersebut, dan waktu inilah persusuan yang bisa menyebabkan mahram.<sup>6</sup>

ASI eksklusif atau lebih tepat pemberian ASI (air susu Ibu) secara eksklusif adalah bayi hanya diberi ASI saja, sejak usia 30 menit post<sup>7</sup> natal<sup>8</sup> (setelah lahir) sampai usia 6 bulan, tanpa tambahan cairan lain seperti: susu formula, sari buah, air putih, madu, air teh, dan tanpa tambahan makanan padat seperti buah-buahan, biscuit, bubur susu, bubur nasi dan nasi tim.<sup>9</sup> Setelah bayi berumur 6 bulan, bayi boleh diberikan makanan pendamping ASI (MP-ASI) tidak dapat memenuhi lagi keseluruhan kebutuhan gizi bayi sesudah umur 6 bulan. Namun, pemberian ASI bisa diteruskan hingga bayi berusia 2 tahun.

---

<sup>6</sup> Muhammad Rasyid Ridho, *Tafsir Al-Qur'an Al-Hakim*, Daar Al-Fikr, juz 2, h.244.

<sup>7</sup> Bentuk kombinasi yang berarti setelah , Rohyadi, *kamus praktis kebidanan*, h.277.

<sup>8</sup> Menunjukkan kelahiran, Rohyadi, *kamus praktis kebidanan*, h. 235.

<sup>9</sup> Elisabeth Siwi Walyani dan Th. Endang purwoastuti, *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*, Yogyakarta: Pustaka Baru Press, h. 24.

World Health Organization (WHO) menyarankan agar ibu memberikan ASI eksklusif kepada bayi sampai 6 bulan. Kementerian kesehatan Republik Indonesia melalui Kepmenkes RI N0. 450/menkes/SK/IV/Tahun 2004 tentang pemberian ASI secara eksklusif pada bayi di Indonesia menetapkan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan dan menargetkan cakupan ASI eksklusif sebesar 80%.<sup>10</sup>

Pengaturan mengenai pemberian ASI eksklusif juga diatur dalam pasal 128 UU No. 36 tahun 2009 tentang kesehatan (UU kesehatan) yang berbunyi:

- 1) Setiap bayi berhak mendapatkan air susu ibu eksklusif sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan, kecuali atas indikasi medis.
- 2) Selama pemberian air susu ibu, pihak keluarga, pemerintah, pemerintah daerah, dan masyarakat harus mendukung ibu bayi secara penuh dengan penyediaan waktu dan fasilitas khusus.

---

<sup>10</sup> Andina Vita Sutanto, *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*, Yogyakarta: Pustaka Baru Press, h. 104-105.

- 3) Penyediaan fasilitas khusus sebagaimana dimaksud pada ayat (2) diadakan di tempat kerja dan tempat sarana umum.<sup>11</sup>

## **B. Komposisi Gizi dalam ASI.**

Setelah bayi lahir ke dunia, hal pertama yang ia butuhkan adalah ketersediaan asupan makanan untuk membantu tumbuh kembangnya. Material dasar yang ia perlukan untuk memenuhi nutrisi tubuhnya diperoleh melalui perubahan kimia bahan makanan yang terjadi di saluran pencernaan. Bahan yang di cerna meresap melalui dinding usus dan masuk ke dalam saluran darah. Mengikuti aliran darah, nutrien yang tercampur di dalamnya akan didistribusikan menuju organ-organ yang memerlukan. Seperti organ lainnya, demikianlah cara kerja kelenjar susu dalam memperoleh makanan dan bahan pembuat air susu<sup>12</sup>.

---

<sup>11</sup> Tim Penyusun, *Undang-undang Kesehatan dan Kesehatan Jiwa*, Yogyakarta : Pustaka Mahardika, 2015, h.57.

<sup>12</sup> Lajnah pentashihan mushaf Al-Qur'an badan litbang dan kementerian agama RI dgn LIPI, *Mengenal Ayat-Ayat Sains dalam Al-Qur'aan*, juz 1, h. 95.

Komposisi ASI tidak sama dari waktu ke waktu, hal ini berdasarkan stadium laktasi. Komposisi ASI dibedakan menjadi 3 macam:

#### 1. Kolostrum

ASI yang dihasilkan pada hari pertama sampai hari ketiga setelah bayi lahir. Kolostrum merupakan cairan yang agak kental berwarna kekuning-kuningan, lebih kuning dibanding dengan ASI mature<sup>13</sup>, bentuknya agak kasar karena mengandung butiran lemak dan sel-sel epitel.<sup>14</sup> Kolostrum keluar pada hari pertama dan selanjutnya dengan komposisi yang selalu berubah dari hari ke hari. Jumlah kolostrum yang dikeluarkan sangat bervariasi berkisar 10-100 ml/hari.<sup>15</sup> dengan kasiat kolostrum sebagai berikut:

---

<sup>13</sup> Berkembang dengan sempurna . Rohyadi, *kamus praktis kebidanan* h.218.

<sup>14</sup> Elisabeth Siwi Walyani dan Th. Endang purwoastuti, *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*, h.20.

<sup>15</sup> Ida, *Faktor-faktor yang berhubungan dengan pemberian ASI Ekklusif 6 Bulan di wilayah kerja puskesmas kemiri muka kota Depok*, Tesis program Pascasarjana Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, Depok, 2012, h. 11.

- a. Sebagai pembersih selaput usus bayi baru lahir (BBL) sehingga saluran pencernaan siap untuk menerima makanan.<sup>16</sup>
- b. Mengandung kadar protein<sup>17</sup> yang tinggi terutama gamma globulin<sup>18</sup> sehingga dapat memberikan perlindungan tubuh terhadap infeksi<sup>19</sup>.
- c. Mengandung zat antibodi sehingga mampu melindungi tubuh bayi dari berbagai penyakit infeksi untuk jangka waktu sampai 6 bulan.<sup>20</sup>
- d. Melindungi bayi terhadap infeksi dan alergi.
- e. Membersihkan air ketuban, dan membantu mencegah bayi kuning.
- f. Mengurangi keparahan infeksi, mencegah penyakit mata bayi.

## 2. ASI pada Masa Transisi (masa peralihan).

---

<sup>16</sup> Andina Vita Sutanto, *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*, h.75.

<sup>17</sup> Bagian diet yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perbaikan jaringan. Rohyadi, *Kamus Praktis kebidanan*, h.287.

<sup>18</sup> Kelompok imunoglobulin, A, B, E, G dan M, yang memiliki aktivitas antibody spesifik. Rohyadi, *Kamus Praktis kebidanan*, h.154.

<sup>19</sup> Penyakit akibat mikroorganisme pathogen. Rohyadi, *Kamus Praktis Kebidanan*, h. 185.

<sup>20</sup> Elisabeth Siwi Walyani dan Th. Endang purwoastuti, *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*, h.20-21.



ASI masa transisi merupakan peralihan dari ASI kolostrum sampai menjadi ASI mature. Pada masa ini, kadar protein berkurang, sedangkan karbohidrat dan lemak, serta volumenya semakin meningkat<sup>21</sup>. ASI transisi yang dihasilkan mulai hari ke-4 sampai hari ke-10.

### 3. ASI Mature.

ASI mature adalah ASI yang dihasilkan mulai dari hari ke-10 sampai seterusnya<sup>22</sup>. ASI mature merupakan nutrisi bayi yang terus berubah disesuaikan dengan perkembangan bayi sampai 6 bulan. Setelah 6 bulan, ASI tidak lagi dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi sehingga mulai diperkenalkan dengan makanan pendamping<sup>23</sup>.

---

<sup>21</sup> Ida, *Faktor-faktor yang berhubungan dengan pemberian ASI Eksklusif 6 Bulan di wilayah kerja puskesmas kemiri muka kota Depok*, h. 12.

<sup>22</sup> Elisabeth Siwi Walyani dan Th. Endang purwoastuti, *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*, h. 21.

<sup>23</sup> Ida, *Faktor-faktor yang berhubungan dengan pemberian ASI Eksklusif 6 Bulan di wilayah kerja puskesmas kemiri muka kota Depok*, h. 12.

Untuk lebih jelas perbedaan kadar gizi yang dihasilkan kolostrum, ASI transisi dan ASI mature dapat di lihat pada tabel berikut:

### Komposisi Kandungan ASI

Kandungan	ASI		
	Kolostrum	Transisi	Mature
Energi (Kg kla)	57,0	63,0	65,0
Laktosa <sup>24</sup> (gr/100 ml)	6,5	6,7	7,0
Lemak (gr/100 ml)	2,9	3,6	3,8
Protein (gr/100 ml)	1,195	0,965	1,324
Mineral (gr/100 ml)	0,3	0,3	0,2
Imunoglobulin			
Ig A (mg/ 100 ml)	335,9	-	119,6
Ig G (mg/100 ml)	5,9	-	2,9
Ig M (mg/100 ml)	17,1	-	2,9
Lisosim (mg/100 ml)	14,2-16,4	-	24,3- 27,5

---

<sup>24</sup> Gula yang terkandung dalam susu.

Laktoferin	420-520	-	250- 270 <sup>25</sup>
------------	---------	---	---------------------------

### C. Manfaat ASI bagi bayi dalam Islam dan Kedokteran.

ASI memiliki manfaat yang bagus buat perkembangan dan kekebalan tubuh bayi,

*Manfaat ASI ditinjau dari aspek ke Islam an, diantaranya:*

- a. Makanan yang terbaik untuk pertumbuhan

Kata ( *الوالدات* ) *al-walidat* dalam penggunaan Al-Qur'an berbeda dengan kata ummahat yang merupakan bentuk jamak dari kata ( *أُمّ* ) umm. Kata ummahat digunakan untuk menunjuk kepada para ibu kandung, sedang kata *al-walidat* maknanya adalah para ibu, baik ibu kandung maupun bukan. Ini berarti bahwa AL-Qur'an telah sejak dini telah menggariskan bahwa air susu ibu, baik ibu kandung maupun bukan, adalah makanan terbaik buat bayi hingga usia dua

---

<sup>25</sup> Elisabeth Siwi Walyani dan Th. Endang purwoastuti, *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*, h. 21.

tahun. Namun demikian, air susu ibu mengandung lebih baik daripada selainnya<sup>26</sup>, sebagaimana yang disepakati oleh ilmu kedokteran<sup>27</sup>. Hal ini juga diungkapkan oleh Syaidina Ali a.s :

مامن لبن يرضع به الصبي أعظم بركة عليه من لبن  
أمه

“ tidak ada air susu yang lebih berbarakah bagi anak bayi dari air susu ibunya sendiri ”<sup>28</sup>.

Sebagaimana yang diungkapkan sebagian ulama bahwa menyusui bayi sebaiknya dilakukan oleh ibu sendiri, karena air susu adalah makanan utama bagi bayi dan ia sangat memerlukan perawatan yang seksama dan tidak mungkin dilakukan oleh orang lain kecuali ibunya sendiri.<sup>29</sup>

b. Membentuk jasmaniyah, kejiwaan dan karakter

---

<sup>26</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah*, pisanan Ciputat: Lentera Hati, h.609.

<sup>27</sup> Muhammad Rasyid Ridha, . *Tafsir Al-Qur'an Al-Hakim*. h. 288.

<sup>28</sup> Al-Kilani, *Al-Kafi* ,Iran: Daar Al-Kutub Al-Islamiyah, juz 6, h.40.

<sup>29</sup> -, *Tafsir Al-Maragi*, Semarang : CV Toha Putra, juz 1,2,3 , h.320.

Syeikh Muhammad Abduh berkata “ bahwasanya air susu berdampak kepada jasmani anak bayi dan akhlaqnya, oleh sebab itu perhatikan ibu susuannya, maka jauhilah dari ibu susuan yang sedang sakit dan akhlaqnya rusak. Namun jangan takut dari air susu ibu kandungnya walaupun ibunya memiliki penyakit pada badannya atau akhlaqnya sebab anak tersebut sudah mengambil tabi’at ibunya semenjak didalam Rahim”.<sup>30</sup>

Bahkan ada di kalangan ulama yang sangat menjaga kesucian darah anaknya, tidak mau memberikan anaknya disusukan oleh perempuan lain yang tidak dikenalnya keagungan budi perempuan tersebut<sup>31</sup>, karena air susu terbentuk dari darah yang mana merupakan makanan utama bagi bayi dan air susu tersebut selain memberikan pengaruh jasmaniyah bayi juga memberikan pengaruh kejiwaan

---

<sup>30</sup> Muhammad Rasyid Ridho, *Tafsir Al-Qur’an Al-Hakim*, juz 2, h. 288.

<sup>31</sup> Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Jakarta : pustaka panjimas, juz 1, h.232.

dan kecerdesaan<sup>32</sup>. Disebutkan dalam sebuah riwayat, bahsawanya syaidina Ali a.s berkata:

انظروا من ترضع أولادكم فإنَّ الولدَ يشبُّ عليه

“ Perhatikanlah oleh kalian orang yang menyusui anak-anak kalian karena air susu yang diminumnya akan mempengaruhi jalan kehidupannya”<sup>33</sup>.

Dalam riwayat lain, Syaidina Ali a.s berkata:

لا تسترضعوا الحمقاء ، فإن الولد يشبُّ عليه

“ Jangan kalian susukan anak kalian pada wanita yang dungu karena anak akan terpengaruh oleh air susunya”.

Diceritakan, tentang riwayat imam Al-Haramain ulama mazhab Syafi’I yang masyhur, guru dari Imam Ghazali. Ayah dari Imam Al-Haramain itu bernama Abu Muhammad Al-Juwaini. Kerjanya di waktu muda ialah menyalin kitab-kitab ilmu pengetahuan dan menerima upah dari penyalinan itu. Dan beliaupun seorang alim besar. Setelah terkumpul

---

<sup>32</sup> - Tafsir Al-Maragi, Semarang : CV Toha Putra, juz 1,2,3 , h. 319.

<sup>33</sup> Al-kilani, *Al-kafi*, juz 6, h.44

oleh beliau uang dari upah menyalin kitab-kitab itu, beliau membeli seorang budak perempuan. Budak itu sangatlah shalih dan taat beribadah, sehingga suaminya yang alim itu sangat berbahagia beristrikan dia. Maka mengandung lah ia dan lahir anak laki-laki, yang diberi nama Abdulmalik. Setelah anak itu lahir, Abu Muhammad memesankan dengan kepada istrinya itu, supaya jangan dibiarkan ada perempuan lain yang sampai menyusukan anak itu. Dan pesan suaminya itu sangatlah diperhatikannya.

Pada suatu hari dia ditimpa sakit, sehingga air susunya kering dan anak kecil itu menangis kehausan. Tiba-tiba masuklah ke dalam rumahnya seseorang perempuan tetangga yang kasihan mendengar tangis anak itu lalu diambalnya dan disusukannya sedikit. Tiba-tiba Abu Muhammad datang dan masuk ke rumah. Beliau lihat anaknya disusukan oleh perempuan lain. Melihat itu hati beliau tidak senang, dan perempuan itu segera mengundurkan diri, dan

beliau segera mengambil anaknya dan menunggingkan kepalanya dan men mengorek mulutnya, sampai anak itu muntah, sampai air susu perempuan lain itu dimuntahkannya. Beliau berkata: “Bagiku tidak keberatan jika anak ini meninggal di waktu kecilnya, daripada rusak perangnya karena meminum susu perempuan lain, yang tidak aku kenal ketaatannya kepada Allah.

Anak itulah yang kemudian terkenal dengan Imamul Haramain Abdul Malik Al-Juwaini, guru dari madrasah-madrasah Naisabur dan salah seorang yang mendidik Iman Ghazali, sampai menjadi ulama besar pula.

Kadang-kadang Imam Al-Haramain sedang mengajarkan ilmuny marah-marah. Maka ia berkata setelah sadar dari kemarahannya, ini barangkali



adalah dari bekas sisa susu perempuan lain itu, yang tidak sampai aku muntahkan.<sup>34</sup>

c. Memberi rasa nyaman dan aman pada bayi

Dalam riwayat ahlul bait dikatakan : “ Dengan menyusui, hubungan cinta dan kasih sayang antara ibu dan anak akan semakin erat dan membuat anak merasa tenang dan aman”.

Menyusui bayi akan berdampak positif pada hubungan emosional antara ibu dan bayi. Secara naluriah, ibu akan mengelus dan membelai kepala bayinya saat menyusui ibu juga akan mendoakan bayinya agar menjadi anak shaleh, pintar, panjang umur dan berguna bagi masyarakat. Tidak jarang pula ibu mendengarkan ayat-ayat atau lagu-lagu yang berbau nasehat saat menyusui anaknya<sup>35</sup>. Dengan menyusu pada ibu kandung, anak merasa lebih tenang sebab, Menurut penelitian ilmunan, ketika itu

---

<sup>34</sup> Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Jakarta : Pustaka Panjimas, juz 1, h.232-233.

<sup>35</sup> Lajnah pentashihan mushaf Al-Qur'an badan litbang dan kementerian agama RI dgn LIPI, *Mengenal Ayat-Ayat Sains dalam Al-Qur'aan*, Jakarta: Widya Cahaya, juz 1, h.,h. 98.

bayi mendengar suara detak jantung ibu yang telah dikenalnya secara khusus sejak dalam perut. Detak jantung itu berbeda antara seorang wanita dan wanita yang lain.<sup>36</sup>

d. Memperkuat tulang dan menumbuhkan daging.

Ibnu Mas'ud rodhiyallahu anhu berkata:

لَا رِضَاعَ إِلَّا مَا شَدَّ الْعَظْمَ , وَأَنْبَتَ اللَّحْمَ

“ tidaklah dikatakan persusuan kecuali apa-apa yang menguatkan tulang dan menumbuhkan daging”.<sup>37</sup>

Air susu yang keluar dari ibu susuan dan di isap oleh anak bayi menjadi darah, pertumbuhan daging dan tulang bagi anak bayi.<sup>38</sup>

***Manfaat ASI ditinjau secara kedokteran diantaranya:***

a. Dapat membantu memulai kehidupannya dengan baik.

Bayi yang mendapatkan ASI mempunyai kenaikan berat badan yang baik setelah lahir,

---

<sup>36</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah*, pisangan Ciputat: Lentera Hati, h.609.

<sup>37</sup> Abu Dawud Sulaiman bin Al-Asy'as, *Sunan Abi Dawud*, Bairut: Maktabah misriyah, juz 2, h.222.

<sup>38</sup> Muhammad Rasyid Ridho, *Tafsir Al-Qur'an Al-Hakim*, juz 2, h. 288.

pertumbuhan setelah periode *perinatal*<sup>39</sup> baik, dan mengurangi kemungkinan *obesitas*<sup>40</sup>.

Ibu-ibu yang diberi penyuluhan tentang *ASI* dan *laktasi*, umumnya berat badan bayi (pada minggu pertama kelahiran) tidak sebanyak ibu-ibu yang tidak diberi penyuluhan. Frekuensi menyusui yang sering (tidak dibatasi) juga dibuktikan bermanfaat karena volume *ASI* yang dihasilkan lebih banyak sehingga penurunan badan bayi hanya sedikit.

b. Mengandung Antibodi.

Mekanisme pembentukan antibodi pada bayi adalah sebagai berikut:

Apabila ibu mendapat infeksi maka tubuh ibu akan membentuk antibodi dan akan disalurkan dengan bantuan jaringan limposit. Antibodi di payudara disebut *mammae associated immunocompetent lymphoid tissue* (MALT). Kekebalan terhadap

---

<sup>39</sup> Waktu di sekitar kelahiran atau proses kelahiran. Rohyadi, *Kamus Praktis Kebidanan*, h.262.

<sup>40</sup> Kelebihan sel lemak. Rohyadi, *Kamus Praktis Kebidanan*, h.243.

penyakit saluran pernafasan ditransfer melalui *Bronchus associated immunocompetent lymphoid tissue* (BALT) dan untuk penyakit saluran pencernaan ditransfer melalui *Gut associated immunocompetent lymphoid tissue* (GALT).

c. ASI mengandung komposisi yang tepat.

Yaitu dari berbagai bahan makanan yang baik untuk bayi yaitu terdiri dari proposal yang seimbang dan cukup kuantitas semua zat gizi yang diperlukan untuk kehidupan 6 bulan pertama.<sup>41</sup>

ASI mengandung laktosa yang lebih tinggi dibandingkan dengan susu buatan. Di dalam usus laktosa akan difermentasi menjadi asam laktat yang bermanfaat untuk:

- 1) Menghambat pertumbuhan bakteri yang bersifat pathogen.

---

<sup>41</sup> Elisabeth Siwi Walyani dan Th. Endang Purwoastuti, *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*, h.16.

- 2) Merangsang pertumbuhan mikroorganisme yang dapat menghasilkan asam organik dan mensintesa beberapa jenis vitamin.
  - 3) Memudahkan terjadinya pengendapan *calcium-cassienat*.
  - 4) Memudahkan penyerahan berbagai jenis mineral, seperti calcium, magnesium.<sup>42</sup>
- d. Memberi rasa nyaman dan aman pada bayi dan adanya ikatan antara ibu dan anak.
- Hubungan fisik ibu dan bayi baik untuk perkembangan bayi, kontak kulit ibu ke kulit bayi yang mengakibatkan perkembangan psikomotor<sup>43</sup> maupun sosial yang lebih baik.
- e. Terhindar dari alergi

---

<sup>42</sup> Andina Vita Sutanto, *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*, h.84.

<sup>43</sup> Menunjukkan aktivitas motorik (proses tumbuh kembang kemampuan gerak seorang anak), gerakan yang memiliki tujuan Rohyadi, *kamus praktis kebidanan*, h.288.

ASI tidak mengandung *beta-lactoglobulin*<sup>44</sup> yang dapat menyebabkan alergi pada bayi.<sup>45</sup> Pada bayi baru lahir system IgE belum sempurna. Pemberian susu formula akan merangsang aktivasi system ini dan dapat menimbulkan alergi. ASI tidak menimbulkan efek ini. Pemberian protein *asing* yang ditunda sampai umur 6 tahun akan mengurangi kemungkinan alergi<sup>46</sup>.

f. ASI meningkatkan kecerdasan bayi

Otak bayi membesar dua kali lipat dalam tahun pertama kehidupan. Sel-sel otak yang banyaknya 14 miliar sel, tidak bisa tumbuh dan berkembang secara alami saja sehingga ia membutuhkan nutrisi, seperti lemak dan protein. Nutrisi yang paling bagus dan paling cocok tiada lain adalah yang tepat dalam ASI karena ASI sangat sempurna sebagai nutrisi bagi

---

<sup>44</sup> Protein yang terkandung dalam susu. Rohyadi, *kamus praktis kebidanan*, h. 202.

<sup>45</sup> Andina Vita Sutanto, *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*, h.85.

<sup>46</sup> Elisabeth Siwi Walyani dan Th. Endang Purwoastuti, *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*, h.16-17.

bayi<sup>47</sup>. Lemak pada ASI adalah lemak tak jenuh yang mengandung omega 3 untuk pematangan sel-sel otak sehingga jaringan otak bayi yang mendapat ASI eksklusif akan tumbuh optimal dan terbebas dari rangsangan kejang sehingga menjadikan anak lebih cerdas dan terhindar dari kerusakan sel-sel saraf otak<sup>48</sup>. Banyak penelitian menunjukkan bahwa bayi yang diberi ASI memiliki IQ lebih tinggi dibandingkan dengan bayi yang tidak di beri ASI<sup>49</sup>.

- g. Membantu perkembangan rahang dan merangsang pertumbuhan gigi.

Manfaat pemberian ASI yang terakhir adalah membantu perkembangan rahang dan merangsang pertumbuhan gigi.<sup>50</sup> karena gerakan menghisap mulut bayi pada payudara telah dibuktikan bahwa salah satu

---

<sup>47</sup> Ida, *Faktor-faktor yang berhubungan dengan pemberian ASI Ekklusif 6 Bulan di wilayah kerja puskesmas kemiri muka kota Depok*, h.27.

<sup>48</sup> Elisabeth Siwi Walyani dan Th. Endang Purwoastuti, *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*, h.17.

<sup>49</sup> Ida, *Faktor-faktor yang berhubungan dengan pemberian ASI Ekklusif 6 Bulan di wilayah kerja puskesmas kemiri muka kota Depok*, h.28.

<sup>50</sup> Andina Vita Sutanto, *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*, h.85.

penyebab mal oklusi rahang adalah kebiasaan lidah yang mendorong ke depan akibat menyusu dengan botol dan dot<sup>51</sup>.

---

<sup>51</sup> Elisabeth Siwi Walyani dan Th. Endang Purwoastuti, *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*, h.17.