

Healthy Baby, Healthy Planet

Pengalaman hidup di masa awal mempengaruhi kualitas hidup di masa tua



Breastfeeding Movement

Memperingati minggu Pemberian ASI sedunia yang ke-20 tahun ini, Direktur Eksekutif UNICEF, Anthony Lake, menulis bahwa memberikan ASI pada bayi sudah menjadi gerakan yang mendunia. Jumlah ibu yang memberikan ASI eksklusif meningkat dari 32% di tahun 1995 menjadi 39% di tahun 2010. Website NHS menyebutkan bahwa 78% wanita di Inggris kini menyusui bayinya. Jika ada pihak yang kontra terhadap ibu yang sedang menyusui bayi atau balitanya, khususnya di depan umum, maka akan ada gerakan masyarakat yang mengecam pihak-pihak yang kontra tersebut.

Sebagaimana dilansir oleh www.oddee.com, Facebook yang merupakan media jejaring sosial paling populer saat ini sempat memicu kemarahan ibu-ibu saat ia menarik foto seorang bayi yang sedang menyusui dari foto profil pribadi seorang ibu, karena foto tersebut dianggap agak sedikit vulgar. Dilain pihak FB banyak memuat foto wanita dengan



bikini atau *tank top*. FB bahkan menerima bayaran dari iklan dengan model *topless* (iklan ini akhirnya dicabut sebagai reaksi terhadap kemarahan ibu-ibu tersebut terhadap kemunafikan FB). FB menganggap ibu-ibu tersebut telah melanggar kebijakan FB dalam hal kesopanan. Sebagai balasan, sebanyak 11.000 ibu memasang foto profil mereka saat sedang menyusui bayi/balitanya dan menulis: **Hai Facebook, menyusui bukanlah sesuatu yang vulgar!** Grup pro Breastfeeding kini memiliki 250.000 anggota.

sumber: www.oddee.com

Pada 12 September 2011 silam seorang jurnalis MailOnline memuat berita yang menggemparkan dari Pnom Pehn. Sepasang orangtua yang rumahnya porak poranda oleh badai terpaksa meninggalkan balitanya yang berusia 18 bulan untuk mencari mafkah di Thailand. Balita yang tadinya rutin mendapatkan ASI, kemudian menjadi sakit karena tidak

dapat lagi menyusui ke ibunya. Balita ini melihat seekor anak sapi sedang menyusui ke induknya, dan kemudian meniru anak sapi tersebut: menyusui ke induk sapi.



Balita ini kini diasuh oleh kakeknya. Masyarakat mengecam dan menyalahkan sang kakek karena membiarkan cucunya menyusui dari sapi. Namun jika balita ini dijauhkan dari sapi, ia akan menangis sehingga akhirnya ia dibiarkan menyusui seperti itu. Sang kakek mengatakan sekarang cucunya tumbuh kuat dan tidak pernah terkena diare.

Sumber: <http://www.dailymail.co.uk>

Provokasi paling hangat datang dari [Majalah Time](#) edisi Mei 2012. *Cover* majalahnya menggambarkan Jamie Lynne Grumet yang berusia 26 tahun sedang menyusui anaknya yang berusia 3 tahun. *Cover* ini menuai kontroversi salah satunya adalah karena memang masih ada sebagian masyarakat dunia yang memandang *breastfeeding* merupakan hal yang aneh. Pada kolom *Public Health* majalah ini edisi 3 Agustus 2012, seorang kontributor (dokter) bahkan menulis bahwa kampanye Walikota New York yang mendukung gerakan *breastfeeding* dengan melarang susu formula di RS telah melanggar hak asasi ibu untuk memilih caranya sendiri dalam memberi nutrisi pada bayinya. Meskipun sang kontributor setuju pada *breastfeeding*, namun ia juga menyetujui jika Pemberian ASI tidak diberikan secara eksklusif.

Tekanan Sosial terhadap Pemberian ASI Eksklusif

Kelompok yang kontra terhadap *breastfeeding* mengetahui bahwa ASI memang makanan terbaik bagi bayi. Namun mereka menganggap hal yang merugikan dari menyusui jarang diekspos, misalnya banyak wanita mengalami kesulitan untuk menyusui meskipun sebenarnya mereka ingin melakukannya, menyakitkan (terutama pada masa-masa awal), dan merepotkan, terutama bagi ibu-ibu yang bekerja. Mereka juga menemukan banyak ibu yang sukses menyusui bayinya jika digabung dengan susu formula atau makanan

tambahan lainnya. Gerakan kelompok kontra ASI Eksklusif ini termasuk faktor tekanan sosial yang mempengaruhi perilaku ibu-ibu dalam menyusui bayinya.



Institut of Medicine menyatakan bahwa tidak mungkin mengharapkan masyarakat dengan mudah mengubah perilakunya ketika ada banyak sekali tekanan pada lingkungan sosial, budaya dan fisik yang berlawanan dengan arah perubahan yang diharapkan. Sebagai contoh, kampanye pemberian ASI Eksklusif tertahan oleh banyaknya iklan susu formula dan makanan bayi yang semuanya mengatakan produknya adalah terbaik untuk bayi/balita. Belum lagi keluarga dan masyarakat tidak memberikan dukungan yang cukup, misalnya berupa kesempatan atau ruang yang nyaman bagi ibu untuk menyusui bayinya. Di Indonesia, kondisi

ini diperparah oleh banyaknya petugas kesehatan tidak paham mengenai pentingnya ASI bagi pertumbuhan anak, atau tidak mau bersusah payah membantu ibu-ibu dalam berusaha agar ASI-nya keluar.

Budaya ASI Eksklusif di Indonesia

Berbagai tekanan biopsikososial menyebabkan angka pemberian ASI Eksklusif di Indonesia sangat rendah dan menunjukkan kecenderungan yang menurun. Menurut catatan sebuah [majalah perdagangan ekonomi](#), tahun 2010 hanya ada 15.3% bayi usia 6 bulan kebawah yang mendapatkan ASI eksklusif. Padahal tahun 2002-2004 angka ini mencapai 39.5% dan tahun 2006-2008 menurun menjadi 32%. Sekedar catatan bahwa ASI Eksklusif adalah metode pemberian nutrisi pada bayi sejak lahir hingga usia 6 bulan dengan hanya memberikan ASI tanpa adanya makanan atau minuman lainnya, termasuk susu formula (sufor).

Berdasarkan hasil penelitian Afiyanti dan Juliastuti yang di-*published* oleh [British Journal of Midwifery](#) pada awal Juli 2012, rendahnya angka menyusui pada ibu-ibu di Indonesia disebabkan karena praktek-praktek budaya dan perilaku. Banyak ibu yang percaya bahwa mereka tidak menghasilkan ASI yang cukup bagi bayinya dan oleh karenanya mereka memberikan bayinya makanan tambahan sebelum usia yang direkomendasikan, yaitu 6 bulan. Keyakinan ini menurut penelitian tersebut berasal dari proses yang kompleks dan dipengaruhi oleh faktor-faktor biopsikososial.

Manfaat ASI Eksklusif

Sudah banyak artikel kesehatan dan ilmiah yang menulis manfaat ASI bagi bayi dan bahwa ASI tersebut tidak dapat digantikan dengan susu formula karena kandungannya yang berasal dari jaringan hidup yang mengandung sel hidup, enzim, antibodi dan hormon yang akan melindungi bayi dari berbagai infeksi dan penyakit dimasa mendatang.

Ibu juga mendapat banyak manfaat dari menyusui. [NHS](#), majalah [woman health](#) versi *online* dan Michelle Gottlieb (2009) menulis beberapa manfaat dari *breastfeeding*:

- Perdarahan *post-partum* lebih sedikit
- lebih cepat kembali ke berat badan semula saat sebelum hamil
- mengurangi risiko terkena kanker ovarium , kanker payudara pre menopause, diabetes tipe 2, depresi *post-partum*
- meningkatkan kekuatan tulang, mengurangi risiko *hip fracture* pada masa mendatang
- sebagai sarana kontrol kehamilan
- membakar kalori lebih dari 500 kalori per hari
- menghemat uang – tersedia secara gratis dari alam
- dapat membangun hubungan emosional yang kuat antara ibu dan bayi
- ibu yang bekerja akan minta cuti lebih sedikit karena bayi mereka lebih jarang sakit dibandingkan dengan ibu yang anaknya tidak diberi ASI Eksklusif

Di level nasional sudah banyak pembuktian bahwa ASI Eksklusif dapat mengurangi angka kesakitan dan kematian bayi/balita. Di India 250.000 bayi terselamatkan karena satu aksi, yaitu Pemberian ASI Eksklusif ([unicef](#)). *Womenshealth* menyebutkan bahwa sebuah penelitian menunjukkan jika 90% keluarga memberikan ASI Eksklusif pada bayinya, maka hampir 1000 kematian bayi baru lahir bisa dicegah.

Target PEMBERIAN ASI Eksklusif



Meskipun banyak keuntungan dari memberikan ASI Eksklusif di level individu, keluarga, masyarakat hingga negara, namun angka Pemberian ASI Eksklusif masih rendah sebagaimana dipaparkan pada data di atas. Jika daftar data tersebut diperpanjang, tahun 2006 CDC (Center for Disease Control and Prevention) di Amerika mencatat bahwa dari total kelahiran di tahun 2004, 74% ibu menyusui bayinya. Namun kemudian hanya 11% yang melanjutkannya menjadi ASI Eksklusif ([Gottlieb, 2009](#)).

Program *Healthy People 2010 Breastfeeding* yang lalu mencanangkan target sebagai berikut:

Semua Periode Menyusui:

- saat lahir: 75% infant
- 6 bulan: 50% bayi
- 12 bulan: 25% bayi

Pemberian ASI Eksklusif:

- 3 bulan: 60% bayi
- 6 bulan: 25% bayi

Bagaimana dengan Indonesia?

Bersambung....

Referensi:

Lake, Anthony, 2012, World Breastfeeding Week 2012, Unicef

www.tradingeconomics.com

www.britishjournalofmidwifery.com

www.oddee.com

www.dailymail.co.uk

www.unicef.org

www.womenshealth.gov

Gottlieb, Michelle (2009), www.healthyfoodinhealthcare.org