

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Landasan Teori

##### 1. Anatomi Payudara

Payudara (mammas) merupakan organ reproduksi aksesoris pada perempuan dan ketika pada masa laktasi maka akan mengeluarkan air susu yang disebut dengan ASI. Glandula mammas terletak pada fasia superfisial antara sternum dan aksila, meluas sampai setinggi *costae II* sampai *costae VII* (Irianto, 2014).

Bagian bagian pada payudara meliputi korpus, puting, serta areola. Pada puncak mammas terdapat papilla serta areola mammas. Papilla mammas terletak ditengah areola dan berbentuk conus atau silinder yang tingginya bervariasi. Di dalam areola mammas terdapat pula glandulae areolares dan glandulae (Irianto, 2014; Verralls, 2011).

Korpus mammas terdiri atas 15-25 lobus yang bercabang-cabang, setiap lobus terdiri dari 20-40 lobulus, dan setiap lobulus terdiri atas 10-100 alveolus. Kelenjar tubulo alveolus tersebut kemudian bermuara pada duktus laktiferus dan melebar menuju sinus laktiferus dan akhirnya menuju ke arah puting. (Astutik, 2017; Irianto, 2014; Verralls, 2011)

##### 2. Fisiologi Laktasi

###### a. Produksi ASI

Hormon yang berperan dalam produksi ASI yaitu prolaktin, hormon prolaktin disekresi oleh kelenjar hipofisis anterior dengan stimulus PRH (Prolactin Releasing Hormon) di hipotalamus. Hormon prolaktin bertanggung jawab dengan produksi ASI. Rangsangan produksi prolaktin bergantung pada pengosongan ASI dari alveolus mammas. Semakin banyak ASI yang dikosongkan dari alveolus mammas, maka memberikan stimulus kepada hipotalamus untuk mensekresi prolaktin. Sehingga ASI

yang diproduksi semakin meningkat. Proses pengosongan payudara hingga produksi ASI disebut reflek prolaktin (Sherwood, 2018).

#### b. Reflek Let Down

Bersamaan dengan dibentuknya prolaktin oleh hipofisis anterior, rangsangan hisap oleh bayi mampu menstimulus sel saraf yang kemudian diteruskan menuju kelenjar hipofisis posterior. Hipofisis posterior menghasilkan oksitosin yang menyebabkan sel-sel myoepithelial di sekitar alveoli mammae berkontraksi dan mendorong ASI masuk ke pembuluh laktifer sehingga ASI mengalir keluar. Keadaan ini disebut reflek let down. Namun reflek ini dapat dihambat oleh faktor emosi atau psikologis dari ibu (Astutik, 2017; Sherwood, 2018).

### 3. Konsep Dasar Menyusui

#### a. Pengertian menyusui

Dalam surat Al – Baqarah ayat 233 dijelaskan bahwa:

*“Setiap ibu hendaklah menyusui anak anaknya selama dua tahun untuk menyempurnakan penyusuan. Dan kewajiban seorang ayah untuk memberikan makan dan pakaian kepada ibu dengan cara yang makruf”.*

Firman Allah dari ayat ini menyarankan seorang perempuan untuk menyusui berkelanjutan dari bayi lahir hingga berusia dua tahun. Menyusui merupakan tugas perkembangan perempuan setelah melahirkan. Arti menyusui secara biologis merupakan proses pemberian makanan kepada bayi secara langsung dari payudara ibu. Menyusui juga merupakan suatu proses alamiah setelah melahirkan, dapat dikatakan pula sebagai kewajiban seorang ibu yang meliputi berbagai kepentingan, kemuliaan dan keutamaan bagi ibu ataupun bagi sang bayi (Arini, 2012; Ismail, 2018).

Dalam surat Al – Baqarah ayat 233 juga dijelaskan bahwa:

*“... dan jika kamu ingin anakmu disusukan oleh orang lain, maka tidak berdosa bagimu apabila kamu memberikan pembayaran menurut yang patut...”.*

Mengingat begitu pentingnya ASI, Allah melalui firmanNya tidak menganjurkan orang tua untuk memberikan makanan dan minuman lain selain ASI. Dalam ayat ini Allah SWT membimbing orang tua untuk menyusukan anak mereka kepada perempuan lain. Meskipun mereka harus mengeluarkan biaya untuk upah (Ismail, 2018).

Dapat disimpulkan bahwa arti menyusui adalah proses alamiah yang dialami perempuan setelah melahirkan, yaitu tindakan mulia seorang ibu dengan memberikan makan kepada bayi yang dilahirkan langsung melalui payudara.

b. Proses menyusui

Pembentukan ASI dimulai sejak ibu mengandung, hormon dalam tubuh ibu mulai berubah. Ketika menyusui saraf-saraf yang terdapat pada areola merangsang kelenjar pituitari yang terletak didasar otak untuk melepaskan hormon prolaktin dan hormon oksitosin. Fungsi hormon prolaktin yaitu akan membuat ASI dalam payudara ibu. Sedangkan hormon oksitosin berperan menghasilkan ASI yaitu memerah susu menuju saluran air susu disekitar payudara (Budiasih, 2008).

Agar terjadi pengeluaran ASI yang efektif bayi dilakukan IMD (inisiasi menyusui dini) segera setelah lahir, yaitu bayi diletakan langsung ke ibu agar menyusu. Gerakan menghisap sudah diobservasi sejak 14 minggu didalam rahim. Dan pada usia 24-36 minggu kehamilan bayi mampu malakukan koordinasi gerakan menghisap, menelan dan minum dari payudara. (Pollard, 2015)

c. Cara menyusui

Pemberian ASI dilakukan ketikan ibu dan bayi dalam suasana santai, kondisi ibu ketika menyusui harus senyaman mungkin. dalam minggu minggu pertama stelah kelahiran, bayi perlu diberikan ASI setiap 150-180 menit atau sekitar 2,5-3 jam. Menjelang akhir minggu ke 6, kebutuhan ASI bayi diberikan 4 jam sekali. Hal itu efektif digunakan hingga bayi berusia 10-12 bulan.. pada usia 10-12 bulan, bayi cenderung tidur sepanjang

malam, sehingga tidak lagi diberikan ASI ketika malam hari (Khasanah & Sulistyawati, 2017; Kristiyanasari, 2011).

Pemberian ASI dapat dilakukan sesering mungkin sesuai dengan keinginan bayi atau sesuai keinginan ibu, bayi sehat mampu mengosongkan satu payudara dengan waktu sekitar 5-7 menit, dan ASI dalam lambung bayi akan kosong setelah 2 jam. Menyusui tidak perlu dijadwalkan, bayi lah yang paling mengerti kebutuhan ASI (Ismail, 2018; Khasanah & Sulistyawati, 2017; Kristiyanasari, 2011)

#### 4. Konsep Dasar Bekerja

##### a. Pengertian bekerja

Kerja memiliki arti sebuah kegiatan yang dilakukan sebagai mata pencaharian untuk mencari nafkah (Kemendikbud, 2016).

Bekerja merupakan usaha yang dilakukan seseorang, baik menggunakan anggota badan atau pikiran untuk mencukupi kebutuhan. Dapat dilakukan sendiri ataupun kelompok dengan mendapatkan imbalan. Bekerja disebut juga bisnis, yang maknanya seseorang yang beraktifitas bisnis disebut juga sedang bekerja (Fachrudin, 2013).

##### b. Pengertian pekerja

Pekerja merupakan seseorang yang menerima upah atau imbalan dari hasil aktivitas bekerja yang dilakukan. (Kemendikbud, 2016).

Dalam UU No 13 Th 2003, pasal 2 juga menjelaskan bahwa Pekerja atau yang sering disebut sebagai tenaga kerja merupakan seorang laki - laki atau perempuan yang melakukan aktivitas bekerja guna menghasilkan barang atau jasa untuk memenuhi kebutuhan pribadi atau masyarakat. (UU RI No 13 Th 2013 tentang Ketenagakerjaan, 2013)

##### c. Waktu / durasi kerja

Undang – undang Ketenagakerjaan No 13 Th 2003 pasal 77 telah mengatur durasi / waktu bekerja yang efektif yaitu 7 jam perhari dengan sistem 6 hari kerja dalam satu minggu, dan 8 jam / hari dengan sistem 5 hari kerja dalam satu minggu.

Serta diatur pula mengenai waktu istirahat bekerja yaitu sekurang kurangnya 30 menit. Dan istirahat dijadwalkan setelah bekerja dengan durasi 4 jam (UU RI No 13 Th 2013 tentang Ketenagakerjaan, 2013).

## 5. Studi Literatur

Penelitian *Systematic Literature Review (SLR)* merupakan penelitian dilakukan untuk merangkum dan menganalisis hasil dari penelitian primer yang telah dilakukan peneliti sebelumnya. Meliputi serangkaian kegiatan mengumpulkan, membaca, dan mengolah data dari jurnal yang terpilih untuk dilakukan review (Handayani, 2017).

Pada prinsipnya *Systematic Review* adalah metode penelitian yang merangkum hasil-hasil penelitian primer untuk menyajikan fakta yang lebih komprehensif dan berimbang.

### a. Metode penelitian literatur review

Hal yang perlu diperhatikan dalam penyusunan penelitian literatur review adalah membuat protokol penelitian, yang sering digunakan dalam penelitian literatur adalah PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-analyses*), antara lain:

#### 1) mendefinisikan kriteria kelayakan

Ditentukan dengan kriteria inklusi dimana jurnal harus merupakan riset asli yang telah dikaji dan dituliskan dalam bahasa inggris/ indonesia (Handayani, 2017).

#### 2) mendefinisikan sumber informasi

Pencarian literatur dilakukan pada database online yang memiliki repositori besar untuk studi akademis. Selain itu, penelusuran terhadap daftar referensi pada artikel yang masuk dalam kriteria inklusi juga dilakukan untuk menemukan apakah terdapat studi terkait lainnya yang berelevansi dengan penelitian ini (Handayani, 2017).

#### 3) pemilihan literatur

beberapa hal yang harus diperhatikan untuk pemilihan jurnal/ literatur yang akan dijadikan rujukan dalam penelitian antara lain:

##### a) Penentuan kata kunci

- b) Penelusuran dan seleksi judul, abstrak serta kata kunci pada jurnal yang diperoleh dari hasil penelusuran. berdasarkan kriteria inklusi yang telah disusun sebelumnya.
  - c) Membaca secara utuh atau sebagian isi dari jurnal yang belum tereliminasi untuk menentukan apakah jurnal layak untuk dimasukkan dalam kajian selanjutnya sesuai dengan kriteria inklusi.
  - d) Daftar referensi dari artikel terpilih dilakukan pengkajian ulang untuk menemukan studi terkait lainnya. Artikel yang terdapat pada daftar referensi akan dikaji kembali dengan melakukan tahapan 3 sampai dengan 4 tahapan (Handayani, 2017).
- 4) pengumpulan data
- Pengumpulan data dilakukan secara manual dengan membuat formulir ekstraksi data meliputi: tipe jurnal, nama jurnal, tahun, topik, judul, kata kunci, lokasi penelitian, metodologi penelitian, dan lain lain (Handayani, 2017)
- 5) pemilihan item data
- data didapatkan dari jurnal terpilih yang terdiri dari:
- a) Demografi artikel
  - b) Distribusi studi terkait
  - c) Negara yang melakukan studi terkait
  - d) Distribusi metode penelitian
  - e) Lain sebagainya (Handayani, 2017).

## **B. Variabel Penelitian**

Variabel dari jurnal yang digunakan dalam penelitian *literatur review* adalah pengalaman menyusui ASI pada ibu bekerja.

## **C. Pertanyaan Penelitian**

Apa yang menjadi faktor penghambat dan pendukung menyusui ASI dikalangan ibu bekerja?