

Menyusui Batita – Kenapa Sih?



Saat ini selain makin banyak wanita yang menyusui bayinya, makin banyak juga yang menyadari bahwa mereka merasa cukup nyaman untuk menyusui lebih lama dari jangka waktu yang mereka tetapkan sebelumnya. Sejak lama UNICEF telah menghimbau ibu untuk menyusui bayinya selama dua tahun atau lebih, dan American Academy of Pediatrics pun kini merekomendasikan para ibu untuk menyusui hingga bayi berusia *setidaknya* satu tahun dan diteruskan selama yang diinginkan ibu dan bayi. Bahkan Canadian Pediatric Society, dalam pernyataan terbarunya tentang pemberian makan mengakui bahwa ibu mungkin ingin menyusui selama dua tahun atau lebih dan Health Canada telah mengeluarkan pernyataan yang senada dengan UNICEF. Dalam sejarah manusia, menyusui hingga usia 3 dan 4 tahun merupakan hal yang wajar di banyak negara hingga baru-baru ini, dan menyusui batita masih umum di banyak masyarakat.

Mengapa menyusui perlu dilanjutkan setelah 6 bulan?

Karena banyak sekali ibu dan bayi yang menikmati proses menyusui. Jadi, mengapa harus menghentikan kegiatan yang menyenangkan ini? Lagipula hal ini baik untuk kesehatan dan kesejahteraan ibu dan anak.

Tapi dikatakan bahwa ASI tidak lagi memiliki gizi setelah 6 bulan.

Banyak pihak yang mungkin menyatakan hal ini, tapi pernyataan tersebut jelas salah. Setiap orang (termasuk Dokter Spesialis Anak) yang menyatakan hal tersebut menunjukkan betapa sedikitnya informasi tentang proses menyusui di sekitar kita. Bagaimanapun juga, ASI adalah susu. Bahkan setelah 6 bulan, ASI masih mengandung protein, lemak, dan nutrisi penting lainnya serta kandungan-kandungan yang sesuai dengan kebutuhan bayi dan anak. ASI masih mengandung zat imunologi yang membantu melindungi anak meskipun sudah berusia 2 tahun atau lebih. Bahkan beberapa kandungan zat imun ASI malah lebih tinggi pada tahun ke dua dibandingkan pada tahun pertama. Hal ini memang sudah sepatutnya, karena anak-anak di atas 1 tahun pada umumnya terpapar lebih banyak penyakit daripada bayi yang masih kecil. ASI masih mengandung zat pertumbuhan istimewa yang membantu sistem imun menjadi matang, dan juga membantu otak, usus, dan organ-organ lain untuk berkembang dan matang.

Jelas terlihat pada anak-anak di tempat penitipan anak yang masih disusui mengalami infeksi yang jauh lebih ringan dan lebih jarang dibandingkan dengan anak-anak yang tidak disusui. Dengan demikian ibu menjadi lebih jarang mangkir di tempat bekerja jika terus melanjutkan menyusui.

Menarik bahwa pemasaran perusahaan susu formula mendorong penggunaan susu formula (sebuah tiruan yang sangat buruk dari ASI) untuk anak usia 1 tahun, namun di lain pihak memberi kesan bahwa ASI (yang secara gagal ditiru oleh susu formula) hanya baik untuk 6 bulan pertama, bahkan kurang (“nutrisi terbaik bagi bayi yang baru lahir”). Sayangnya masih terlalu banyak tenaga kesehatan pula yang mengikuti hal tersebut.

Saya dengar bahwa zat imunologi dalam ASI menghambat bayi mengembangkan imunitasnya sendiri jika saya menyusui lebih dari 6 bulan.

Hal ini tidak benar, bahkan terdengar konyol. Memang sulit dipercaya bahwa begitu banyak pernyataan mengenai keuntungan-keuntungan menyusui yang diputarbalikkan. Kita memberikan imunisasi kepada bayi sehingga mereka mampu mempertahankan diri mereka sendiri melawan infeksi yang sebenarnya. ASI pun juga membantu bayi untuk mematikan infeksi. Ketika bayi mematikan infeksi, ia menjadi imun/kebal. Secara alami.

Tapi saya ingin bayi saya menjadi mandiri.

Apakah menyusui membuat anak menjadi tidak mandiri? Jangan percaya akan hal ini. Anak yang menyusu sampai dia menyapih sendiri (biasanya dari 2 sampai 4 tahun), biasanya *lebih* mandiri, dan, mungkin, lebih penting lagi, *lebih merasa aman* dalam kemandiriannya. Dia telah mendapatkan kenyamanan dan keamanan dari payudara ibu, hingga *dia* siap mengambil langkah sendiri untuk berhenti menyusu. Ketika anak membuat keputusan sendiri, dia tahu bahwa dia telah mencapai sesuatu, dia tahu bahwa dirinya sudah melangkah maju. Ini merupakan kejadian penting dalam hidupnya yang membuat dia bangga.

Kita seringkali memaksa anak untuk menjadi mandiri terlalu cepat. Tidur sendiri terlalu cepat, menyapih dari payudara terlalu cepat, melakukan hal-hal tanpa orang tuanya terlalu cepat, melakukan segalanya terlalu cepat. Jangan memaksa, maka anak akan menjadi mandiri segera. Mengapa terburu-buru? Dalam waktu singkat mereka akan meninggalkan rumah. Anda ingin anak Anda meninggalkan rumah pada usia 14 tahun? Jika suatu kebutuhan sudah terpenuhi, maka anak tidak akan mencarinya lagi. Namun jika suatu kebutuhan tidak terpenuhi (contohnya kebutuhan untuk disusui dan dekat dengan ibunya), kebutuhan ini akan terus ada selama masa kanak-kanak dan bahkan pada masa remaja.

Tentu saja dalam beberapa situasi, menyusui juga digunakan untuk memelihara sebuah ketergantungan yang berlebihan. Tapi ini sama halnya dengan masalah pemberian makanan atau menatur anak (*toilet training*). Inti sebenarnya bukan pada proses menyusui itu sendiri, namun terletak pada persoalan lain.

Lalu, apa lagi?

Mungkin aspek terpenting dari menyusui seorang balita bukanlah keunggulan nutrisi atau imunologi, walaupun hal tersebut juga penting. Saya percaya bahwa aspek terpenting dari menyusui seorang balita adalah hubungan istimewa yang terjalin antara anak dan ibunya. Menyusui adalah ungkapan cinta yang jelas, yang berulang setiap kali anak menyusu pada payudara. Hal ini berlanjut ketika bayi menjadi seorang anak. Setiap orang yang tanpa prasangka, yang pernah mengamati bayi yang lebih besar atau balita yang menyusui, dapat mengatakan bahwa ada sesuatu yang istimewa sedang berlangsung, sesuatu yang jauh lebih dalam dari sekedar memberi makan. Seorang balita terkadang secara spontan, untuk alasan yang tidak jelas, tertawa pada saat sedang menyusu. Kegemarannya pada payudara jauh melebihi sumber makanan. Dan jika ibunya mau, menyusui dapat juga menjadi sumber kesenangan bagi ibu, jauh melebihi kesenangan menyediakan makanan. Tentu saja, menyusui tidak selalu luar biasa, seperti juga hal lain. Namun ketika proses menyusui sudah menjadi hal yang menyenangkan, maka semuanya akan sangat layak untuk diperjuangkan.

Dan ketika anak sakit atau terluka (seperti jika bermain dengan anak-anak lain, mereka menjadi lebih nekat), cara apa yang lebih mudah untuk membuat anak merasa nyaman daripada menyusui? Saya teringat malam-malam di instalasi gawat darurat ketika para ibu mencoba mengurangi rasa sakit yang diderita bayi-bayi dan balita-balita yang tidak mereka susui, namun seringkali tidak berhasil. Sementara ibu menyusui dapat duduk tenang dengan bayi mereka melekat di payudara. Para ibu tersebut menyamankan anaknya yang sakit dengan menyusui, dan anak menyamankan ibunya dengan menyusu.

Pertanyaan? Pertama-tama kunjungi laman nbc.ca atau drjacknewman.com. Jika informasi yang Anda butuhkan tidak ada, klik *Contact Us* dan tulis pertanyaan Anda ke dalam email. Informasi juga tersedia di dalam **Dr. Jack Newman's Guide to Breastfeeding** (atau **The Ultimate Breastfeeding Book of Answers**); dan/atau DVD kami, **Dr. Jack Newman's Visual Guide to Breastfeeding** (tersedia dalam bahasa Perancis atau dengan teks dalam bahasa Spanyol, Portugis dan Itali); dan/atau **The Latch Book and Other Keys to Breastfeeding Success**; dan/atau **L-eat Latch and Transfer Tool**; dan/atau **GamePlan for Protecting and Supporting Breastfeeding in the First 24 Hours of Life and Beyond**.

untuk membuat perjanjian dengan klinik kami kunjungi www.nbc.ca. jika Anda kesulitan mengirim email atau mendapat akses internet, hubungi (416) 498-0002.

Menyusui Batita, 2009©

Written and revised (under other names) by Jack Newman, MD, FRCPC, 1995-2005©

Revised by Jack Newman MD, FRCPC, IBCLC and Edith Kernerman IBCLC, 2008, 2009©