# BAB II

# KAJIAN PUSTAKA

1. Telaah Pustaka
2. ASI Eksklusif
3. Pengertian

ASI (Air Susu Ibu) adalah penyelamat hidup paling murah dan efektif di dunia27. ASI mengandung jumlah nutrisi yang tepat. berbagai macam ASI sangat dibutuhkan oleh bayi. ASI mengandung protein, karbohidrat, vitamin, mineral, lemak dan air sebagai komponen yang sesuai dengan kebutuhan bayi28. Konsistensinya lembut pada perut, usus, dan sistem tubuh bayi yang sedang berkembang. Ibu disarankan agar menyusui sampai bayi berusia 6 bulan, kemudian menyusui dengan makanan padat setidaknya sampai usia 1 hingga 2 tahun29. Menyusui adalah salah satu cara paling efektif untuk memastikan kesehatan dan kelangsungan hidup anak30,31.

ASI eksklusif adalah sumber asupan nutrisi bagi bayi baru lahir yaitu ASI, yang mana sifat ASI bersifat eksklusif karena pemberiannya berlaku saat bayi berusia 0 bulan hingga 6 bulan32. Pemberian ASI secara eksklusif merupakan intervensi gizi yang paling penting untuk mengatasi kematian dan penyakit anak. ASI eksklusif dianggap sebagai praktik utama untuk mencapai agenda pembangunan berkelanjutan tahun 2030, khususnya SDG 2-yang berfokus dalam mengakhiri kelaparan dan meningkatkan nutrisi di seluruh dunia; SDG3-yang berfokus pada penurunan angka kematian anak, ibu, dan peningkatan kesehatan bagi semua orang secara global. Menyusui adalah makanan yang ideal untuk bayi. ASI mengandung semua nutrisi yang diperlukan untuk pertumbuhan, perkembangan dan antibodi yang dapat melindungi mereka dari banyak penyakit masa kanak-kanak33.

Selain penekanan *World Health Organisation’s (WHO)* tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif, laporan dari WHO dan *United Nations International Children’s Emergency Fund (UNICEF)* telah menunjukkan prevalensi rendahnya tingkat menyusui dan nutrisi pelengkap yang tidak mencukupi di seluruh dunia. Menurut laporan, hanya 43% bayi di bawah usia 6 bulan yang disusui secara eksklusif. Angka tersebut telah dilaporkan menjadi 37% di negara-negara berpenghasilan rendah serta menengah dan serendah 20% di negara-negara berpenghasilan tinggi34.

1. Manfaat ASI Eksklusif

Menyusui dikaitkan dengan peningkatan kelangsungan hidup bayi dan manfaat kesehatan yang signifikan baik untuk bayi dan ibu35. ASI eksklusif memiliki manfaat jangka pendek maupun panjang36–38.

1. Manfaat untuk Bayi
2. Jangka Pendek : peningkatan berat badan, peningkatan ikatan ibu dan anak, mengurangi kejadian diare saat bayi, dan stabilisasi parameter metabolisme.
3. Jangka Panjang : perkembangan kognitif yang lebih baik, IQ lebih tinggi, kemampuan penalaran yang lebih besar, pencegahan obesitas, serta mencegah penyakit kardiovaskuler.
4. Manfaat untuk Ibu
5. Jangka Pendek : peningkatan ikatan ibu dan anak, ibu yang sedang menyusui akan segera kembali ke berat badan sebelum hamil.
6. Jangka Panjang : penurunan risiko kanker payudara dan ovarium pada periode pramenopause dan osteoporosis pada periode pascamenopause.
7. Faktor Penentu Keberhasilan ASI Eksklusif
8. Tingkat Pendidikan

Pendidikan seseorang terkait dengan kemampuan seseorang untuk mempelajari perilaku yang berhubungan dengan perilaku sehat. Perilaku juga dipengaruhi banyak faktor, tidak hanya pendidikan yang merupakan faktor predisposisi, tetapi juga faktor *enabling*, dan *reinforcing*, yang mempunayai kaitan erat satu dengan yang lain. Dengan pendidikan tinggi seseorang akan cenderung mendapatkan informasi, baik dari orang lain maupun dari media massa, sebaliknya tingkat pendidikan yang kurang akan menghambat perkembangan dan sikap seseorang terhadap nilai-nilai yang baru diperkenalkan.

1. Dukungan Tenaga Kesehatan

Demi menunjang keberhasilan menyusui dalam manajemen laktasi, maka dalam pelaksanaannya terutama dimulai pada masa kehamilan, segera setelah persalinan, dan pada masa menyusui selanjutnya. Adapun upaya-upaya yang dapat dilakukan petugas kesehatan agar tercapai keberhasilan menyusui pada klien/pasiennya antara lain pada masa antenatal, intranatal, dan masa post-natal (masa menyusui)39.

1. Dukungan Keluarga

Salah satu faktor yang mempengaruhi rendahnya cakupan ASI eksklusif yaitu masih kurangnya dukungan keluarga itu pengaruhnya terhadap keberhasilan ASI eksklusif. Adanya dukungan keluarga maka akan berdampak pada peningkatan rasa percaya diri atau motivasi dari ibu dalam menyusui. Menurut Friedman, dukungan keluarga terdiri dari dukungan penilaian, instrumental, informasional, dan emosional40.

1. Pekerjaan Ibu

Pekerjaan ialah sekumpulan kedudukan atau posisi yang memiliki persamaan kewajiban dan tugas-tugas pokoknya. Dalam arti sempit, istilah pekerjaan digunakan untuk tugas atau kerja yang menghasilkan sebuah karya bernilai imbalan dalam bentuk uang bagi seseorang. Sebuah penelitian memberikan hasil bahwa IRT memiliki waktu yang cukup untuk memberikan ASI secara Eksklusif. Dibandingkan dengan ibu yang bekerja sebagai PNS, TNI/POLRI dan Karyawan/Wiraswasta41.

1. Keterampilan Menyusui

Faktor yang juga mempengaruhi ialah perilaku pemberian ASI yang kurang tepat, seperti; (1) Tidak membersihkan payudara terlebih dahulu; (2) Kepala bayi terletak di siku sehingga bayi menunduk/kepala bayi dari atas payudara; (3) Badan bayi tidak menghadap ke badan ibu; (4) Kepala bayi menoleh sehingga leher bayi berputar; (5) Badan ibu condong ke depan; (6) Hanya bahu bayi yang ditopang oleh tangan ibu; (7) Dagu bayi menempel pada payudara ibu; (8) Dada bayi tidak menempel pada dada ibu; (9) Mulut bayi tidak terbuka, bibir bayi “mecucu”, areola bagian atas terlihat sedikit8. Hal tersebut membuat bayi mengalami kesulitan menyusui dan mengalami pelekatan yang salah sehingga menyebabkan puting lecet, pecah-pecah bahkan berdarah, dan ibu merasakan nyeri ketika menyusui. Karena hal tersebut, banyak para ibu memutuskan untuk melakukan penyapihan secara dini pada bulan pertama menyusui6.

1. Keterampilan Menyusui
2. Teknik Menyusui yang Benar

Dalam kegiatan praktik menyusui, terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan sehingga kegiatan menyusui dapat berjalan dengan adekuat. Hal tersebut antara lain :

1. Kondisi Ibu

Ibu yang terlihat senang dan nyaman dapat membantu proses menyusui. Ibu yang terlihat sedih dan tidak nyaman membuat menyusui menjadi sulit. Menyentuh dan berbicara dengan bayi merupakan tanda-tanda keeratan hubungan yang penuh kasih (bonding). Pastikan ibu duduk dalam posisi nyaman dan rileks.

1. Cara Ibu Menggendong Bayinya

Bayi lebih mudah mengisap dengan efektif jika ibu menopang seluruh tubuh bayi sehingga memudahkan bayi untuk melekat pada payudara. Menopang hanya kepala dan bahu bayi akan menyulitkan bayi untuk menyusu. Jika ibu tenang dan nyaman, ini akan membantu ASI mengalir. Jika ibu gelisah, contohnya dia mendorong dan menggoyang bayinya. Ini dapat mengganggu menyusu dan aliran ASI. Empat kunci keberhasilan posisi bayi saat menyusui yaitu :

1. Tubuh bayi dalam segaris lurus
2. Ibu mendekap tubuh bayi dekat dengan tubuhnya
3. Menopang seluruh tubuh bayi, tidak bukan hanya kepala dan bahu
4. Mendekatkan bayi ke payudara, dengan hidung berhadapan dengan puting.
5. Kondisi Bayi

Keadaan bayi dapat dilihat melalui :

1. Ukuran rata-rata atau sangat kecil atau besar
2. Secara umum sehat dan tidak dehidrasi
3. Bergizi baik atau tidak
4. Waspada, mengantuk, atau tidak sadar
5. Tampak abnormal (contohnya bayi dengan bibir sumbing)

Bayi yang sehat akan menyusui dengan efektif dan mendapat cukup ASI untuk tumbuh kembangnya.

1. Respons Bayi Terhadap Payudara

Kita dapat melihat seorang bayi dapat memberikan respons dengan beberapa cara berikut ini. Jika bayi masih muda : mencari puting susu ketika siap menyusu. Ia mungkin memalingkan kepala ke kiri ke kanan, membuka mulut, menjulurkan lidah ke bawah dan ke depan, dan menggapai-gapai payudara. Hal ini menunjukkan bahwa bayi lapar dan menginginkan makanan. Jika bayi lebih tua : menoleh-noleh dan menggapai payudara dengan tangannya. Kedua reaksi tersebut menunjukkan bayi ingin menyusui.

Jika bayi menangis, memundurkan kepala atau berpaling dari ibunya, hal tersebut menunjukkan bahwa bayi tidak ingin menyusu, dan ada masalah dengan menyusui. Jika bayi gelisah dan melepaskan payudara, atau menolak menyusu, bisa berarti bayi tidak melekat dengan baik dan tidak berhasil mendapatkan ASI. Tanda-tanda bayi cukup mendapatkan ASI adalah ketika bayi tampak tenang saat menyusu, rileks dan puas sesudah menyusui.

1. Cara Ibu Menopang Payudara untuk Bayinya

Ibu dapat menopang seluruh payudara dengan menaruh telapak tangannya di dinding dada dan menyangga payudaranya dengan jari tengah. Ibu dapat menggunakan jempolnya di atas payudaranya berlawanan dengan arah puting untuk membentuk payudaranya. Cara ini terkadang disebut dengan “C-hold”. Beberapa ibu tidak perlu untuk menopang payudaranya sama sekali, apalagi jika payudaranya kecil. Apabila bayi melekat dengan baik dan menyusu dengan efektif, maka cara ini tidak diperlukan.

Berikut cara menopang payudara yag benar :

1. Ibu harus meletakkan jari-jarinya di dinding dada di bawah payudara, sehingga jari telunjuk membentuk topangan di bagian dasar payudara.
2. Ibu dapat menggunakan ibu jari untuk menekan lembut bagian atas payudaranya.
3. Sebaiknya ibu tidak memegang payudara terlalu dekat ke puting karena dapat mengganggu pelekatan dan aliran ASI.
4. Pelekatan Bayi untuk Menyusui

Tanda-tanda pelekatan yang baik yaitu :

1. Daerah areola yang terlihat di atas mulut bayi lebih luas ketimbang di bawahnya
2. Mulut bayi terbuka lebar,
3. Bibir bawah bayi terlipat keluar,
4. Dagu bayi menempel ke payudara ibu. Sedangkan untuk tanda-tanda pelekatan yang buruk antara lain
5. daerah areola yang terlihat di bawah mulut bayi lebih luas atau sama luasnya ketimbang di atas mulut,
6. mulut bayi tidak terbuka lebar, mulut terlihat mecucu dan bibir bawah terlipat ke dalam, dagu bayi tidak menempel ke payudara ibu.

Tanda-tanda menyusu yang efektif yaitu bayi melakukan isapan lambat dan dalam, kemudian dia berhenti sebentar dan menunggu sampai saluran ASI mengisi lagi. Setelah itu dia melakukan beberapa isapan yang cepat untuk memerah ASI. Ketika ASI mengalir, isapannya menjadi lebih dalam dan lambat lagi. Kita dapat melihat atau mendengar bayi menelan. Pipi bayi membulat. Tanda-tanda menyusu efektif ini menunjukkan bahwa bayi mendapatkan ASI yang cukup.

Tanda-tanda menyusu yang tidak efektif yaitu ketika bayi melakukan isapan yang cepat setiap saat. Bayi mungkin mengeluarkan suara kecapan setiap dia mengisap. Pipi bayi terlihat tegang atau kempot pada saat dia mengisap. Tanda-tanda menyusu yang tidak efektif menunjukkan bahwa bayi tidak mendapat cukup ASI.

1. Mengakhiri Kegiatan Menyusui

Jika bayi melepaskan sendiri payudara, tampak puas dan mengantuk, ini menunjukkan bayi sudah mendapatkan semua kebutuhan dari satu payudara. Mungkin ia ingin atau tidak ingin menyusu payudara yang sebelahnya. Ketika bayi berhenti sebentar, kadang ibu segera melepaskan bayi dari payudara karena mengira bayi sudah selesai; atau karena ia ingin memastikan bayi mengisap dari payudara yang satunya juga; atau karena ibu ingin melakukan hal lain. Bayi yang terlalu cepat dilepaskan dari payudara sebelum selesai menyusu mungkin tidak mendapatkan cukup susu akhir. Jadi mungkin ia ingin segera menyusu lagi.

Durasi yang pasti tidaklah penting. Biasanya, lama kegiatan menyusui sangat bervariasi, dari beberapa menit sampai setengah jam. Namun jika kegiatan menyusui berlangsung terlalu lama (lebih dari setengah jam) atau terlalu singkat (kurang dari 4 menit), hal ini menunjukkan kemungkinan adanya kesulitan, mungkin pada pelekatan. Meski begitu, di hari-hari pertama setelah persalinan atau pada bayi berat badan lahir rendah, kegiatan menyusui mungkin berlangsung sangat lama dengan bayi beberapa kali berhenti, dan hal ini normal.

1. Kondisi Payudara Ibu

Kondisi payudara ibu dapat dilihat melalui :

1. Tanda refleks oksitosin yang aktif,
2. Ukuran dan bentuk payudara, ibu mungkin khawatir payudaranya terlalu besar atau terlalu kecil, namun kedua hal tersebut normal dan tidak mempengaruhi praktik menyusui,
3. Bentuk puting yang terlalu datar atau besar, terbenam atau keluar,
4. payudara yang penuh sebelum menyusui dan lunak setelah menyusui, menunjukkan bahwa bayi mengeluarkan ASI.
5. Payudara yang kepenuhan atau bengkak sepanjang waktu mungkin menunjukkan bayi tidak mengeluarkan ASI secara efektif,
6. Kulit puting dan payudara tampak sehat. Kulit kemerahan atau retakan yang menunjukkan adanya masalah,
7. Saat bayi melepaskan payudara, puting tampak teremas, atau ada garis membelah puncak puting atau membelah sisi puting, Ini merupakan tanda pelekatan tidak baik37.
8. Menyusui dengan Posisi Berbaring
9. Bantu 'ibu' untuk berbaring dengan posisi nyaman dan santai, pada satu sisi.

Agar nyaman, ibu perlu berbaring menyamping dengan posisi yang bisa membuatnya tidur. Berbaring disangga oleh satu siku seperti ini umumnya tidak membuat ibu merasa rileks. Jika ibu punya bantal, memasang bantal di bawah kepala dan di bawah dada ibu bisa membantu.

1. Tunjukkan kepada 'ibu' cara memegang bayi.

Penting sekali menjelaskan empat butir kunci sama seperti demonstrasi yang sebelumnya. Tubuh bayi harus lurus, menghadap payudara, dekat dengan tubuh ibu, dan ditopang. Ibu dapat menyangga bayi dengan lengan bawahnya. Bila perlu, ibu bisa menopang payudara dengan lengan atasnya. Jika ibu tidak menopang payudaranya, ia dapat menopang bayi dengan lengan atasnya. Mungkin akan membantu jika menaruh bantal atau gulungan pakaian di punggung bayi untuk menjaganya tetap pada posisi yang benar. Menyusui sambil berbaring berguna:

1. Saat ibu ingin tidur, sehingga ia bisa menyusui tanpa harus bangkit
2. Segera setelah operasi Caesar, ketika berbaring telentang atau menyamping bisa membantu ibu menyusui dengan lebih nyaman.

Alasan umum kesulitan melekatkan bayi sambil berbaring adalah posisi bayi yang terlalu tinggi (dekat dengan ketiak ibu), dan kepala bayi harus menunduk untuk mencapai puting.

1. Menolong Ibu Menggunakan Posisi Rebahan *(reclining)*

Bantu ibu dengan posisi reclining, bersandar, condong ke belakang, ditopang bantal. Ibu perlu bersandar ke belakang cukup jauh agar bayi bisa ditopang oleh tubuhnya yang bersandar, tapi tidak benar-benar berbaring. Bayi dapat telanjang dan tengkurap pada dada ibu yang juga telanjang dada, sehingga terjadi kontak kulit. Posisi ini sangat berguna jika bayi sulit melekat pada payudara, atau jika bayi tidak bisa istirahat dan menangis. Posisi ini sering menenangkan bayi, dan dia bisa menemukan sendiri payudara ibunya, seperti bayi baru lahir.

1. Menyusui dengan Puting Datar dan Terbenam

Bayi tidak mengisap melalui puting. Kelenturan (protaktilitas) payudara lebih penting daripada bentuk puting. Kelenturan meningkat selama kehamilan, dan dalam minggu pertama atau begitu bayi lahir. Jadi sekalipun puting seorang ibu tampak datar di awal kehamilan, bayinya mungkin saja menyusu dari payudara tanpa kesulitan.

Penatalaksanaan puting datar dan terbenam

1. Bangun kepercayaan diri ibu bahwa payudara akan membaik
2. Jelaskan bahwa bayi menyusu pada PAYUDARA, bukan puting
3. Biarkan bayi menjelajahi payudara dengan kontak kulit
4. Bantu ibu mengatur posisi bayi pada payudara
5. Bantu ibu agar puting lebih menonjol sebelum menyusui

Kadang menonjolkan puting sebelum menyusui membantu bayi melekat. Merangsang puting manual, atau sebuah tabung suntik unutk menarik putting keluar. Untuk membentuk payudaranya, ibu menopangnya dari bagian bawah dengan jari-jarinya, dan menekan lembut bagian atas payudaranya dengan ibu jari. Bayi memasukkan puting berikut jaringan payudara yang membentuk areola ke dalam mulutnya untuk membentuk semacam ‘dot’. Ibu sebaiknya hati-hati agar tidak memegang payudaranya terlalu dekat dengan puting.

1. Standar Prosedur Operasional Membimbing Ibu Menyusui

Berikut merupakan Standar Prosedur Operasional (SPO) membimbing ibu dalam menyusui berdasarkan SK Direktur RSUD Nyi Ageng Serang Nomor 188/9b/III/Tahun 2016 tentang pelayanan PONEK (Pelayanan Obstetri Neonatal Emergensi Komprehensif) Rumah Sakit Umum Daerah Nyi Ageng Serang Kabupaten Kulon Progo42 :

1. Pengertian

Membimbing ibu menyusui, dalam menerapkan tata cara menyusui bayi dengan benar.

1. Tujuan
2. Mencegah terjadinya luka pada puting susu
3. Memberi rasa aman dan nyaman bagi ibu dan bayi
4. Prosedur
5. Mencuci tangan sebelum dan sesudah tindakan
6. Memperlihatkan gambar dan tunjukkan posisi puting susu pada mulut bayi
7. Memberitahu posisi menyusui yang baik
8. Memberitahu dan memperagakan cara memangku dan mengatur posisi bayi yang akan disusui yaitu :
9. Menggendong bayi dengan posisi kepala bayi pada lipatan lengan dan telapak tangan ibu menopang bokong bayi
10. Lalu tangan pada bokong bayi menahan dan mengatur posisi agar perut ibu dan perut bayi saling menempel
11. Bayi dalam posisi setengah telungkup pada dada ibu
12. Posisi mulut bayi menutup penuh pada areola mamae
13. Tangan satunya menahan payudara ibu yang disusui bayi agar tidak menutup jalan nafas (hidung) bayi
14. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keterampilan Menyusui

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi keterampilan menyusui ibu nifas antara lain :

1. Pengetahuan Ibu

Pengetahuan ibu yang baik memainkan peran kunci dalam proses menyusui. Oleh karena itu, penting untuk memberikan pendidikan antenatal dan nifas dini serta konseling menyusui secara berkala, terutama bagi ibu baru, untuk meningkatkan pengetahuan ibu terhadap keterampilan menyusui43. Dalam sebuah penelitian tentang faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan menyusui bayi, didapatkan hasil bahwa faktor yang paling dominan pada keterampilan menyusui ibu yaitu pengetahuan44.

Pengetahuan ini bisa didapatkan melalui tenaga kesehatan, media edukasi, dan keluarga. Sebuah penelitian juga menyebutkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dan sikap ibu trimester III terhadap keterampilan menyusui yang benar dengan uji statistik terhadap 35 responden, diperoleh dengan nilai korelasi sebesar 0,739 yang berarti ada hubungan yang kuat antara variabel tersebut45.

1. Tingkat Pendidikan Ibu

Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Sedangkan perilaku yang didasari oleh pengetahuan, kesadaran dan sikap yang positif akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian bahwa sebagian besar ibu-ibu berpendidikan cukup tinggi mempunyai perilaku menyusui yang baik dengan keterampilan menyusui yang benar.

Ibu menyusui mempunyai kebutuhan untuk menjaga kesehatan diri dan bayinya, yang dipersiapkan agar dapat memberikan ASI dengan sempurna kepada bayinya. Pendidikan seseorang berpengaruh pada pengetahuannya dan pola pikir ibu sehingga ibu memiliki daya serap terhadap informasi yang cukup tinggi, sebaliknya, pendidikan yang rendah ataupun kurang dapat menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai baru yang diperkenalkan sehingga pengetahuan juga kurang9.

1. Paritas

Paritas sangat mempengaruhi pengalaman ibu dalam keterampilan pemberian ASI. Dengan mempunyai pengalaman menyusui sebelumnya maka akan menunjang keterampilan menyusui yang sekarang dengan kegagalan menyusui dimasa lalu akan mempengaruhi ibu untuk menjadi yang lebih baik. Kegagalan dalam proses menyusui sering disebabkan oleh karena timbulnya beberapa masalah, baik masalah pada ibu maupun masalah pada bayi. Masalah yang paling sering terjadi pada ibu yang menyusui adalah puting susu yang lecet. Keadaan ini biasanya terjadi karena posisi bayi yang salah saat disusui atau cara menyusui yang salah. Bayi hanya menghisap pada puting karena sebagian besar areola tidak masuk ke dalam mulut bayi10.

1. Masalah Payudara

Masalah payudara adalah salah satu faktor yang mempengaruhi keterampilan menyusui. Hal ini disebabkan keadaan payudara yang normal seperti puting susu yang menonjol memudahkan ibu untuk melakukan perlekatan yang baik. Masalah payudara seperti puting retak, mastitis dan puting lecet secara bermakna mempengaruhi posisi dan perlekatan yang penting untuk keefektifan menyusui11.

1. Dukungan Keluarga

Adanya dukungan keluarga maka akan berdampak pada peningkatan rasa percaya diri atau motivasi dari ibu dalam menyusui. Dukungan penuh seorang suami kepada istrinya dalam proses menyusui bayinya meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Peran ayah menyusui merupakan hal yang harus dilakukan oleh ayah untuk mendukung pemberian ASI eksklusif, agar proses pemberian ASI eksklusif oleh ibu dapat berjalan dengan sukses13.

1. Dukungan Tenaga Kesehatan

Sebagian besar sumber informasi tentang ASI eksklusif dari petugas kesehatan ditargetkan pada keperawatan ibu terutama saat melahirkan. Berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan RI No. 450/MENKES/SK/IV/2004 tentang pemberian ASI secara eksklusif pada butir b dinyatakan semua tenaga kesehatan yang bekerja di sarana pelayanan kesehatan agar menginformasikan kepada semua ibu yang baru melahirkan untuk memberikan ASI eksklusif12.

Dukungan tenaga kesehatan adalah kenyamanan fisik dan psikologis, perhatian, penghargaan, maupun bantuan dalam bentuk lainnya yang diterima individu dari tenaga kesehatan. Dukungan tenaga kesehatan dapat berwujud dukungan emosional, penghargaan, instrumental, dan informasi. Tenaga kesehatan merupakan sumber dukungan sosial yang berasal dari individu lain yang sangat jarang memberi dukungan dan memiliki peran yang sangat cepat berubah46.

1. Rawat Gabung

Rawat gabung adalah membiarkan ibu dan bayinya bersama terus menerus47. Di dalam Peraturan Menteri Negara Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak Republik Indonesia Tentang Penerapan Sepuluh Langkah Menuju Keberhasilan Menyusui pada pasal 4 poin g menyebutkan bahwa layanan kesehatan harus melaksanakan rawat gabung dengan mengupayakan ibu bersama bayi 24 jam sehari.

Rawat gabung dapat memudahkan ibu untuk memberikan ASI kepada bayinya kapanpun dan bayi pun akan mendapatkan kolostrum (ASI pertama kali keluar) yang mengandung zat kekebalan terutama immunoglobulin A (IgA) yang melindungi bayi dari berbagai infeksi. Penelitian Yunita membuktikan bahwa ada hubungan antara variabel pelaksanaan rawat gabung dengan variabel sikap ibu dalam memberikan ASI. Dibuktikan dengan penelitian lain yang selaras dengan menyatakan bahwa terdapat hubungan pelaksanaan rawat gabung dengan keberhasilan menyusui. Rawat gabung dapat memberikan kesempatan pada ibu untuk dekat dengan bayinya, sehingga bayi dapat segera disusui dan frekuensi ibu memberi ASI akan lebih sering14.

1. Promosi Kesehatan

Promosi kesehatan adalah proses yang memungkinkan seseorang untuk mengontrol dan meningkatkan kesehatan. Definisi ini mengandung pemahaman bahwa upaya promosi kesehatan membutuhkan adanya kegiatan pemberdayaan masyarakat sebagai cara untuk memelihara, meningkatkan dan melindungi kesehatan baik perorangan maupun masyarakat48.

1. Promosi Kesehatan Ibu Menyusui

Melindungi, mempromosikan dan mendukung menyusui akan menyelamatkan lebih banyak nyawa bayi dan anak-anak daripada intervensi pencegahan tunggal lainnya. Secara global, pemberian ASI eksklusif dan berkelanjutan dapat membantu mencegah 13% kematian pada anak di bawah lima tahun. Menyusui mengurangi beban masyarakat dalam hal pengeluaran kesehatan, rawat inap dan ketidakhadiran. Ini juga menghemat uang keluarga karena meniadakan kebutuhan akan pengganti komersial.

Organisasi Kesehatan Dunia merekomendasikan bahwa:

1. Menyusui dimulai dalam waktu satu jam setelah kelahiran
2. Bayi hanya diberi ASI selama enam bulan pertama kehidupannya
3. Bayi terus menyusui sampai setidaknya usia dua tahun
4. Bayi telah diperkenalkan dengan makanan yang memadai, aman, dan pelengkap sejak usia enam bulan.

WHO memberikan panduan kepada Negara-negara Anggota untuk menghilangkan paparan masyarakat umum terhadap pemasaran pengganti ASI dan promosi makanan yang tidak tepat untuk bayi dan anak kecil melalui penerapan Kode Internasional Pemasaran Pengganti ASI di Wilayah Pasifik Barat. Selain itu, WHO bekerja sama dengan mitra seperti Organisasi Perburuhan Internasional dalam perlindungan maternitas sehingga ibu dapat bersama bayinya untuk menyusui, dan dengan UNICEF dalam Inisiatif Rumah Sakit Ramah Bayi untuk membantu ibu baru memulai menyusui setelah melahirkan49.

1. Edukasi Menyusui di Masa Pandemi COVID-19

Severe Acute Respiratory Syndrome Corona Virus (SARS-CoV)-2, coronavirus baru dari famili yang sama dengan SARS-CoV dan Middle East Respiratory Syndrome (MERS), telah menyebar ke seluruh dunia sehingga World Health Organization (WHO) menyatakan pandemi50. Kecemasan dan kekhawatiran di seluruh dunia tumbuh ketika virus menyebar dan peningkatan tingkat penularan dilaporkan51.

Rasa takut terkait transisi virus, komplikasi kesehatan, dan angka kematian dapat menyebabkan tantangan sosial dan psikososial lainnya seperti stigma, diskriminasi, dan kesesatan52. Setelah epidemi HIV di Etiopia, sebuah penelitian menemukan bahwa ibu HIV-positif memiliki ketakutan yang lebih besar untuk menyusui, yang mengakibatkan penghindaran menyusui dan perasaan bersalah. Demikian pula, ketakutan menyusui selama pandemi COVID-19 tampaknya muncul setelah wabah di kalangan tenaga kesehatan dan ibu, hal ini memberikan tantangan tersendiri untuk program menyusui yang telah dilakukan53.

Dukungan menyusui telah pasti berubah sebagai akibat dari pandemi COVID-19. Padahal hal ini seharusnya menjadi perhatian perawat dan bidan neonatus untuk memahami perspektif ibu sehingga saran praktis dan emosional yang relevan dapat diberikan, terutama pada tahap awal ketika menyusui sedang dilakukan. Dalam hal promosi menyusui, tidak diragukan lagi bahwa membangun hubungan saling percaya dan terapeutik sangat penting. Namun hal ini sangat mengganggu, berpotensi membuat staf keperawatan/bidan neonatus merasa tertekan secara emosional sehingga mereka tidak dapat sepenuhnya memenuhi peran profesional mereka.

Dengan tidak memberikan dukungan menyusui yang biasa, perawat/bidan mungkin menemukan diri mereka dalam posisi yang menantang secara etis karena mereka mungkin bertentangan dengan praktik yang direkomendasikan, meskipun untuk melindungi diri mereka sendiri dan orang-orang dalam perawatan mereka. Gejolak emosional yang dapat ditimbulkan tidak boleh diremehkan dan strategi yang dipimpin oleh seorang atasan mungkin perlu diterapkan untuk memungkinkan perawat/bidan mengatasi dilema ini54.

1. Media Edukasi

Secara harfiah kata media memiliki arti “perantara” atau “pengantar”. *Association for Education and Communication Technology (AECT)* mendefinisikan media yaitu segala bentuk yang dipergunakan untuk suatu proses penyaluran informasi. Sedangkan *Education Association (NEA)* mendefinisikan sebagai benda yang dapat dimanipulasi, dilihat, didengar, dibaca atau dibicarakan beserta instrument yang dipergunakan dengan baik dalam kegiatan belajar mengajar. Pada intinya, media merupakan sesuatu yang bersifat menyalurkan pesan dan dapat merangsang pikiran, perasaan, dan kemauan audien sehingga mendorong terjadinya proses belajar pada dirinya55.

1. Macam Media Edukasi
2. Media grafis

Pada prinsipnya, semua jenis media dalam kelompok ini merupakan penyampaian pesan lewat simbol-simbol visual dan melibatkan rangsangan indra penglihatan. Karakteristik yang dimiliki, yaitu: bersifat konkret, dapat mengatasi batasan ruang dan waktu, dapat memperjelas suatu masalah dalam bidang masalah apa saja dan pada tingkat usia berapa saja, murah harganya dan mudah mendapatkan serta mengguggannya terkadang memiliki ciri abstrak (pada jenis media diagram), merupakan ringkasan visual suatu proses, terkadang menggunakan symbol-simbol verbal (pada jenis media grafik), dan mengandung pesan yang bersifat interpretatif.

1. Media audio

Hakikat dari jenis-jenis media dalam kelompok ini adalah berupa pesan yang disampaikan atau dituangkan ke dalam simbol-simbol auditif (verbal dan/atau nonverbal), yang melibatkan rangsangan indra pendengaran, Secara umum, media audio memiliki karakteristik atau ciri sebagai berikut: mampu mengatasi keterbatasan ruang dan waktu (mudah dipindahkan dan jangkauannya luas), pesan/program dapat direkam dan diputar kembali sesukanya, dapat mengembangkan daya imajinasi dan merangsang partisipasi aktif pendengarnya, dapat mengatasi masalah kekurangan guru, sifat komunikasinya hanya satu arah, sangat sesuai untuk pengajaran musik dan bahasa, dan pesan/ informasi atau program terikat dengan jadwal siaran (pada jenis media radio).

1. Media proyeksi diam

Beberapa jenis media yang termasuk kelompok ini memerlukan alat bantu (misal, proyektor) dalam penyajiannya. Adakalanya media ini hanya disajikan dengan penampilan visual saja, atau disertai rekaman audio. Karakteristik umum media ini, yaitu: pesan yang sama dapat disebarkan ke seluruh siswa secara serentak, penya' jiannya berada dalam kontrol guru, cara penyimpanannya mudah (praktis), dapat mengatasi keterbatasan ruang, waktu, dan indra, menyajikan objek-objek secara diam (pada media dengan penampilan visual saja), terkadang dalam penyajiannya memerlukan ruangan gelap, lebih mahal dari kelompok media grafis, sesuai untuk mengajarkan keterampilan tertentu, sesuai untuk belajar secara berkelompok atau individual.

1. Media berbasis makhluk hidup

Termasuk di dalamnya manusia (seperti guru, tutor, instruktur), hewan dan tumbuhan (kegiatan observasi di taman nasional), dan lain sebagainya. Dalam kebidanan, bidan sendiri dapat menjadi media edukasi bagi kliennya. KIE adalah metode promosi kesehatan yang bertujuan mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih baik. Pemberian KIE oleh bidan untuk kliennya juga memiliki nilai positif bagi kepercayaan diri klien. Dalam KIE keterampilan menyusui, bidan dapat menjadi media bagi klien sehingga klien dapat mendapatkan dukungan serta ilmu yang tepat56.

1. Media video
2. Pengertian

Media audio-visual/video adalah media yang memiliki unsur suara dan unsur gambar. Jenis media ini mempunyai kemampuan yang lebih baik, karena meliputi kedua jenis media yaitu audio dan visual. Pengajaran melalui audio-visual jelas bercirikan pemakaian perangkat keras selama proses belajar, mesin proyektor film, tape recorder, dan proyektor visual yang lebar.

1. Keunggulan penggunaan media video sebagai edukasi
2. Kemampuan meningkatkan persepsi
3. Kemampuan untuk meningkatkan pengertian
4. Kemampuan untuk meningkatkan transfer (pengalihan) belajar;
5. Kemampuan untuk memberikan penguatan (reinforcement) atau pengetahuan hasil yang dicapai
6. Kemampuan untuk meningkatkan retensi (ingatan)
7. Dengan menggunakan audio-visual, pembelajaran akan memberikan pengalaman langsung dan membuat pembelajaran menjadi lebih menyenangkan57.
8. Pesan yang disampaikan dikemas dengan cara menarik sehingga akan mudah diingat penonton
9. Tidak terbatas jarak dan waktu
10. Dapat diulang-ulang
11. Format dapat disajikan dalam berbagai bentuk dan dapat dikirimkan melalui media apapun58
12. Penggunaan Media Video Sebagai Media Edukasi Cara Menyusui

Pendidikan kesehatan yang diberikan harus lebih efektif dan sesuai sasaran serta tujuan, maka diperlukan media yang menarik dan lebih mudah diterima oleh sasaran. Salah satu media yang dapat digunakan dalam melakukan pendidikan kesehatan mengenai cara menyusui yang benar adalah media video. Media video mengandalkan pendengaran dan penglihatan dari sasaran. Penggunaan video melibatkan semua alat indra pembelajaran, oleh karena itu, maka semakin banyak alat indra yang terlibat untuk menerima dan mengolah informasi, semakin besar kemungkinan isi informasi tersebut dapat dimengerti dan dipertahankan dalam ingatan. Media video yang lebih menonjolkan fungsi komunikasi diantaranya film, cerita, iklan, dan video.

Penyuluhan kesehatan tentang ASI eksklusif sudah sering dilakukan dibeberapa pelayanan kesehatan. Namun kenyataannya hal tersebut belum dapat meningkatkan pengetahuan serta kemampuan ibu dalam menyusui. Pendidikan kesehatan yang diberikan agar dapat mencapai tujuan harus memperhatikan beberapa hal diantaranya adalah materi atau pesan dan metode yang disampaikan. Materi atau pesan yang disampaikan harus memperhatikan beberapa hal diantaranya adalah menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh masyarakat dalam bahasa kesehariannya, materi atau pesan tidak terlalu sulit dimengerti oleh sasaran, dalam penyampaian materi sebaiknya menggunakan media agar menarik perhatian sasaran, dan materi disampaikan merupakan kebutuhan dasar dalam masalah kesehatan yang dihadapi sasaran24.

1. Model Promosi Kesehatan *PRECEDE-PROCEED*

*PRECEDE-PROCEED (PRECEDE: Predisposing, Reinforcing, and Enabling Constructs in Educational/ecological Diagnosis and Evaluation; PROCEED: Policy, Regulatory, and Organizational Constructs in Educational and Environmental Development)* adalah salah satu model perencanaan yang paling dikenal dan paling banyak digunakan di masyarakat dan kesehatan masyarakat, dengan lebih dari 1.000 aplikasi model yang diterbitkan59.

Tujuan dari model ini adalah untuk menjelaskan perilaku dan lingkungan yang berhubungan dengan kesehatan, dan untuk merancang dan mengevaluasi intervensi yang diperlukan untuk mempengaruhi perilaku dan kondisi kehidupan yang mempengaruhi mereka dan konsekuensinya60.

*PRECEDE* memiliki empat fase :

1. Fase 1: Mengidentifikasi hasil akhir yang diinginkan. Fase ini dimulai dengan pengumpulan data demografi, yang kemudian disajikan kepada masyarakat untuk membantu warga menentukan prioritas.
2. Fase 2: Mengidentifikasi dan menetapkan prioritas di antara masalah kesehatan atau masyarakat dan faktor-faktor penentu perilaku dan lingkungan yang menghalangi pencapaian hasil tersebut, atau kondisi yang harus dicapai untuk mencapai hasil tersebut; dan mengidentifikasi perilaku, gaya hidup, dan/atau faktor lingkungan yang mempengaruhi masalah atau kondisi tersebut.
3. Fase 3: Mengidentifikasi faktor predisposing, reinforcing, dan enabling yang dapat memengaruhi perilaku, sikap, dan faktor lingkungan yang diprioritaskan pada Fase 2.
4. Fase 4: Mengidentifikasi faktor administratif dan kebijakan yang mempengaruhi apa yang dapat diimplementasikan.

*PROCEED* juga memiliki empat fase yang mencakup implementasi aktual dari intervensi dan evaluasi yang cermat terhadapnya, bekerja kembali ke titik awal hingga hasil akhir yang diinginkan dari proses tersebut.

1. Fase 5: Implementasi (Desain dan pelaksanaan intervensi yang sebenarnya)
2. Fase 6: Evaluasi proses (Apakah kegiatan dilakukan sesuai dengan yang direncanakan)
3. Fase 7: Evaluasi dampak (Apakah intervensi memiliki dampak yang diinginkan pada populasi sasaran)
4. Fase 8: Evaluasi hasil (Apakah intervensi mengarah pada hasil yang diinginkan)61

Menurut Lawrence Green (1991) faktor-faktor yang menentukan perilaku sehingga menimbulkan perilaku yang positif adalah7 :

1. *Predisposing Factors* (Faktor Predisposisi)

Faktor predisposisi adalah faktor yang dapat memfasilitasi atau menghambat motivasi seseorang untuk berubah, dan mencakup pengetahuan, usia, tingkat pendidikan, paritas, dan sikap.

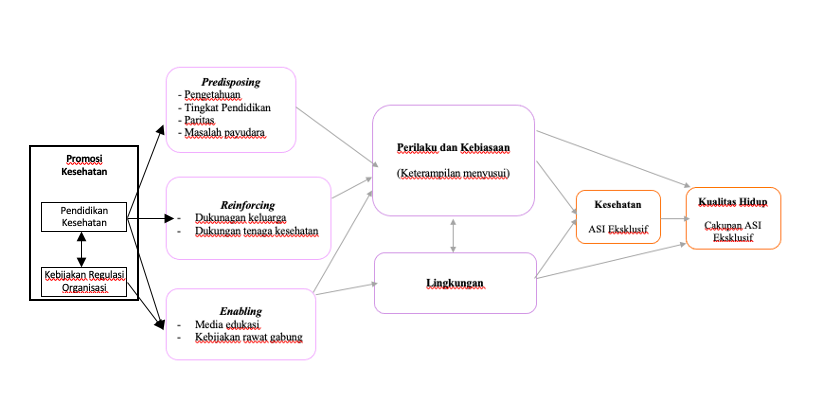
1. *Enabling Factors* (Faktor Pemungkin)

Faktor pemungkin adalah faktor yang dapat mendukung atau menghalangi upaya seseorang untuk membuat perubahan perilaku yang diinginkan, dan mencakup keterampilan, ketersediaan sumber daya, aksesibilitas layanan, undang-undang dan kebijakan.

1. *Reinforcing Factors* (Faktor Penguat)

Faktor penguat adalah sikap masyarakat dan masyarakat yang mendukung atau mempersulit penerapan perilaku sehat atau membina kondisi lingkungan yang sehat. Ini sebagian besar adalah sikap orang-orang berpengaruh: keluarga, teman sebaya, guru, majikan, penyedia layanan kesehatan atau manusia, pemimpin masyarakat, dan politisi dan pembuat keputusan lainnya.

1. Kerangka Teori

****

Gambar 1. Kerangka Teori *PRECEDE PROCEED* oleh L. Green dan M. Kreuter (2005)7

1. Kerangka Konsep

Variabel Independen Variabel Dependen

Media Video DURASI (Edukasi Cara Menyusui)

* Kelompok Eksperimen
* Kelompok Kontrol

Keterampilan Menyusui Ibu Nifas

* Baik (skor 14-22)
* Cukup (skor 7-13)
* Kurang (skor <7)

* Pengetahuan
* Tingkat Pendidikan
* Paritas
* Masalah Payudara

Variabel Luar

Gambar 2. Kerangka Konsep

1. Hipotesis

Berdasarkan telaah pustaka, peneliti menetapkan hipotesis yaitu ada pengaruh media video DURASI (Edukasi Cara Menyusui) terhadap keterampilan menyusui ibu nifas di RSUD Nyi Ageng Serang.

# 