

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Konsep Dasar Laktasi

a. Definisi ASI

ASI merupakan makanan sempurna dan terbaik bagi bayi khususnya bayi (0-6) bulan karena mengandung unsur - unsur gizi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi yang optimal (Dinas Kesehatan,2015). ASI Eksklusif adalah bayi yang hanya diberi ASI saja, sejak usia 30 menit post natal (setelah lahir) sampai usia 6 bulan, tanpa tambahan cairan lain seperti susu formula, sari buah, air putih, madu, air teh, air putih dan tanpa tambahan makanan padat, seperti buah-buahan, biskuit, bubur susu, biskuit, bubur nasi dan nasi tim atau makanan lain selain ASI.²

ASI Eksklusif adalah pemberian ASI kepada bayi tanpa makanan dan minuman pendamping (termasuk air jeruk, madu, air gula) dimulai sejak bayi baru lahir sampai usia 6 bulan tanpa tambahan cairan ataupun makanan lain, ASI dapat diberikan sampai bayi berusia 2 tahun.

b. Definisi laktasi

Laktasi adalah keseluruhan proses menyusui mulai dari ASI diproduksi sampai proses bayi menghisap dan menelan ASI.

Laktasi merupakan bagian integral dari siklus reproduksi mamalia termasuk manusia. Masa laktasi bertujuan untuk meningkatkan pemberian ASI eksklusif dan meneruskan pemberian ASI sampai anak umur 2 tahun secara baik dan benar serta anak mendapat kekebalan tubuh secara alami.

Proses laktasi mempengaruhi hormonal, adapun hormone yang berperan dalam proses laktasi adalah:

- 1) Progesteron, berperan untuk mempengaruhi pertumbuhan dan ukuran alveoli.
- 2) Estrogen, berperan untuk menstimulasi sistem saluran ASI agar membesar sehingga dapat menampung ASI lebih banyak. Kualitas estrogen mengalami penurunan saat melahirkan dan tetap rendah untuk beberapa bulan selama tetap menyusui. Ibu menyusui sebaiknya menghindari KB hormonal berbasis hormon estrogen, karena menjadikan jumlah produksi ASI berkurang.
- 3) *Follicle Stimulating Hormone* (FSH).
- 4) *Luteinizing Hormone* (LH).
- 5) Prolaktin, ketika masa kehamilan prolaktin berperan dalam membesarnya alveoli.
- 6) Oksitosin, aktif untuk mengencangkan otot halus dalam rahim pada saat melahirkan dan pasca melahirkan, seperti halnya juga dalam orgasme. Pasca melahirkan oksitosin berperan untuk mengencangkan otot halus di sekitar alveoli untuk memeras

ASI menuju saluran susu. Oksitosin berperan dalam proses turunnya susu let down atau milk ejection reflex.

7) *Human Placental Lactogen* (HPL). Mulai menginjak bulan kedua kehamilan, placenta menghasilkan banyak HPL yang berfungsi dalam pertumbuhan payudara, puting dan areola sebelum melahirkan. Pada bulan kelima dan keenam kehamilan, payudara bersedia untuk memproduksi ASI.

c. Manajemen laktasi

Manajemen laktasi merupakan segala daya upaya yang dilakukan untuk membantu ibu untuk mencapai keberhasilan dalam menyusui bayinya. Usaha ini dilakukan dalam tiga tahap, yaitu pada masa kehamilan (antenatal), sewaktu dalam ibu persalinan (perinatal), dan masa menyusui sampai anak berusia 2 tahun (postnatal).

Menyusui dalam hal ini memberikan ASI eksklusif merupakan cara yang terbaik untuk bayi karena ASI mudah dicerna dan memberikan gizi dalam jumlah yang cukup untuk kebutuhan bayi. Pelaksanaan pemberian ASI dapat dilakukan dengan benar jika pengetahuan ibu tentang manfaat ASI dan menyusui serta manajemen laktasi baik. Hal yang perlu dipersiapkan dalam manajemen laktasi pada masa kehamilan merupakan ibu mencari informasi tentang keunggulan ASI, manfaat menyusui serta dampak negatif pemberian susu formula, ibu memeriksakan kesehatan tubuh pada saat kehamilan, kondisi puting payudara dan

memantau kenaikan berat badan saat hamil, melakukan perawatan payudara sejak umur kehamilan menginjak 6 bulan, ibu mencari informasi tentang gizi dan makanan tambahan saat hamil.

Persiapan menyusui pada masa kehamilan (antenatal) merupakan hal yang penting dilakukan, sebab dengan persiapan yang lebih baik maka ibu lebih siap menyusui bayinya dan menunjang keberhasilan ASI eksklusif. Selanjutnya pada masa setelah persalinan (intranatal) merupakan upaya membantu pelaksanaan Inisiasi Menyusui Dini (IMD), membantu terjadinya kontak langsung antara ibu-bayi selama 24 jam sehari agar menyusui dapat dilakukan tanpa jadwal, dan yang paling penting ialah menciptakan suasana tenang agar ibu dapat berfikir dengan penuh kasih sayang terhadap bayinya dan penuh rasa percaya diri untuk menyusui bayinya.

Adapun manajemen laktasi pada masa menyusui (postnatal) yakni meliputi ASI eksklusif, teknik menyusui, memeras ASI, serta memberikan dan menyimpan ASI peras. Pemberian ASI eksklusif dapat dihambat oleh beberapa hal, seperti rendahnya pengetahuan ibu dan keluarga mengenai manfaat ASI, cara menyusui yang benar, kurangnya konseling laktasi, faktor sosial budaya, gencarnya pemasaran susu formula.

d. Konsep ASI Eksklusif

ASI eksklusif adalah memberikan ASI saja kepada bayi tanpa makanan atau minuman tambahan lain termasuk air putih

kecuali obat-obatan dan vitamin dan mineral dan ASI yang diperas dan diberikan selama 6 bulan. Pemberian ASI eksklusif dikenal sebagai salah satu yang memberikan pengaruh paling kuat terhadap kelangsungan hidup anak, pertumbuhan dan perkembangan.

World Health Organization (WHO) merekomendasikan untuk menyusui bayi 0-6 atau biasa disebut ASI eksklusif. ASI eksklusif adalah menyusui bayi secara murni, yakni bayi hanya diberi ASI saja selama 6 bulan tanpa tambahan cairan lain, seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih, dan tanpa pemberian makanan tambahan lain, seperti pisang, bubur susu, biskuit, bubur, atau nasi tim. Setelah bayi berusia 6 bulan, barulah bayi diberikan makanan pendamping ASI dengan ASI tetap diberikan sampai usia 2 tahun atau lebih.

e. Komposisi ASI

Komposisi ASI dibagi menjadi 3 macam yaitu:

1) Kolostrum

Kolostrum merupakan cairan yang agak kental berwarna kekuningan kuning, lebih kuning dibandingkan dengan ASI mature, bentuknya agak kasar karena mengandung butiran lemak dan sel-selepitel. Kolostrum adalah ASI yang dikeluarkan pada hari pertama sampai hari ke tiga setelah bayi lahir. Kolostrum merupakan cairan dengan viskossitas kental, lengket dan bewarna kekuningan. Kolostrum mengandung kadar protein yang tinggi , mineral,garam, vitamin A,nitrogen,

sel darah putih dan antibodi yang tinggi dari pada ASI mature. Selain itu, kolostrum mengandung rendah lemak dan laktosa. Protein utama pada kolostrum adalah imunoglobulin (IgG, IgA dan IgM), yang digunakan sebagai zat antibodi untuk mencegah dan menetralkan bakteri, virus, jamur dan parasit. Kolostrum juga sebagai pembersih selaput usus BBL sehingga saluran pencernaan siap untuk menerima makanan dan mengandung zat antibodi sehingga mampu melindungi tubuh bayi dari berbagai penyakit infeksi untuk jangka waktu sampai dengan 6 bulan.

2) ASI masa transisi

ASI transisi adalah ASI yang keluar setelah kolostrum yang dimulai dari keempat sampai hari kesepuluh dari masa laktasi. Selama dua minggu volume air susu bertambah banyak dan berubah warna serta komposisinya, kadar imunoglobulin dan protein menurun, sedangkan lemak dan laktosa meningkat.

3) ASI matur

ASI matur merupakan ASI yang dikeluarkan pada sekitar hari kesepuluh sampai seterusnya, komposisi relatif konstan. Tidak menggumpalkan bila di panaskan. ASI susu yang mengalir pertama kali atau saat lima menit pertama disebut foremilk. ASI yang mengalir pertama lebih encer. ASI ini mempunyai kandungan rendah lemak dan tinggi laktosa, gula, protein, mineral dan air. Selanjutnya, air susu berubah menjadi

hindmilk. Hindmilk kaya akan lemak dan nutrisi. Hindmilk membuat bayi akan lebih cepat kenyang. Maka dari itu, bayi akan membutuhkan keduanya, baik foremilk maupun *hindmilk*.

f. Manfaat pemberian ASI Eksklusif

1) Manfaat ASI bagi bayi

Berikut manfaat ASI yang diperoleh bayi adalah sebagai berikut:

- a) ASI merupakan sumber gizi yang ideal dengan komposisi yang seimbang dan disesuaikan dengan kebutuhan perkembangan bayi
- b) ASI mudah dicerna dan diserap oleh pencernaan bayi yang belum sempurna
- c) ASI termasuk kolostrum yang mengandung zat kekebalan tubuh, meliputi immunoglobulin, lactoferin, enzyme, macrofag, lymphosit, dan bifidus faktor. Semua faktor ini berperan sebagai antivirus, antiprotozoa, antibakteri, dan anti inflamasi bagi tubuh bayi sehingga bayi tidak mudah terserang penyakit. Jika mengkonsumsi ASI, bayi juga tidak mudah terkena infeksi.
- d) ASI juga menghindarkan bayi dari diare karena saluran pencernaan, bayi yang mendapatkan ASI mengandung lactobacilli dan bifidobacteria (bakteri baik) yang membantu membentuk feses bayi yang pH-nya rendah

sehingga dapat menghambat pertumbuhan bakteri jahat penyebab diare dan masalah pencernaan lainnya.

- e) ASI yang didapat bayi selama proses menyusui akan memenuhi kebutuhan nutrisi bayi sehingga dapat menunjang perkembangan otak bayi. Berdasarkan suatu penelitian, anak yang mendapatkan ASI pada masa bayi mempunyai IQ yang lebih tinggi dibandingkan anak yang tidak mendapatkan ASI.
- f) Mengisap ASI membuat bayi mudah mengkoordinasi saraf menelan, mengisap, dan bernapas menjadi lebih sempurna dan bayi menjadi lebih aktif dan ceria.
- g) Mendapatkan ASI dengan menghisap dari payudara membuat kualitas hubungan psikologis ibu dan bayi menjadi semakin dekat.
- h) Mengisap ASI dari payudara membuat pembentukan rahang dan gigi menjadi lebih baik dibandingkan dengan mengisap susu formula dengan menggunakan dot.
- i) Bayi yang diberi ASI akan lebih sehat daripada bayi yang diberi susu formula. Pemberian susu formula pada bayi dapat meningkatkan risiko infeksi saluran kemih, saluran napas, dan telinga. Bayi juga bisa mengalami diare, sakit perut (kolik), alergi makanan, asma, diabetes, dan penyakit saluran pencernaan kronis. sebaliknya, ASI membantu

mengoptimalkan perkembangan sistem saraf serta perkembangan otak bayi.

2) Manfaat menyusui bagi ibu

Sementara itu, menyusui juga memberikan manfaat bagi ibu menurut Nisman (2011, p. 86) :

a) Menghentikan perdarahan pasca persalinan

Ketika bayi menyusui, isapan bayi akan merangsang otak untuk memproduksi hormon prolaktin dan oksitosin. Hormon oksitosin selain mengerutkan otot-otot untuk pengeluaran ASI, juga membuat otototot rahim dan juga pembuluh darah di rahim sebagai bekas proses persalinan, cepat terhenti. Efek ini akan berlangsung secara lebih maksimal jika setelah melahirkan ibu langsung menyusui bayinya.

b) Psikologi ibu

Rasa bangga dan bahagia karena dapat memberikan sesuatu dari dirinya demi kebaikan bayinya (menyusui bayinya) akan memperkuat hubungan batin antara ibu dan bayi.

c) Mencegah kanker

Wanita yang menyusui memiliki angka insidensi terkena kanker payudara, indung telur, dan rahim lebih rendah. 4) Menyusui dengan frekuensi yang sering dan lama dapat digunakan sebagai metode kontrasepsi alami

yang dapat mencegah terjadinya ovulasi pada ibu. Jika akan memanfaatkan metode kontrasepsi ini sebaiknya konsultasi dengan dokter.

- d) Mempercepat ibu kembali ke berat badan sebelum hamil.

Dengan menyusui, cadangan lemak dari tubuh ibu yang memang disiapkan sebagai sumber energi pembentukan ASI. Akibatnya, cadangan lemak tersebut akan menyusut sehingga berat badan ibu akan cepat kembali ke keadaan seperti sebelum hamil.

- e) ASI lebih murah sehingga ibu tidak perlu membeli.
 f) ASI tersedia setiap saat tanpa haus menunggu waktu menyiapkan dengan temperatur atau suhu yang sesuai dengan kebutuhan bayi.
 g) ASI mudah disajikan dan tanpa kontaminasi bahan berbahaya dari luar serta steril dari bakteri.
 h) Sebagai metode alat kontrasepsi alamiah bagi ibu.

- g. Faktor yang mempengaruhi pemberian ASI

Faktor yang mempengaruhi pemberian ASI menurut Haryono dan Sulis (2014), dibedakan menjadi tiga faktor yaitu faktor pemudah (*predisposing factors*), faktor pendukung (*enabling factors*), dan faktor pendorong (*reinforcing factors*). Berikut penjelasannya :

- 1) Faktor Pemudah (*predisposing factors*)

- a) Pendidikan Pendidikan akan mempengaruhi seseorang untuk mencari tahu informasi yang dibutuhkannya. Pendidikan ibu yang tinggi akan lebih mudah menerima suatu ide baru, sehingga promosi dan informasi mengenai ASI mudah diterima dan diterapkan.
 - b) Pengetahuan Pengetahuan dan pemahaman yang cukup tentang ASI dalam hal posisi menyusui, merawat payudara, merangsang ASI, manfaat dan keunggulan ASI, akan memotivasi ibu untuk memberikan ASI dengan benar dan akan meningkatkan pemberian ASI kepada bayi .
- 2) Faktor Pendukung (enabling factors)
- a) Pendapatan keluarga Pendapatan keluarga yang tinggi cenderung mengkonsumsi makanan dengan kandungan gizi baik. Ibu dengan status gizi yang mencukupi akan melancarkan produksi ASI sehingga ibu dapat memberikan ASI secara optimal kepada bayi. Ibu menyusui membutuhkan tambahan kalori 700 kkal dan 16 gram protein setiap hari selama 6 bulan
 - b) Ketersediaan waktu Ketersediaan waktu erat kaitannya dengan status pekerjaan ibu. Ibu yang tidak bekerja memiliki waktu lebih banyak untuk bersama dengan bayi dan dengan leluasa memberikan ASI kepada bayi. Ibu yang bekerja dapat meluangkan waktu di rumah atau di tempat

kerja untuk memerah ASI setiap 3-4 jam dan disimpan untuk diberikan kepada bayi saat ibu bekerja.

- c) Kesehatan ibu Kesehatan ibu mempengaruhi kemampuan ibu dalam menyusui. Ibu yang sehat dapat memberikan ASI secara optimal tanpa khawatir dapat menularkan penyakit kepada bayinya.

3) Faktor Pendorong (*reinforcing factors*)

- a) Dukungan keluarga Ibu menyusui membutuhkan dukungan dari keluarga dan lingkungan terutama suami, baik ketika memulai maupun melanjutkan menyusui
- b) Dukungan Petugas Kesehatan Dukungan petugas kesehatan yang profesional dapat memberikan informasi atau nasehat kepada ibu tentang ASI dan manfaatnya, sehingga mempengaruhi kontinuitas ibu dalam memberikan ASI.

2. Dukungan Suami

a. Pengertian

Dukungan adalah suatu pola interaksi yang positif atau perilaku menolong yang diberikan pada individu dalam menghadapi suatu peristiwa atau kejadian yang menekan. Dukungan yang dirasakan oleh individu dalam kehidupannya membuat dia merasakan akan dicintai, dihargai, dan diakui serta membuat dirinya menjadi lebih berarti dan dapat mengoptimalkan potensi yang ada dalam dirinya. Orang yang mendapat dukungan akan merasa menjadi bagian dari pemberi dukungan.

Dukungan bisa didapat dari internal keluarga, seperti dukungan dari suami, istri atau dukungan dari saudara kandung dan dapat juga berupa dukungan dari luar keluarga seperti teman dan kerabat lainnya. Dukungan dapat diberikan dalam beberapa bentuk, yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasional, dukungan penghargaan.

Suami adalah salah satu orang yang penting dalam kehidupan seorang ibu. Suami adalah orang memberikan dorongan kepada istrinya sebelum pihak lain turut memberikan dorongan. Dukungan suami adalah salah satu bentuk interaksi yang di dalamnya terdapat hubungan yang saling memberi dan menerima bantuan yang bersifat nyata yang dilakukan oleh keluarga terhadap ibu. Dukungan yang diberikan suami merupakan salah satu bentuk interaksi sosial yang didalamnya terdapat hubungan yang saling memberi dan menerima bantuan yang bersifat nyata, bantuan tersebut akan menempatkan individu-individu yang terlibat dalam sistem sosial yang pada akhirnya akan dapat memberikan cinta, perhatian maupun *sense of attachment* baik pada keluarga sosial.

Jika ibu merasa didukung, dicintai dan diperhatikan, maka akan muncul emosi positif yang akan meningkatkan produksi hormon oksitosin, sehingga produksi ASI pun lancar. Dukungan suami merupakan faktor penting agar menyusui dapat berhasil, dengan dukungan dari suami ibu akan merasa lebih percaya diri. Peran suami sangat penting bagi ibu dalam menghadapi proses

menyusui, dukungan yang diberikan suami dapat membuat ibu merasa lebih tenang sehingga memperlancar produksi ASI.

Pemberian dukungan dari suami dan keluarga dapat meningkatkan kepercayaan diri, kenyamanan, dan pengalaman keberhasilan ibu dalam menyusui. Suami dianggap pihak yang paling mampu memberikan pengaruh kepada ibu untuk memaksimalkan pemberian ASI eksklusif. Dukungan atau support dari suami sangatlah berperan dalam sukses tidaknya menyusui. Semakin besar dukungan yang didapatkan maka ibu akan semakin semangat untuk terus menyusui.

b. Sumber Dukungan

“Support can come from many sources – the person’s spouse or lover, family, friends, physician, or community organization”. “Social support can from parents, a spouse or partner, other relatives, friends, social and community contacts”.

Penjelasan tersebut menyebutkan bahwa dukungan sosial bisa datang dari berbagai sumber seperti pasangan atau orang yang dicintai, keluarga, teman, staf medis dan anggota organisasi komunitas. Dukungan sosial dapat diperoleh dari sejumlah orang yang dianggap penting (*significant others*) seperti suami, anak, orang tua, saudara atau kerabat dan teman akrab.

c. Bentuk Dukungan

1) *Tangible and instrumental support* (dukungan instrumental)

Bentuk dukungan ini merupakan penyediaan materi yang dapat memberikan pertolongan langsung seperti pinjaman uang, pemberian barang, makanan serta pelayanan. Bentuk dukungan ini dapat mengurangi stres karena individu dapat langsung memecahkan masalahnya yang berhubungan dengan materi. Dukungan instrumental sangat diperlukan terutama dalam mengatasi masalah.¹⁶

Dukungan instrumental merupakan suatu dukungan atau bantuan penuh dari orang terdekat dalam bentuk memberikan bantuan langsung, bersifat fasilitas atau materi, misalnya menyediakan fasilitas yang diperlukan, tenaga, dana, memberi makanan maupun meluangkan waktu untuk membantu atau melayani dan mendengarkan.³⁹

2) *Informational Support* (dukungan informasional)

Bentuk dukungan ini melibatkan pemberian informasi, saran atau umpan balik tentang situasi dan kondisi individu. Jenis informasi seperti ini dapat menolong individu untuk mengenali dan mengatasi masalah dengan lebih mudah.¹⁶ Dukungan ini meliputi memberikan nasehat, petunjuk, masukan atau penjelasan bagaimana seseorang bertindak dalam menghadapi situasi yang dianggap beban. Menjelaskan tentang

pemberian saran dan sugesti, informasi yang dapat digunakan untuk mengungkapkan tentang suatu masalah.

3) *Emotional or Esteem Support* (dukungan emosional)

Dukungan emosional atau penghargaan hadir dengan bentuk penyampaian rasa empati, kepedulian, perhatian, perhatian positif, dan dorongan kepada orang tersebut. Ini memberikan kenyamanan dan kepastian dengan rasa memiliki dan dicintai pada saat stress. Dukungan ini sangat penting dalam menghadapi keadaan yang dianggap tidak dapat dikontrol.¹⁶ Dukungan emosional yang diberikan dapat berupa rasa percaya, menghargai, memberikan kasih sayang, memiliki rasa peduli, mendengarkan dengan baik, menguatkan individu, rasa tulus membantu, selalu mendampingi dan menghibur ketika ada masalah, dan menciptakan suasana hangat yang dapat membuat individu merasa nyaman dan dicintai oleh keluarga, teman, sahabat, orang-orang terdekat lainnya sehingga individu akan lebih mampu menghadapi masalah dengan lebih baik.

4) *Appraisal Support* (dukungan penilaian)

Dukungan penilaian merupakan bentuk penghargaan yang diberikan seseorang kepada orang lain sesuai dengan kondisinya. Bantuan penilaian dapat berupa penghargaan atas pencapaian kondisi keluarga berdasarkan keadaan yang nyata, penilaian positif, pujian, serta penguatan terhadap individu.³⁹

Dukungan berupa penghargaan positif pada individu, pemberian semangat persetujuan pada pendapat individu dan perbandingan yang positif dengan individu lain. Bentuk dukungan ini membantu individu dalam membangun harga diri dan kompetensi.⁴⁰

d. Pengukuran Dukungan

Ada tiga cara untuk mengukur besarnya dukungan sosial, yaitu *perceived social support*, *social embeddnes*, dan *enected support*. Ketiganya tidak memiliki korelasi yang signifikan antara satu dengan yang lain dan masing-masing berdiri sendiri, yaitu:

1) *Perceived social support*

Cara pengukuran ini berdasarkan pada perilaku subjektif yang dirasakan individu mengenai tingkah laku orang disekitarnya, apakah memberikan dukungan atau tidak.

2) *Social embeddnes*

Cara pengukuran ini berdasarkan ada atau tidaknya hubungan antara individu dengan orang lain sekitarnya. Fokus pengukuran ini tidak melihat pada kualitas dan keadukuatan, tetapi hanya melihat jumlah orang yang berhubungan dengan individu.

3) *Enacted support*

Cara pengukuran ini memfokuskan pada seberapa sering perilaku dari orang sekitar individu yang dapat digolongkan kedalam pemberian dukungan sosial tanpa melihat adanya

persepsi akan dukungan sosial yang diterima individu. Pengukuran dukungan pada penelitian ini dilakukan dengan cara *perceived social support*. Dalam hal ini faktor subjektivitas sangat berpengaruh karena melibatkan persepsi penerimanya. Adanya penilaian kognitif bahwa individu telah menerima dukungan.

e. Hubungan Dukungan Suami dengan Pemberian ASI Eksklusif

Suami merupakan orang yang paling dekat dalam hal hubungan emosional dengan ibu maupun bayi. Oleh karenanya, dukungan suami sangat dibutuhkan dalam proses pemberian ASI eksklusif kepada bayi. Penelitian menunjukkan bahwa peran suami sebagai orang terdekat yang diharapkan selalu ada di sisi ibu dan siap memberi bantuan, hendaknya menjadi suami terkhusus suami siaga pada saat istri hamil, melahirkan, menyusui juga menjamin hak anaknya dalam memperoleh ASI eksklusif.

Suami mempunyai peran memberi dukungan dan ketenangan bagi ibu yang sedang menyusui, dalam praktik sehari-hari tampaknya peran suami justru sangat menentukan keberhasilan menyusui. ASI yang diproduksi tidak lepas dari keselarasan pikiran dan jiwa dari kedua orang tua. Hal ini mencakup seberapa jauh keterampilan masing-masing maupun ibu dalam menata dirinya, dengan melatih menata diri secara lahir batin, produksi ASI menjadi lebih lancar dengan kualitas yang makin baik. Dukungan dari suami juga dapat memberikan

kepercayaan diri ibu dalam memberikan ASI eksklusif kepada bayi. Suami yang aktif memberikan dukungan dengan membantu dalam perawatan bayi, mengganti popok, dan menyediakan makanan untuk ibu. Hal tersebut sangat berarti bagi ibu.

3. Dukungan Teman

Dukungan sosial teman sebaya adalah suatu bentuk empati, ungkapan kepedulian, bantuan yang diberikan oleh orang lain yang berada dalam satu kelompok dengan rentang usia yang sama dan memiliki kedekatan antara satu dengan lainnya sebagai bentuk timbal balik atas apa yang dilakukan atau yang di alami oleh individu baik itu berupa ungkapan secara verbal atau non verbal.

Teman sebaya dalam masa remaja adalah sekelompok individu yang terdiri dari beberapa anggota remaja yang kira-kira berumur sama, dan mulai menyadari akan hubungan sosial dan tekanan sosial dari temanteman sebayanya. Pada masa remaja ini, mereka juga mulai melepaskan diri dari ketergantungan pada orang tuanya dan mulai melakukan proses sosialisasi dengan dunia yang lebih luas. Menurut Mappire ada beberapa hal pribadi yang dapat membuat seseorang atau individu diterima dalam kelompok teman sebaya yaitu: penampilan (performance), kemampuan pikir, sikap, sifat, perasaan dan pribadi.

Teman dekat merupakan sumber dukungan sosial karena dapat memberikan rasa senang dan dukungan selama mengalami suatu permasalahan. Persahabatan adalah hubungan yang saling mendukung,

saling memelihara, pemberian dalam persahabatan dapat terwujud barang atau perhatian tanpa unsur eksploitasi.

4. Dukungan Tenaga Kesehatan

Undang Undang No 36 Tahun 2014 tentang Tenaga Kesehatan menjelaskan tenaga kesehatan adalah setiap orang yang mengabdikan diri dalam bidang kesehatan serta memiliki pengetahuan dan/atau keterampilan melalui pendidikan di bidang kesehatan yang untuk jenis tertentu memerlukan kewenangan untuk melakukan upaya kesehatan. Tenaga kesehatan terdiri dari tenaga medis (dokter dan dokter gigi); tenaga keperawatan (perawat dan bidan); tenaga kefarmasian (apoteker, analis farmasi dan asisten apoteker); tenaga kesehatan masyarakat (epidemiolog kesehatan, entomolog kesehatan, mikrobiolog kesehatan, penyuluh kesehatan, administrator kesehatan dan sanitarian); tenaga gizi (nutrisionis dan dietisien); tenaga keterampilan fisik (fisioterapis, okupasi terapis dan terapis wicara); tenaga keteknisan medis (radiografer, radioterapis, teknisi gigi, teknisi elektromedis, analis kesehatan, refraksionis optisien, ortotik prostetik, teknisi transfusi dan perekam medis).

Peranan petugas kesehatan, sangat penting dalam melindungi, meningkatkan, dan mendukung usaha menyusui harus dapat dilihat dalam segi keterlibatannya yang luas dalam aspek sosial. Sebagai individu yang bertanggung jawab dalam gizi bayi dan perawatan kesehatan, petugas kesehatan mempunyai posisi unik yang dapat

mempengaruhi organisasi dan fungsi pelayanan kesehatan ibu, baik sebelum, selama maupun setelah kahamilan dan persalinan.

Bidan merupakan tenaga kesehatan yang paling berperan dalam melaksanakan IMD karena ibu tidak dapat melakukan IMD tanpa bantuan dan fasilitasi dari bidan. Pelaksanaan IMD dan ASI eksklusif sangat bergantung pada tindakan yang diambil oleh tenaga kesehatan dan fasilitas layanan kesehatan pada jam-jam pertama. Berbagai studi menunjukkan peran vital tenaga kesehatan penolong persalinan dalam keberhasilan pelaksanaan IMD dan ASI eksklusif. Dukungan petugas kesehatan sendiri, baik itu dokter, bidan, perawat maupun kader kesehatan, sebenarnya memiliki peran yang sangat penting dalam menunjang keberhasilan memberikan ASI eksklusif. Dukungan petugas kesehatan yang professional dapat memberikan informasi atau nasehat kepada ibu tentang ASI dan manfaatnya, sehingga mempengaruhi kontinuitas ibu dalam memberikan ASI.

5. Ibu Usia Remaja

Masa remaja adalah periode waktu individu beralih dari fase anak ke fase dewasa. *World Health Organization* (WHO) menetapkan batas usia 10- 20 tahun sebagai batasan usia remaja. Batasan usia tersebut kemudian dibagi menjadi 2 bagian yaitu remaja awal 10-14 tahun dan remaja akhir 15-20 tahun.

Sebelum menjadi individu dewasa yang matang anak-anak harus melakukan tugas perkembangan pada masa remaja. Tugas-tugas ini bervariasi sesuai budaya, individu itu sendiri, dan tujuan hidup mereka.

Tugas-tugas perkembangan remaja terdiri dari : menerima citra tubuh, menerima identitas seksual, mengembangkan sistem nilai personal, membuat persiapan untuk hidup mandiri, menjadi mandiri /bebas dari orangtua, mengembangkan ketrampilan mengambil keputusan, mengembangkan identitas seorang yang dewasa. Masa remaja ditandai dengan awitan perubahan fisik pada masa pubertas dan perkembangan psikososial ego, yang membantu individu memahami diri sendiri

Periode masa remaja dapat dibagi kedalam tiga tahap, tahap awal (10- 14 tahun), menengah (15-16 tahun), dan akhir (17-21 tahun). Semakin tinggi tahap perkembangannya, semakin besar kesiapan untuk menerima tanggungjawab diri sendiri dan orang lain. Secara kognitif kemampuan remaja berkembang mulai dari hanya memiliki pemahaman yang samar tentang dirinya hingga menjadi mampu mengaitkan sesuatu yang abstrak untuk diterapkan dalam kehidupan. Percepatan fisik terutama seksualitas mempengaruhi perkembangan sosial remaja.

Banyak remaja mula-mula berespon negatif terhadap gagasan menyusui bayi. Mereka mungkin khawatir akan perubahan permanen pada payudaranya. Mereka mungkin berfikir bahwa menyusui itu "kotor". Oleh karena itu pemberian susu botol sering menjadi metode pilihan bagi ibu usia remaja. Transisi menjadi orangtua mungkin sulit bagi orangtua yang masih remaja. Tugas-tugas perkembangan orangtua seringkali diperburuk oleh kebutuhan dan tugas perkembangan remaja

yang belum dipenuhi. Remaja dapat mengalami kesulitan dalam menerima perubahan citra diri dan menyesuaikan peran-peran baru yang berhubungan dengan tanggungjawab merawat bayi.

Seorang remaja masih dalam tahap pembentukan citra tubuh dan pembentukan identitas seksual. Ketika mereka hamil maka mereka harus menerima perubahan citra tubuh akibat kehamilan, persalinan, dan pasca partum. Hal ini menjadikan seorang remaja menolak perubahan tersebut dan menolak untuk menyusui bayi baru lahir. Beberapa konflik akibat tugas perkembangan masa remaja dan menjadi orangtua ini menjadikan hubungan remaja dan bayi menjadi negatif.

Menyusui merupakan salah satu tugas dan peran baru ibu hamil usia remaja saat bayinya lahir. Akan tetapi tidak semua dari mereka mengetahui cara menyusui yang benar. Berdasarkan penelitian Tucker, Wilson, dan Samarinda (2018), ia menyatakan bahwa hanya 16,9% ibu usia remaja yang tetap menyusui bayinya secara eksklusif sampai 4 minggu postpartum di Carolina bagian utara. Sipsma et al (2017) juga menyatakan bahwa 84% ibu usia remaja telah berhenti menyusui bayinya setelah 6 bulan melahirkan di Connecticut Amerika Serikat, dengan rata-rata lama pemberian ASI hanya 5 minggu.

6. Teori Perilaku Kesehatan

a. Pengertian

Perilaku dari segi biologis yaitu suatu kegiatan organisme (mahluk hidup) termasuk manusia. Perilaku manusia adalah semua aktivitas manusia, baik yang dapat diamati langsung,

maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar. Perilaku merupakan faktor terbesar kedua setelah faktor lingkungan yang mempengaruhi kesehatan individu, kelompok atau masyarakat. Perilaku kesehatan adalah suatu respons seseorang terhadap stimulus atau obyek yang berkaitan dengan sakit, penyakit, stimulus, sistem pelayanan kesehatan, makanan, minuman serta lingkungan

b. Domain perilaku

Meskipun perilaku adalah bentuk respons atau reaksi terhadap stimulus atau rangsangan dari luar namun dalam memberikan respons sangat tergantung pada karakteristik atau faktor-faktor dari orang yang bersangkutan. Hal ini berarti meskipun stimulusnya sama bagi beberapa orang, namun respons tiap-tiap orang berbeda. Faktor-faktor yang membedakan respons terhadap stimulus yang berbeda disebut determinan perilaku. Determinan perilaku dapat dibedakan menjadi dua, yakni:

- 1) Determinan atau faktor internal, yakni karakteristik orang yang bersangkutan bersifat given atau bawaan, misalnya tingkat kecerdasan, tingkat emosional, jenis kelamin, dan sebagainya
- 2) Determinan atau faktor eksternal, yakni lingkungan, baik lingkungan fisik, sosial, budaya, ekonomi, politik, dan sebagainya. Faktor lingkungan ini sering menjadi faktor dominan yang mewarnai perilaku seseorang.

c. Teori perubahan perilaku PRECEDE PROCEED

PRECEDE (*Predisposing, Reinforcing, and Enabling Causes in Educational Diagnosis and Evaluation*) adalah suatu model pendekatan yang dapat digunakan dalam mendiagnosis masalah kesehatan ataupun sebagai alat untuk merencanakan suatu kegiatan perencanaan kesehatan atau mengembangkan suatu model pendekatan yang dapat digunakan untuk membuat perencanaan kesehatan. Namun, pada tahun 1991 Green menyempurnakan kerangka tersebut menjadi PRECEDE-PROCEED. PROCEED (*Policy, Regulatory, Organizational, Construct, in Educational and Environmental Development*). PRECEDE digunakan pada fase diagnosis masalah, penetapan prioritas masalah dan tujuan program, sedangkan PROCEED digunakan untuk menetapkan sasaran dan kriteria kebijakan, serta implementasi dan evaluasi.

Menurut Green dan Kreuter perilaku dipengaruhi oleh 3 faktor, yaitu:

1) Faktor predisposisi (*predisposing factor*)

Faktor predisposisi seperti: pengetahuan, sikap, persepsi, kepercayaan, dan nilai atau norma yang diyakini seseorang

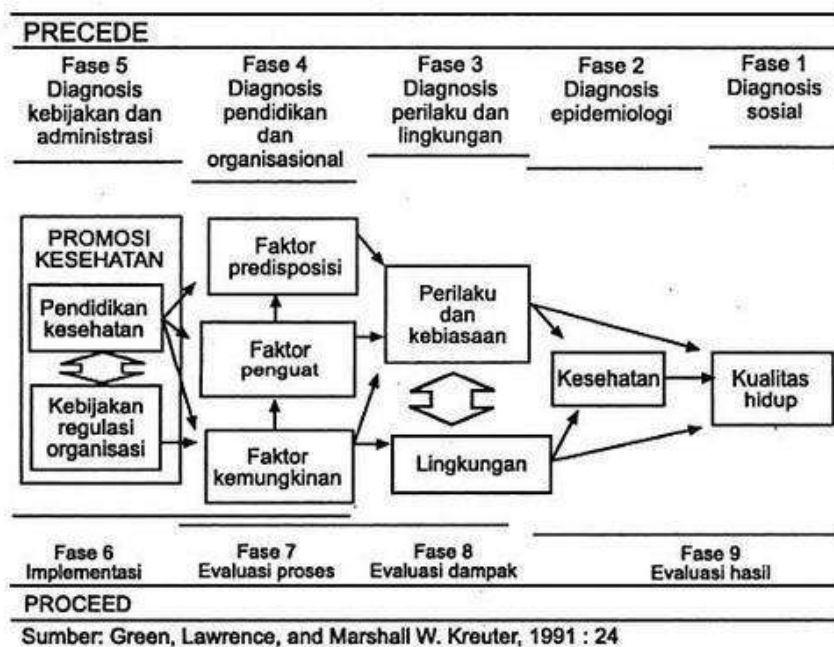
2) Faktor pemungkin (*enabling factor*)

Faktor pemungkin yaitu faktor lingkungan yang memfasilitasi perilaku seseorang.

3) Faktor penguat (*reinforcing factor*)

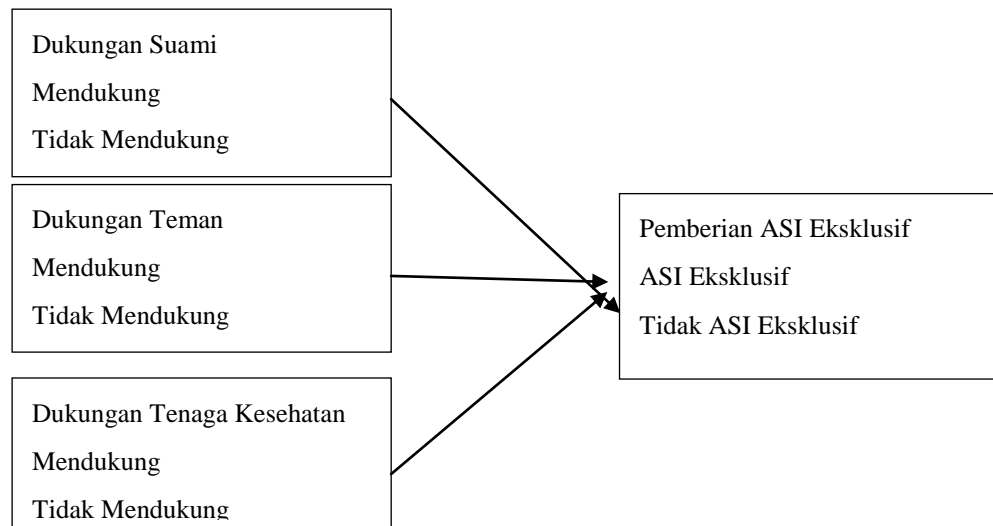
Faktor penguat seperti perilaku orang lain yang berpengaruh (tokoh masyarakat, guru, petugas kesehatan, orang tua, dan pemegang keputusan) yang dapat mendorong orang untuk berperilaku.

B. Kerangka Teori



Gambar 2. Kerangka Teori *PRECEDE-PROCEED*¹¹

C. Kerangka Konsep



Gambar 3. Kerangka Konsep

D. Hipotesis

Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah:

1. Ada hubungan dukungan suami dengan pemberian ASI eksklusif pada ibu usia remaja di Puskesmas Tarus, kecamatan Kupang Tengah, Kabupaten Kupang.
2. Ada hubungan dukungan teman dengan pemberian ASI eksklusif pada ibu usia remaja di Puskesmas Tarus, kecamatan Kupang Tengah, Kabupaten Kupang.

3. Ada hubungan dukungan tenaga kesehatan dengan pemberian ASI eksklusif pada ibu usia remaja di Puskesmas Tarus, kecamatan Kupang Tengah, Kabupaten Kupang.