

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Tinjauan Teori**

##### **1. Pengertian ASI**

ASI adalah asupan nutrisi yang pertama untuk bayi dan terdapat banyak kandungan yang dibutuhkan untuk memperoleh pertumbuhan yang sehat dan perkembangan otak yang baik. *American Academy of Pediatrics* (2012) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif yaitu pemberian ASI saja kepada bayi selama enam bulan tanpa memberikan minuman maupun makanan tambahan lainnya kemudian dilanjutkan penyuan dengan makanan pendamping selama dua tahun pertama.<sup>11</sup>

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan bagi bayi yang higienis dan baik untuk mencakup segala kebutuhan yang diperlukan bayi. Air susu ibu mengandung zat nutrisi yang baik untuk perkembangan dan pertumbuhan anak dalam hormon bahkan pada ASI mencakup 200 unsur nutrisi makanan dan ASI Eksklusif dikatakan sebagai air susu ibu yang dapat mengurangi angka kematian pada bayi.<sup>12</sup> ASI merupakan makanan yang paling baik untuk bayi yang baru saja lahir karena pada ASI memiliki segi baik dari gizi, daya tahan tubuh dan sebagainya.<sup>12</sup> Seorang ibu perlu memperhatikan dalam pemberian ASI secara Eksklusif 0-6 bulan, karena masih adanya permasalahan terhadap proses pemberian ASI Eksklusif. ASI memiliki manfaat dalam tubuh untuk menjaga kesehatan dan

pertumbuhan bayi karena pada pemberian ASI Eksklusif bayi jarang terkena penyakit dan masalah terhadap gizi yang tidak seimbang.<sup>12</sup>

## 2. Pemberian ASI Eksklusif

Pemberian ASI yang dianjurkan adalah sebagai berikut: <sup>13</sup>

- a. ASI eksklusif selama enam bulan karena ASI saja dapat memenuhi 100% kebutuhan bayi,
- b. Dari 6-12 bulan ASI masih merupakan makanan utama bayi karena dapat memenuhi 60-70% kebutuhan bayi dan perlu ditambahkan makanan pendamping ASI berupa makanan lumat sampai lunak sesuai usia bayi, dan
- c. Di atas 12 bulan ASI saja hanya memenuhi sekitar 30% kebutuhan bayi dan makanan padat sudah menjadi makanan utama bayi. Namun, ASI tetap dianjurkan pemberiannya sampai paling kurang dua tahun untuk manfaat lainnya.

## 3. Komposisi ASI

ASI dapat dikatakan suatu emulsi dalam larutan protein, laktosa, vitamin, dan mineral yang sangat berfungsi sebagai makanan untuk bayi. Oleh sebab itu, ASI dalam jumlah yang cukup dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi selama enam bulan pertama kelahiran. Adapun komposisi zat gizi dari ASI adalah:

Karbohidrat, Protein, Lemak, Mineral, Kolostrum, Laktosa, Karnitin, Vitamin, Laktoferin, *Lactobacillus* dan *Lisozim*, Faktor bifidus. Anti bodi.<sup>14</sup>

#### 4. Manfaat ASI

##### a. Manfaat Bagi Bayi

Manfaat ASI bagi bayi adalah sebagai berikut:<sup>8</sup>

- 1) Sebagai nutrisi dan makanan tunggal untuk memenuhi semua kebutuhan pertumbuhan bayi sampai usia enam bulan. ASI merupakan sumber gizi yang sangat ideal dengan komposisi yang seimbang dan disesuaikan dengan kebutuhan pertumbuhan bayi, ASI adalah makanan bayi yang paling sempurna, baik kualitas maupun kuantitasnya.
- 2) Meningkatkan daya tahan tubuh karena mengandung beberapa zat anti kekebalan sehingga akan lebih jarang sakit.
- 3) Melindungi bayi dari serangan alergi.
- 4) Meningkatkan daya penglihatan dan kepandaian bicara.
- 5) Membantu pembentukan rahang yang baik.
- 6) Mengurangi resiko terkena penyakit kencing manis, kanker pada anak, dan diduga mengurangi kemungkinan menderita penyakit jantung.
- 7) Menunjang perkembangan motorik sehingga bayi ASI eksklusif akan lebih cepat bisa jalan.
- 8) Meningkatkan jalinan kasih sayang bayi dan ibu karena bayi sering berada dalam dekapan ibu.
- 9) Menunjang perkembangan kepribadian, kecerdasan emosional, kematangan spiritual, dan hubungan sosial yang baik.

b. Manfaat bagi ibu

1) Aspek kontrasepsi

Prolaktin masuk ke indung telur , menekan produksi esterogen akibatnya tidak terjadinya ovulasi.Menjarangkan kehamilan, pemberian ASI memberikan 98% metoda kontrasepsi efesien selama enam bulan pertama sesudah kelahiran bila diberikan hanya ASI saja dan belum terjadi menstruasi kembali.<sup>15</sup>

2) Aspek kesehatan ibu

Oksitosin membantu involusi uterus dan mencegah terjadinya pendarahan pasca persalinan. Kejadian karsinoma mammae pada ibu yang menyusui lebih rendah dibandingkan yang tidak menyusui.<sup>15</sup>

3) Aspek penurunan berat badan

Ibu yang menyusui secara eksklusif ternyata lebih mudah dan lebih cepat kembali keberat badan semula seperti belum hamil. Dengan menyusui tubuh akan menghasilkan ASI lebih banyak lagi sehingga timbunan lemak yang berfungsi sebagai cadangan tenaga akan terpakai.<sup>15</sup>

4) Aspek psikologis

Keuntungan keuntungan menyusui bukan hanya bermanfaat untuk bayi tetapi juga untuk ibu. Ibu akan merasa bangga dan diperlukan rasa yang dibutuhkan oleh semua manusia.<sup>15</sup>

c. Bagi Keluarga

1) Aspek ekonomi

ASI tidak perlu dibeli sehingga dan yang seharusnya digunakan untuk membeli susu formula dapat digunakan untuk kebutuhan lain.<sup>15</sup>

2) Aspek psikologi

Kebahagiaan keluarga bertambah karena kelahiran lebih jarang, sehingga suasana kejiwaan ibu baik dan dapat mendekatkan hubungan bayi dengan keluarga<sup>15</sup>

3) Aspek kemudahan

Menyusui sangat praktis karena dapat diberikan dimana saja dan kapan saja. Keluarga tidak repot menyiapkan air masak, boto, dan dot, yang harus dibersihkan serta minta pertolongan lain.<sup>15</sup>

d. Bagi Negara

1) Menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi

Adanya faktor protektif dan nutrient yang sesuai dalam ASI menjamin status gizi baik serta kesakitan dan kematian anak menurun.<sup>15</sup>

2) Peningkatan kualitas generasi penerus

Anak yang mendapat ASI dapat tumbuh kembang secara optimal sehingga kualitas generasi penerus bangsa akan terjamin. Anak yang diberi ASI juga memiliki IQ, EQ, dan SQ yang baik yang merupakan kualitas yang baik sebagai penerus bangsa.<sup>15</sup>

e. Bagi bumi, menyukseskan perlindungan alam<sup>16</sup>

## 5. Teknik Menyusui

Proses menyusui akan berjalan dengan lancar jika ibu memiliki keterampilan dalam menyusui, sehingga ASI dapat mengalir dari payudara ibu ke bayi dengan efektif. Posisi dasar menyusui terdiri dari posisi badan ibu, posisi badan bayi, serta posisi mulut bayi dan payudara ibu (perlekatan/ *attachment*). Posisi badan ibu saat menyusui dapat posisi duduk, posisi tidur terlentang, atau posisi tidur miring.<sup>17</sup>

### a. Cara Menyusui yang Benar<sup>13</sup>

Petugas mengajarkan kepada ibu cara memposisikan dan melekatkan bayi pada payudara ibu karena seringkali menyebabkan kegagalan menyusui apabila posisi dan perlekatannya tidak benar. Adapun cara dan langkah menyusui yang benar sebagai berikut:

- 1) Cuci tangan dengan air bersih yang mengalir
- 2) Ibu duduk dengan santai dengan kaki tidak boleh menggantung
- 3) Perah sedikit ASI dan oleskan ke puting dan areola, untuk disinfektan dan menjaga kelembaban puting susu
- 4) Posisikan bayi dengan benar:
  - a) Bayi dipegang dengan satu lengan. Kepala bayi diletakkan di dekat lengkungan siku ibu, bokong bayi ditahan oleh telapak tangan ibu
  - b) Perut bayi menempel ke tubuh ibu
  - c) Mulut bayi berada di depan puting susu

- d) Lengan bayi yang di bawah merangkul tubuh ibu, jangan berada di antara tubuh ibu dan bayi. Tangan bayi yang di atas boleh diletakkan di atas dada atau dipegang ibu
  - e) Telinga dan lengan atas bayi berada dalam satu garis lurus.
- b. Bibir bayi dirangsang dengan puting ibu dan akan membuka lebar, kemudian dengan cepat kepala bayi didekatkan ke payudara ibu dan puting beserta areola dimasukkan ke dalam mulut bayi
- c. Cek apakah perlekatan sudah benar, yaitu:
- 1) Dagu menempel ke payudara ibu,
  - 2) Mulut terbuka lebar,
  - 3) Sebagian besar areola terutama yang bagian bawah, masuk ke dalam mulut bayi,
  - 4) Bibir bayi terlipat ke luar,
  - 5) Pipi bayi tidak boleh kempot (karena bayi tidak menghisap tetapi memerah ASI),
  - 6) Tidak boleh terdengar bunyi decak, hanya terdengar bunyi menelan,
  - 7) Ibu tidak kesakitan, dan
  - 8) Bayi tenang.
- d. Pemberian ASI jangan dijadwal. Pada hari-hari pertama ASI belum banyak sehingga bayi akan lebih sering minta menyusui. Apabila ASI sudah banyak, bayi akan mengatur sendiri kapan ia akan menyusui. Pada hari-hari pertama menyusui dari satu payudara antara 5-10 menit dan boleh dari kedua payudara karena ASI belum banyak. Setelah ASI

banyak bayi perlu mengosongkan salah satu payudara baru menyusui pada payudara lainnya. Untuk menyusui berikutnya dimulai dari payudara yang belum kosong. Pengosongan payudara setiap kali menyusui mempunyai tiga keuntungan:

- 1) Merupakan umpan balik untuk pembentukan ASI kembali,
- 2) Mencegah terjadi bendungan ASI dan komplikasinya, dan
- 3) Bayi mendapatkan komposisi ASI yang lengkap (susu awal dan susu akhir).

e. Tidak memberikan minuman lain sebelum ASI keluar. Bayi sehat cukup bulan mempunyai cadangan cairan dan energi yang dapat mempertahankan metabolismenya selama 72 jam, dengan isapan bayi yang terus menerus maka kolostrum akan cepat keluar. Pemberian minuman lain sebelum ASI keluar akan mengurangi keinginan bayi untuk menghisap dan akibatnya pengeluaran ASI akan tertunda.

f. Mengajarkan ibu cara memerah ASI untuk bayi-bayi yang belum bisa menghisap (prematurn/sakit). Memerah ASI dapat dimulai enam jam setelah melahirkan dan dilakukan paling kurang lima kali dalam 24 jam.

Cara memerah ASI:

- 1) Cuci tangan yang bersih
- 2) Siapkan wadah yang mempunyai mulut lebar yang mempunyai tutup dan telah direbus, dan



- 3) Bentuk jari telunjuk dan ibu jari seperti membentuk huruf C dan letakkan di batas areola. Tekan jari telunjuk dan ibu jari ke arah dad ibu kemudian perah dan lepas. Gerakan ini dilakukan berulang.

g. Mengajarkan ibu cara menyimpan ASI perah

- 1) Simpan ASI di wadah *food grade*
- 2) Segera masukan ASI Perah ke *freezer*
- 3) Beri label pada wadah ASI perah
- 4) Perhatikan kebersihan tempat penyimpanan
- 5) Perhatikan durasi penyimpanan<sup>18</sup>
  - a) Suhu Kamar. ASI yang baru diperah dapat disimpan pada suhu kamar hingga enam jam. Namun, sebaiknya gunakan atau simpan ASI dengan benar dalam waktu empat jam, terutama jika ruangnya hangat.
  - b) Cooler Box. ASI yang baru diperah dapat disimpan dalam *cooler box* dengan kompres es hingga satu hari.
  - c) Lemari Es. ASI yang baru diperah dapat disimpan di bagian belakang lemari es hingga empat hari dalam kondisi bersih. Namun, agar lebih optimal gunakan atau bekukan ASI dalam waktu tiga hari.
  - d) Freezer. ASI yang baru diperah dapat disimpan di bagian belakang *freezer* hingga 12 bulan. Namun, agar lebih optimal, gunakan susu beku dalam waktu enam bulan.

h. Mengajarkan ibu cara memberikan ASI perah, antara lain:

- 1) ASI yang sudah dihangatkan bila masih ada sisa tidak boleh dikembalikan ke dalam lemari es. Oleh karena itu, hangatkanlah secukupnya sebanyak kira-kira bisa dihabiskan oleh bayi dalam sekali minum,
  - 2) ASI yang sudah disimpan di lemari pendingin, sebelum diberikan kepada bayi harus dihangatkan terlebih dahulu dengan merendamnya dalam air panas,
  - 3) ASI yang disimpan di dalam lemari pembeku perlu dipindahkan ke lemari pendingin sebelum dihangatkan, dan
  - 4) ASI perah sebaiknya tidak diberikan melalui botol karena akan mengganggu penyusuan langsung dari payudara, berikanlah dengan menggunakan sendok atau cangkir. Menghisap dari botol berbeda dengan menyusu dari ibu.
- i. Memberikan susu formula hanya bila ada indikasi medis, yaitu ibu dengan HIV atau tambahan untuk bayi yang sangat prematur setelah bayi berusia 3-4 minggu (bayi memerlukan ASI prematur padahal ASI telah berubah menjadi ASI matur).
- j. Mendeteksi dan mengobati kelainan pada payudara yang dapat menghambat produksi ASI, antara lain:
- 1) Puting yang terbenam  
Sebenarnya puting yang terbenam saat hamil bukan masalah karena puting masih akan bertambah lentur saat bayi lahir dan bayi tidak menghisap dari puting melainkan dari areola. Puting terbenam saat

kelahiran dapat dicoba ditarik menggunakan *nipple puller* beberapa saat sebelum bayi disusui. Sebelum ASI keluar puting dan areola dimasukkan ke dalam mulut bayi dan bayi akan dapat menarik puting keluar.

## 2) Puting lecet

Puting lecet biasanya disebabkan karena perlekatan ibu-bayi saat menyusui tidak benar. Seringkali dapat disebabkan oleh infeksi candida. Pada keadaan puting susu lecet, maka dapat dilakukan beberapa cara berikut:

- a) Periksa apakah perlekatan ibu-bayi salah,
- b) Periksa apakah terdapat infeksi oleh candida berupa kulit yang merah, berkilat, dan sakit,
- c) Ibu terus memberikan ASI apabila luka tidak begitu sakit. Kalau sangat sakit, ASI dapat diperah,
- d) Olesi puting susu dengan ASI dan dibiarkan kering, dan
- e) Jangan mencuci daerah puting dan areola dengan sabun.

## 3) Mastitis

Mastitis adalah peradangan payudara yang terjadi biasanya pada masa nifas atau sampai tiga minggu setelah persalinan. Penyebabnya adalah sumbatan saluran susu dan pengeluaran ASI yang kurang sempurna. Tindakan yang perlu dilakukan adalah:

- a) Kompres hangat pada payudara,

- b) Masase pada punggung ibu untuk pengeluaran oksitosin agar ASI dapat menetes keluar,
- c) Pemberian antibiotik, dan
- d) Istirahat dan pemberian obat antinyeri jika perlu.

#### 6. Upaya memperbanyak ASI

Berikut ini adalah cara-cara untuk memperbanyak produksi ASI:<sup>19</sup>

- a. Sering menyusui.

Ini kunci terpenting untuk meningkatkan produksi ASI. Produksi ASI akan lancar jika payudara sebagai gudang ASI terus-menerus dirangsang. Caranya, tingkatkan frekuensi bayi menyusui selama 72 jam pertama kelahirannya atau dengan memerah ASI. Semakin sering penyaluran ASI dengan isapan bayi, produksi ASI akan meningkat secara alamiah.

- b. Kosongkan kedua payudara saat menyusui. Pastikan bayi anda menyusui cukup lama untuk mengosongkan kedua payudara Anda.
- c. Jangan menjadwalkan menyusui.

Susui bayi kapanpun ia memerlukannya.

- d. Biarkan bayi Anda menikmati “*cluster feed*” (minum ASI terus menerus dan sering, nyaris tanpa jeda; biasanya sore hari sebelum tidur).

Bila jadwal minum biasanya 2-3 jam dan tiba-tiba berubah jadi lebih rapat, kemungkinan besar bayi sedang mengalami growth spurt dan memerlukan asupan lebih banyak.

- e. Coba menyusui bergantian.

Bila ia bosan dengan putting payudara kiri, tawarkan putting payudara kanan sehingga ia tak lagi menghisap. Fungsi utama saluran ASI adalah untuk mengalirkan dan membawa ASI dari pabriknya, bukan untuk menyimpan. Jadi, ASI yang sudah diproduksi di pabrik ASI (payudara) sebaiknya langsung dialirkan melalui saluran ASI (puting) dengan menikmati waktu menyusui. Isapan bayi akan mengosongkan maksimal 70 persen ASI dari payudara, untuk kemudian berproduksi kembali secara alamiah.

- f. Pijat Payudara.

Saat bayi malas menghisap, ibu dapat membantu memijat payudara untuk meneruskan aliran ASI saat ia sudah tidak minum sendiri. Bila ibu mengalami mastitis, ibu juga bisa *massage* / pemijatan payudara dan kompres air hangat & air dingin bergantian. Untuk mencegah mastitis, jangan mencuci puting setelah menyusui karena hanya akan mengakibatkan puting jadi kering dan iritasi. ASI sudah mengandung banyak elemen untuk mencegah bakteri dan jamur tumbuh, dan telah mengandung pelindung alami untuk ibu dan bayi. Sewaktu mandi, bisa diusap dengan busa sabun seperti pada seluruh tubuh, seperti mandi biasa saja.

## 7. Faktor – faktor yang memengaruhi pemberian ASI Eksklusif

- a. Umur Ibu

Menurut Untari (2017) salah satu faktor yang dapat memengaruhi pemberian ASI eksklusif pada bayinya ialah umur. Wanita muda pada umumnya mempunyai kemampuan menyusui lebih baik dibandingkan dengan wanita yang sudah berumur. Sebagian besar dari umur ibu yang memberikan Asi eksklusif adalah 20-35 tahun. Umur 20-35 tahun merupakan usia reproduksi sehat bagi seorang wanita, jika dibandingkan usia > 35 tahun yang termasuk usia berisiko pada usia reproduksi. Bila dilihat dari aspek perkembangan maka usia > 35 tahun memiliki perkembangan yang lebih baik secara psikologis atau mental. Hal ini dapat dilihat bahwa semakin dewasa usia ibu tidak menjamin kematangan dalam bersikap dan bertindak.<sup>20</sup>

Pemberian ASI Eksklusif, mereka yang berusia di bawah 20 tahun masih belum matang secara fisik, mental atau psikologis. Hal ini juga dikarenakan ibu tidak memiliki pengalaman dalam merawat dan menyusui bayinya, sehingga ibu bingung dan tidak mengetahui cara menyusui bayi secara eksklusif. Hal ini terjadi dikarenakan pada umur tersebut di anggap belum matang dan belum bijaksana dalam mengambil keputusan termasuk memutuskan memberikan ASI eksklusif, informasi yang bisa diterima juga terbatas. Semakin cukup umur maka tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih meningkat dalam berfikir dan bekerja. Waktu reproduksi sehat di kenal bahwa usia aman untuk kehamilan, persalinan dan menyusui

adalah 20-35 tahun. Oleh sebab itu masa reproduksi sangat sesuai untuk mendukung dalam pemberian ASI eksklusif.<sup>21</sup>

b. Pendidikan Ibu

Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah pendidikan. Semakin tinggi pendidikan maka semakin baik pengetahuannya. menjelaskan bahwa semakin tinggi pendidikan maka semakin mudah menerima hal-hal baru dan lebih mudah menyesuaikan diri dengan hal baru tersebut. Pendidikan dapat membuat seseorang terdorong untuk ingin tahu, untuk mencari pengalaman dan untuk mengorganisasikan pengalaman sehingga informasi yang diterima akan menjadi pengetahuan.<sup>20</sup>

Pendidikan yang tinggi akan membuat seorang ibu lebih dapat berfikir rasional tentang manfaat ASI Eksklusif serta pendidikan tinggi lebih mudah untuk terpapar dengan informasi dibandingkan dengan yang berpendidikan rendah. Pengetahuan yang dimiliki seorang ibu akan membentuk suatu keyakinan untuk perilaku tertentu. Pendidikan juga merupakan salah satu faktor yang berkaitan dengan terbukanya akses ibu untuk bekerja. Ibu yang bekerja akan mempunyai tambahan pendapatan bagi keluarganya yang akhirnya dapat memenuhi kebutuhan keluarganya.<sup>20</sup>

Ibu yang berpendidikan menengah dan tinggi mempunyai kecenderungan untuk memiliki pemikiran yang bagus untuk peningkatan kesehatan dan tumbuh kembang anak. Akan tetapi ibu

yang berpendidikan menengah dan tinggi apabila mempunyai tingkat ekonomi yang cukup baik bisa saja akan cenderung untuk tidak memberikan ASI eksklusif. Tingkatan pendidikan dimana secara umum, orang yang berpendidikan tinggi akan memiliki pengetahuan yang lebih luas daripada orang yang berpendidikan lebih rendah serta dengan pendidikan dapat menambah wawasan atau pengetahuan seseorang. Ibu dengan pendidikan tinggi tiga kali lebih mungkin untuk menyusui secara eksklusif dibandingkan ibu dengan pendidikan rendah.<sup>22</sup>

c. Status Pekerjaan Ibu

Status pekerjaan merupakan kegiatan yang menyita waktu sehingga berpengaruh terhadap kegiatan dan keluarganya maka dari itu pekerjaan bisa saja mempengaruhi pemberian ASI Eksklusif. Seseorang berhak memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung. Salah satu faktor penghambat pemberian ASI Eksklusif adalah ibu tidak mempunyai waktu. Seorang Ibu yang sibuk bekerja dalam mencari nafkah baik untuk kehidupan dirinya maupun untuk membantu keluarga, maka kesempatan untuk pemberian ASI menjadi berkurang dibandingkan dengan ibu yang tidak bekerja.<sup>23</sup>

Seorang ibu yang bekerja mengalami kesulitan dalam memberikan ASI eksklusif dikarenakan harus membagi waktu dengan pekerjaannya. Hal ini dapat dilihat bahwa semakin sibuk ibu dalam



bekerja semakin sedikit ibu yang memberikan ASI eksklusif. Pada ibu yang bekerja tidak memberikan ASI eksklusif berarti ada kecenderungan karena sedikitnya kesempatan untuk memberikan ASI secara eksklusif yang bertolak belakang dengan kewajiban dalam melaksanakan pekerjaan. Apabila status pekerjaan ibu tidak bekerja maka besar kemungkinan ibu dapat memberikan ASI eksklusifnya dan apabila status pekerjaan ibu bekerja maka besar kemungkinan ibu tidak memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Kebanyakan ibu yang bekerja maka waktu merawat bayinya lebih sedikit, sehingga memungkinkan ibu tidak memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Ibu bekerja masih dapat memberikan ASI eksklusif pada bayinya dengan cara memompa atau dengan pemerah ASInya, kemudian disimpan dan diberikan pada bayinya nanti. Kondisi lingkungan pekerjaan seorang ibu bekerja dapat pula mempengaruhi pemberian ASI eksklusif.<sup>23</sup>

d. Paritas

Paritas merupakan jumlah anak yang pernah dilahirkan oleh seorang ibu. Artian paritas dalam menyusui adalah pengalaman pemberian ASI eksklusif, menyusui pada kelahiran anak sebelumnya, kebiasaan menyusui dalam keluarga serta pengetahuan tentang manfaat ASI berpengaruh terhadap keputusan ibu untuk menyusui atau tidak. Ibu yang paritas lebih dari satu akan berpengaruh terhadap lamanya menyusui hal ini dikarenakan faktor pengalaman yang di

didapatkan oleh ibu. Seorang ibu dengan kelahiran bayi pertamanya mungkin akan mengalami masalah ketika menyusui yang sebetulnya. Hal ini dikarenakan ibu tidak mengetahui cara menyusui yang sebenarnya. Apabila ibu mendengarkan ada pengalaman menyusui yang kurang baik yang dialami orang lain maka hal ini memungkinkan ibu akan ragu untuk memberikan ASI pada bayinya.<sup>24</sup>

Kenaikan pada paritas makan akan ada sedikit perubahan produksi ASI walaupun tidak bermakna. Volume ASI akan meningkat setelah kelahiran anak pertama dan akan menurun setelah kelahiran anak kelima. Ibu dengan multipara akan menunjukkan angka lebih tinggi dalam memberikan ASI eksklusif dibandingkan dengan ibu primipara. Pengalaman dalam menyusui sebelumnya juga mempengaruhi sikap ibu dalam memberikan ASI eksklusif terutama dalam menghadapi masalah-masalah saat menyusui. Oleh sebab itu ibu dengan multipara berpeluang 2 kali lebih mungkin untuk menyusui eksklusif dibanding dengan ibu yang primipara.<sup>25</sup>

e. Jarak Kehamilan

Menurut Bernadus dalam Lubis (2020), jarak pada kehamilan yang aman ialah diantara 1,5 tahun sampai dua tahun sejak dari persalinan sebelumnya. Dengan adanya pemberian jarak kehamilan yang aman tentunya akan menghindarkan ibu dan bayi dari berbagai resiko. Rahim akan mendapatkan cukup waktu, cukup istirahat untuk menyiapkan diri sehingga asupan nutrisi yang akan diberikan kepada

bayi akan berjalan dengan baik dan pada akhirnya akan menjadikan bayi yang sehat dan berkualitas. Jarak kehamilan dapat mempengaruhi ibu untuk memberikan ASI eksklusif. Ibu dengan jarak kehamilan yang dekat dapat berisiko dengan tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Melahirkan dalam rentan waktu yang dekat akan mempengaruhi kesehatan ibu. Selain itu, waktu dua tahun merupakan waktu yang ideal bagi seorang bayi untuk mendapatkan air susu ibu atau ASI yang bermanfaat bagi ibu dan bayinya. ASI selama enam bulan bahkan dua tahun akan memberikan dampak positif bagi kecerdasan dan kesehatan sang bayi. Jika ibu ternyata hamil kembali saat masih menyusui, maka hal yang memungkinkan terjadi adalah kurangnya perhatian terhadap anak (pertama) dan berkurangnya nutrisi dari ASI yang diberikan padanya, dikarenakan sang ibu fokus juga kepada bayi yang ada dalam kandungannya. Sehingga si anak pertama tidak akan mendapatkan jumlah ideal perhatian dan ASI dari ibunya, yang dapat mempengaruhi pertumbuhannya. Perhitungan kedua dilihat dari segi psikologis anak. Pada umumnya secara teori, anak bisa mulai paham atau bisa menerima adanya adik ketika sudah berusia di atas dua tahun.<sup>26</sup>

f. Pengetahuan Ibu

Pengetahuan ialah hasil tahu dan hal ini terjadi apabila seseorang telah melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan akan suatu obyek terjadi melalui panca indera

manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa dan peraba dengan sendiri pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap suatu objek. Sebagian besar pengetahuan manusia dapat diperoleh melalui mata serta telinga. Hal ini mengingatkan bahwa peningkatan pengetahuan seseorang tidak mutlak diperoleh dari pendidikan formal saja, akan tetapi dapat juga diperoleh melalui pendidikan non formal.<sup>27</sup>

Menurut Pohan (2020) rendahnya pengetahuan dan beberapa mitos yang ada di lingkungan masyarakat dapat mempengaruhi suksesnya dalam pemberian ASI secara eksklusif. Terbentuknya pengetahuan seorang ibu juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan. Semakin banyak informasi yang didapat oleh ibu maka semakin banyak pula pengetahuan yang didapatkan karena informasi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Pengetahuan atau kognitif merupakan suatu domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Semakin baik pengetahuan seorang Ibu mengenai ASI eksklusif, maka seorang ibu akan memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah pengetahuan seorang ibu mengenai ASI eksklusif, maka semakin sedikit pula peluang ibu dalam memberikan ASI eksklusif kepada bayinya.<sup>9</sup>

g. Efikasi Diri

Efikasi diri ialah penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri atau tingkat keyakinan mengenai seberapa besar kemampuannya dalam melakukan suatu hal untuk mencapai hasil tertentu. Adanya efikasi diri diperlukan pada saat memberikan ASI eksklusif, karena dengan adanya efikasi diri maka seorang ibu akan memiliki keyakinan, dimana keyakinan tersebut akan mempengaruhi niat ibu untuk menyusui atau memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya. Efikasi diri yang rendah terjadi karena ibu tidak terlalu percaya diri dalam pemberian ASI eksklusif pada bayinya. Ada faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya efikasi diri seseorang misalnya pengalaman, persuasi sosial, kondisi fisik dan emosional. Efikasi diri ibu menyusui merupakan faktor penting yang sangat berhubungan dengan keeksklusifan menyusui. *Self-efficacy* seorang ibu menyusui harus dipertimbangkan dari segi harapan kemampuan untuk memberikan ASI serta harapan hasil yang akan dicapai dari pemberian ASI. Apabila seorang ibu sudah yakin untuk menyusui dan berhasil, maka *self-efficacy* ibu untuk menyusui akan meningkat. Sebaliknya, jika keyakinan ibu untuk menyusui rendah, maka keberhasilan untuk menyusui akan rendah. Rendahnya *self-efficacy* akan mengakibatkan rendahnya komitmen dalam menyusui, rendahnya daya tahan ibu dalam mengatasi hambatan yang muncul saat menyusui dan ibu berfokus pada aspek negatif dalam menyusui yang secara langsung akan berdampak pula bagi bayi yang tidak bisa memperoleh manfaat

dari pemberian ASI eksklusif. Kepercayaan diri (*self-efficacy*) ibu yang merasa tidak mempunyai kecukupan dalam produksi ASI untuk memenuhi kebutuhan bayi menjadi faktor utama ibu tidak memberikan ASI eksklusif atau bahkan menghentikan pemberian ASI sebelum waktunya.<sup>28</sup>

#### h. Sosial Ekonomi

Status sosial ekonomi akan mempengaruhi seorang ibu dalam memberikan ASI Eksklusif. Saat ibu bekerja ibu harus meninggalkan bayinya sehingga ibu merasa sulit untuk memberikan ASI Eksklusif selama 6 bulan penuh kepada bayinya. Status kesehatan seseorang merupakan salah satu hasil kontribusi dari status sosial ekonomi. Status sosial ekonomi merupakan bagian dari pendidikan, pekerjaan serta pendapatan, hal ini biasanya menjadi penilaian atas status sosial ataupun kelas dari seorang individu atau kelompok.<sup>29</sup>

Ibu dengan sosial ekonomi yang rendah akan lebih berpeluang dalam memberikan ASI kepada bayinya dibandingkan dengan ibu yang sosial ekonominya tinggi. Kondisi ekonomi yang rendah akan membuat ibu lebih memilih menyusui karena rendahnya daya beli terhadap susu formula. Sedangkan ibu dengan sosial ekonomi yang tinggi akan termotivasi untuk memberikan susu formula kepada bayinya, artinya mengurangi kemungkinan untuk menyusui secara eksklusif. Terjadinya perubahan sosial-budaya dalam masyarakat dan keadaan ekonomi yang bermacam-macam, dapat menyebabkan

penurunan jumlah ibu yang menyusui bayinya. Pengaruh hidup yang mewah di kota-kota besar ditemukan kecenderungan bayi menyusui dengan susu formula lebih besar di banding dengan ASI.<sup>30</sup>

i. Dukungan Petugas Kesehatan

Petugas kesehatan harus senantiasa meningkatkan pengetahuan serta kompetensi untuk mendukung seorang ibu dalam upaya peningkatan dan pemberian ASI eksklusif. Peran bidan harus mendukung dalam program ASI eksklusif yang sudah diatur dalam Peraturan Pemerintah No. 33 Tahun 2012 tentang Pemberian ASI Eksklusif, yaitu tenaga kesehatan memiliki peranan, tugas dan tanggung jawab yang sangat penting dalam pemberian ASI eksklusif. Untuk mencapai pemanfaatan pemberian ASI eksklusif secara optimal, tenaga kesehatan dan penyelenggara fasilitas pelayanan kesehatan wajib memberikan informasi dan edukasi ASI eksklusif kepada ibu dan/atau anggota keluarga dari bayi yang bersangkutan sejak pemeriksaan kehamilan sampai dengan periode pemberian ASI eksklusif selesai. Pemberian informasi dan edukasi terkait ASI eksklusif dapat dilakukan melalui penyuluhan, konseling serta pendampingan. Petugas kesehatan juga dilarang menerima, mempromosikan dan memberikan susu formula bayi dan/atau produk bayi lainnya yang dapat menghambat program pemberian ASI eksklusif. Petugas kesehatan terkhusus bidan memiliki peran yang sangat penting sebagai komunikator, motivator, fasilitator dan konselor bagi ibu dalam menjaga kesehatan sang bayi, dimana

salah satu faktor terpenting yaitu dengan memberikan ASI secara eksklusif kepada bayi. Petugas kesehatan bertanggung jawab dalam memberikan pendidikan mengenai ASI eksklusif serta memberikan dukungan pada ibu menyusui yang dimulai dari proses kehamilan, saat pertama kali ibu menyusui sampai dengan selama ibu menyusui. Dukungan ini juga dapat memberikan kepercayaan diri pada ibu untuk terus memberikan ASI eksklusif pada bayinya.<sup>31</sup>

j. Dukungan Keluarga

Suatu bentuk keikutsertaan orang-orang terdekat dalam merawat bayi, seperti suami, ibu, dan ibu mertua secara tidak langsung membentuk kepercayaan dan sikap ibu dalam pemberian ASI Eksklusif. Dukungan psikologi dari keluarga dekat terutama wanita seperti ibu, ibu mertua, dan kakak wanita ataupun teman wanita yang telah berpengalaman dan berhasil menyusui serta suami yang mengerti bahwa ASI baik bagi bayi yang merupakan dorongan kuat bagi ibu untuk menyusui dengan baik. Seorang ibu yang tidak pernah mendapatkan nasehat ataupun penyuluhan tentang ASI dari keluarganya dapat mempengaruhi sikapnya ketika ia harus menyusui bayinya. Dukungan keluarga, dapat menentukan keberhasilan atau kegagalan seorang ibu dalam menyusui, dikarenakan dukungan suami akan menimbulkan rasa nyaman pada ibu sehingga akan mempengaruhi produksi ASI serta meningkatkan semangat dan rasa nyaman. Fungsi dasar keluarga antara lain adalah fungsi efektif, yaitu fungsi internal keluarga dalam



pemenuhan kebutuhan psikososial, saling mengasuh, dan memberikan cinta kasih, serta saling menerima dan mendukung. Suami dan keluarga dapat berperan aktif dalam mendukung pemberian ASI dengan cara memberikan dukungan emosional atau bantuan praktis lainnya. Apabila dukungan yang dibutuhkan kurang maka akan memengaruhi motivasi ibu dalam melakukan tindakan. Selain hal tersebut, dalam keluarga ketika membuat keputusan ditentukan oleh kemampuan anggota keluarga, tentunya hal ini akan mempengaruhi dalam dukungan yang diberikan.<sup>32</sup>

## 8. Konsep Pengetahuan

### a. Pengertian

Pengetahuan ialah hasil tahu dan hal ini terjadi apabila seseorang telah melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan akan suatu obyek terjadi melalui panca indera manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa dan peraba dengan sendiri pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap suatu obyek. Sebagian besar pengetahuan manusia dapat diperoleh melalui mata serta telinga. Hal ini mengingatkan bahwa peningkatan pengetahuan seseorang tidak mutlak diperoleh dari pendidikan formal saja, akan tetapi dapat juga diperoleh melalui pendidikan non formal.<sup>27</sup>

Menurut Pohan (2020) rendahnya pengetahuan dan beberapa mitos yang ada di lingkungan masyarakat dapat mempengaruhi suksesnya

dalam pemberian ASI secara eksklusif. Terbentuknya pengetahuan seorang ibu juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan. Semakin banyak informasi yang didapat oleh ibu maka semakin banyak pula pengetahuan yang didapatkan karena informasi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Pengetahuan atau kognitif merupakan suatu domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Semakin baik pengetahuan seorang Ibu mengenai ASI eksklusif, maka seorang ibu akan memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah pengetahuan seorang ibu mengenai ASI eksklusif, maka semakin sedikit pula peluang ibu dalam memberikan ASI eksklusif kepada bayinya.<sup>9</sup>

b. Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo dalam Karnita dkk 2018, secara garis besar terdapat 6 tingkatan pengetahuan yaitu: <sup>33</sup>

1) Tahu (*know*)

Pengetahuan yang dimiliki baru sebatas berupa mengingat kembali apa yang telah dipelajari sebelumnya, sehingga tingkatan pengetahuan pada tahap ini merupakan tingkatan yang paling rendah. Kemampuan pengetahuan pada tingkatan ini adalah seperti menguraikan, menyebutkan, mendefinisikan, menyatakan.

2) Memahami (*comprehension*)

Pengetahuan yang dimiliki pada tahap ini dapat diartikan sebagai suatu kemampuan menjelaskan tentang suatu objek atau sesuatu yang benar. Seseorang yang telah faham tentang pelajaran atau materi yang telah diberikan dapat menjelaskan, menyimpulkan, dan menginterpretasikan objek atau sesuatu yang telah dipelajarinya tersebut.

3) Aplikasi (*application*)

Pengetahuan yang dimiliki pada tahap ini yaitu dapat mengaplikasikan atau menerapkan materi yang telah dipelajarinya pada situasi kondisi nyata atau sebenarnya.

4) Analisis (*analysis*)

Kemampuan menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen yang ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis yang dimiliki seperti dapat menggambarkan (membuat bagan), memisahkan dan mengelompokkan, membedakan atau membandingkan.

5) Sintesis (*synthesis*)

Pengetahuan yang dimiliki adalah kemampuan seseorang dalam mengaitkan berbagai elemen atau unsur pengetahuan yang ada menjadi suatu pola baru yang lebih menyeluruh. Kemampuan sintesis ini seperti menyusun, merencanakan, mengkategorikan, mendesain, dan menciptakan.

6) Evaluasi (*evaluation*)

Pengetahuan yang dimiliki pada tahap ini berupa kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Evaluasi dapat digambarkan sebagai proses merencanakan, memperoleh, dan menyediakan informasi yang sangat diperlukan untuk membuat alternative keputusan.

c. Kriteria tingkat pengetahuan

Menurut Arikunto dalam Karnita 2018, tingkat pengetahuan dikelompokkan menjadi tiga kelompok apabila respondennya adalah masyarakat umum, yaitu :<sup>33</sup>

- 1) Tingkat pengetahuan kategori Baik nilainya (76%-100%)
- 2) Tingkat pengetahuan kategori Cukup nilainya (56%-75%)
- 3) Tingkat pengetahuan kategori Kurang Baik nilainya ( $\leq 55\%$ )

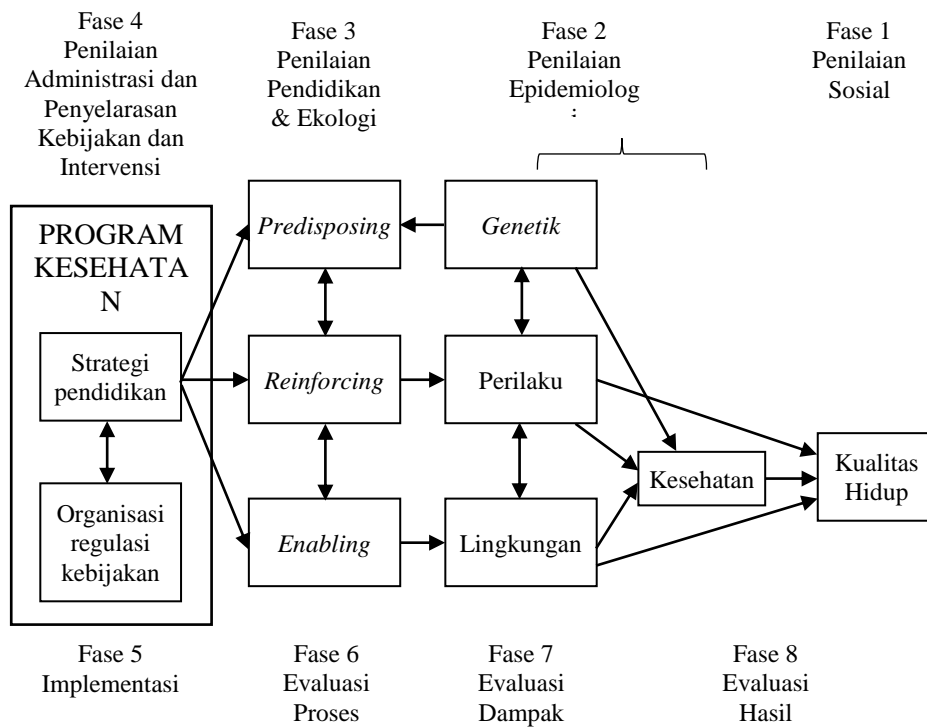
d. Hubungan pengetahuan dengan pemberian ASI eksklusif<sup>34</sup>

Menurut Ramli (2020), seseorang bisa mendapatkan pengetahuan dari berbagai pengalaman dan berbagai macam sumber, baik itu dari media elektronik maupun media cetak. Seringnya seseorang berinteraksi dengan orang lain, teman ataupun petugas kesehatan akan menambah wawasan pengetahuan mereka. Rendahnya pengetahuan responden berdampak pada praktik pemberian ASI eksklusif. Responden memberikan makanan tambahan seperti susu formula, air putih bahkan memberi makan pisang pada bayi sebelum umur enam bulan.

Pemberian tambahan makanan ini dilakukan dengan alasan bayi rewel, tidak kenyang jika diberi ASI saja, dan supaya bayi mendapatkan tambahan gizi lain dari makanan tersebut. Praktik semacam ini ternyata sudah biasa dilakukan oleh keluarga responden dan turun temurun serta di lingkungan tempat responden tinggal juga mempercayai praktik tersebut.

## B. Kerangka Teori

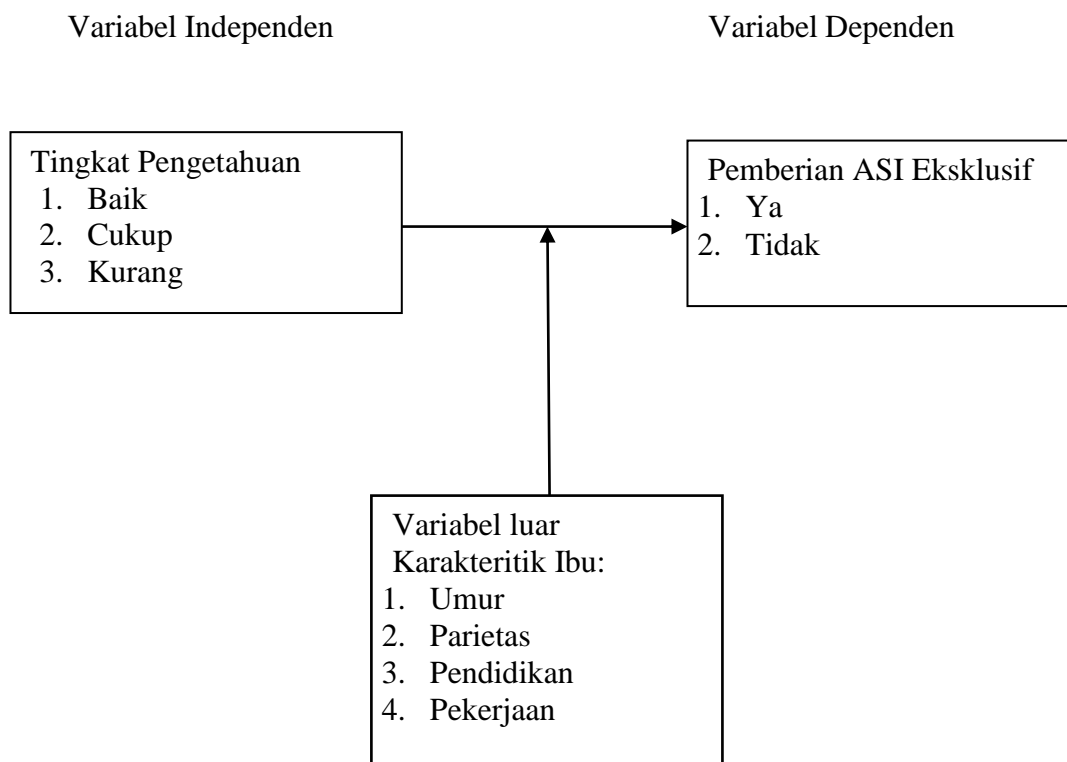
Kerangka teori dalam penelitian ini menggunakan teori dasar dari Green dan Kreuter adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Kerangka Teori Green dan Kreuter 2008<sup>33</sup>

### C. Kerangka Konsep

Kerangka konseptual penelitian adalah kaitan atau hubungan antara konsep satu dengan konsep yang lainnya dari masalah yang ingin diteliti. Kerangka konsep didapatkan dari konsep ilmu/teori yang dipakai sebagai landasan penelitian.



Gambar 2. Kerangka Konsep

### D. Hipotesis

Ada hubungan tingkat pengetahuan tentang ASI Eksklusif dengan pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Umbulharjo I Yogyakarta Tahun 2023.