

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Pengetahuan

a. Konsep Pengetahuan

Pengetahuan atau *knowledge* adalah hasil pengindraan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek melalui pancaindra yang dimilikinya. Panca indra manusia guna pengindraan terhadap objek yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan peraba. Pada waktu pengindraan untuk menghasilkan pengetahuan tersebut dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Pengetahuan seseorang sebagian besar diperoleh melalui indra pendengaran dan indra penglihatan (Notoatmodjo, 2014b).

Pengetahuan merupakan hasil yang dihasilkan setelah individu melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia yaitu indra penglihat, pendengar, pencium, rasa dan raba. Pengetahuan atau ranah kongnitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan melalui wawancara atau angket untuk menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden (Roesli, 2013).

Menurut (Notoatmodjo, 2014b), terdapat 6 tingkatan pengetahuan yaitu:

- 1) Tahu (*Know*). Tahu adalah mengingat kembali memori yang telah ada sebelumnya setelah mengamati sesuatu.
- 2) Memahami (*Comprehension*). Memahami adalah suatu kemampuan untuk menjelaskan tentang suatu objek yang diketahui dan diinterpretasikan secara benar.
- 3) Aplikasi (*Aplication*). Aplikasi adalah suatu kemampuan untuk mempraktekan materi yang sudah dipelajari pada kondisi yang sebenarnya.
- 4) Analisis (*Analysis*). Analisis adalah kemampuan menjabarkan atau menjelaskan suatu objek atau materi tetapi masih dalam struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu dengan yang lainnya.
- 5) Sintesis (*Synthesis*). Sintesis adalah suatu kemampuan menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru.
- 6) Evaluasi (*Evaluation*). Evaluasi adalah pengetahuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek.

b. Faktor yang mempengaruhi pengetahuan

1) Faktor internal

a) Usia

Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan dalam pola daya tangkapnya (Notoatmodjo, 2014b). Semakin tua usia seseorang maka proses-proses perkembangan mentalnya bertambah baik. Akan tetapi, pada usia tertentu bertambahnya proses perkembangan mental ini tidak secepat seperti ketika berumur belasan tahun (Sari, 2019).

b) Pengalaman/paritas

Jumlah persalinan dan jumlah anak dihubungkan dengan pengalaman dan keterampilan menyusui dan perawatan bayi oleh multipara yang semakin banyak anak maka semakin banyak pengalaman ibu dalam menyusui (Meyke, 2019). Pengalaman sebagai sumber pengetahuan adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi (Roesli, 2013).

2) Faktor Internal

a) Tingkat pendidikan

Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka akan semakin mudah untuk menerima informasi tentang objek atau yang berkaitan dengan pengetahuan (Notoatmodjo, 2014b). Pendidikan sangat erat aitannya dengan pengetahuan, pengetahuan umumnya dapat diperoleh dari informasi yang disampaikan oleh guru, media masa dan orang tua.

b) Status pekerjaan

Pekerjaan sangat berpengaruh terhadap proses mengakses informasi yang dibutuhkan terhadap suatu objek, hal ini dikarenakan pekerjaan berhubungan erat dengan proses pertukaran informasi. Dan hal ini tentunya akan berpengaruh terhadap pengetahuan seseorang (Notoatmodjo, 2014b).

c. Cara memperoleh pengetahuan

Menurut (Notoatmodjo, 2018) untuk memperoleh kebenaran pengetahuan, dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu:

1) Cara tradisional atau nonilmiah

a) *Trial and Error*

Metode ini disebut Trial (coba) dan Error (gagal atau salah atau metode coba salah adalah coba-coba). Cara ini

dipakai sebelum adanya kebudayaan dan peradaban. Bila seseorang menghadapi persoalan atau masalah, upaya yang dilakukan pada waktu itu hanya dengan mencoba-coba saja. Cara coba-coba ini dilakukan dengan menggunakan kemungkinan dalam memecahkan masalah, apabila kemungkinan yang dilakukan tidak berhasil maka mencoba-coba kemungkinan yang lain sampai berhasil.

b) Kekuasaan atau otoritas

Pada pemegang otoritas mempunyai mekanisme yang sama dalam penemuan pengetahuan. Dengan begitu orang lain menerima pendapat yang dibentangkan oleh orang yang mempunyai otoritas, tanpa terlebih dahulu membuktikan kebenarannya, baik berdasarkan fakta maupun berdasarkan pandangan sendiri. Kebiasaan-kebiasaan ini seolah-olah diterima dari sumbernya berbagai kebenaran yang mutlak. Sumber pengetahuan ini dapat berupa pemimpin-pemimpin masyarakat baik formal maupun informal, ahli agama, pemegang pemerintahan dan sebagainya.

c) Berdasarkan pengalaman pribadi

Pengalaman merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan atau sebagai sumber pengetahuan. Hal ini dilakukan dengan cara mengulang

pengalaman yang didapatkan dalam memecahkan suatu permasalahan yang dihadapi di masa lalu.

d) Jalan pikiran

Searah perkembangan kebudayaan umat manusia cara berfikir umat manusia pun ikut berkembang. Dari sini manusia sudah mampu menggunakan penalaran dan memperoleh pengetahuan. Dengan demikian, dalam memperoleh kebenaran manusia telah menjalankan pikirannya, baik melalui induksi maupun deduksi. Induksi dan deduksi pada dasarnya adalah cara melahirkan pemikiran secara tidak langsung melalui pertanyaan-pertanyaan yang dikemukakan.

2) Cara modern atau cara ilmiah

Cara memperoleh pengetahuan dewasa ini lebih sistematis, logis dan ilmiah yang disebut dengan metode ilmiah. Kemudian dalam metode induktif untuk memperoleh kesimpulan dilakukan dengan mengadakan observasi langsung, membuat catatan terhadap semua fakta sehubungan dengan objek yang diamati.

d. Proses Prilaku “Tahu”

Ada 5 proses prilaku “Tahu” yang terdiri dari:

- 1) *Awareness* (Kesadaran) seseorang yang menyadari dan mengetahui terlebih dahulu terhadap obyek.

- 2) *Interes* (Merasa Tertarik) dimana seseorang telah menaruh perhatian terhadap suatu obyek.
- 3) *Evaluation* (Menimbang-nimbang) adanya interaksi timbal balik yang mempertimbangkan baik buruknya tindakan terhadap obyek.
- 4) *Trial* (Mencoba) seseorang akan mencoba perilaku baru.
- 5) *Adaption* atau pengangkatan yaitu individu telah memiliki perilaku baru sesuai dengan pengetahuan, sikap dan kesadarannya terhadap stimulus.

2. Teori Perilaku Lawrence Green

Setiap individu memiliki perilakunya sendiri yang berbeda dengan individu lain, termasuk pada kembar identik sekalipun. Green (1980) mengklasifikasikan beberapa faktor penyebab sebuah tindakan atau perilaku:

a. Faktor pendorong (*predisposing factor*)

Faktor predisposing merupakan faktor yang menjadi dasar motivasi atau niat seseorang melakukan sesuatu. Faktor pendorong meliputi pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, nilai dan persepsi, tradisi, dan unsur lain yang terdapat dalam diri individu maupun masyarakat yang berkaitan dengan kesehatan

b. Faktor pemungkin (*enabling factor*)

Faktor *enabling* merupakan faktor-faktor yang memungkinkan atau yang memfasilitasi perilaku atau tindakan.

Faktor pemungkin meliputi sarana dan prasarana atau fasilitas-fasilitas atau sarana-sarana kesehatan. Untuk berperilaku sehat, masyarakat memerlukan sarana dan prasarana pendukung, misalnya perilaku media informasi yang dapat diakses dengan mudah di manapun dan kapanpun.

c. Faktor pendorong (*reinforcing factor*)

Faktor *reinforcing* merupakan faktor-faktor yang mendorong atau memperkuat terjadinya perilaku seseorang yang dikarenakan adanya sikap suami, orang tua, tokoh masyarakat atau petugas kesehatan.

3. Asuhan Kebidanan Kehamilan

Kehamilan merupakan fisiologi bagi perempuan. Perubahan yang mengiringi kejadian pada masa hamil sesuatu yang lazim terjadi masa prenatal dan ini bukanlah suatu penyakit tapi kondisi tubuh menyesuaikan terhadap kehamilan dan persiapan fisik menuju persalinan dan nifas. Pelayanan asuhan kebidanan kehamilan diprioritaskan secara komprehensif dan dilakukan secara terus menerus dan berkesinambungan baik asuhan independen maupun kolaboratif yang profesional (Siti Rahmah, Anna Malia, 2021).

Masa kehamilan dimulai dari proses konsepsi sampai kira-kira lahirnya janin (dua ratus delapan puluh hari/empat puluh minggu) atau Sembilan bulan tujuh hari dimana bagi periode kehamilan menjadi tiga triwulan/trimester yaitu: a). Trimester I awal kehamilan 0-14 minggu,

b). Trimester II tengah kehamilan 15-28 minggu, c). Trimester III akhir kehamilan 29-42 minggu (Siti Rahmah, Anna Malia, 2021).

4. ASI

1) ASI Eksklusif

Definisi ASI eksklusif yang diberikan WHO adalah hanya memberikan ASI kepada bayi, tidak memberikan tambahan dalam bentuk apaun dari usia 0-6 bulan. Dalam kajian WHO, yang melakukan penelitian sebanyak 3000 kali, menunjukkan bahwa ASI mengandung semua nutrisi yang diperlukan bayi untuk bertahan hidup pada 6 bulan pertama, mulai hormon antibodi, faktor kekebalan tubuh, hingga antioksidan (Riksani, 2018).

Pengenalan makanan tambahan dimulai pada usia 6 bulan dan bukan 4 bulan (Nurliana dan Kasrida, 2014), hal ini dikarenakan:

- a. Dari hasil penelitian jumlah komposisi ASI masih cukup untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi apabila ASI diberikan secara tepat dan benar sampai bayi berumur 6 bulan.
- b. Bayi pada saat berumur 6 bulan sistem pencernaannya mulai teratur jaringan pada usus halus bayi pada umumnya seperti saringan pasir. Pori-porinya berongga sehingga memungkinkan bentuk protein ataupun kuman akan langsung masuk dalam system peredaran darah dan dapat menimbulkan alergi. Pori-pori dalam usus bayi ini akan tertutup rapat setelah bayi berumur 6

bulan. Dengan demikian, usus bayi setelah berumur 6 bulan mampu menolak faktor alergi ataupun kuman yang masuk.

Untuk mencapai ASI eksklusif WHO dan UNICEF merekomendasikan langkah-langkah berikut untuk memulai mencapai ASI eksklusif:

- a. Menyusui dalam satu jam setelah kelahiran
 - b. Menyusui secara eksklusif hanya ASI, artinya tidak ditambah makanan atau minuman lain, bahkan air putih sekalipun
 - c. Menyusu kapan pun bayi meminta (*on-demand*), sesering yang bayi mau, siang dan malam
 - d. Tidak menggunakan botol susu maupun empeng
 - e. Mengeluarkan ASI dengan memompa atau memerah dengan tangan, disaat tidak bersama anak
 - f. Mengendalikan emosi dan pikiran agar tenang
- 2) Komposisi gizi dalam ASI

Komposisi ASI dibedakan menjadi 3 macam (Riksani, 2018), yaitu:

- a. Kolostum

Kolostrum adalah air susu yang pertama kali keluar. Kolostrum diskresi oleh kelenjar payudara pada hari pertama sampai hari ke empat pasca persalinan. Kolostrum merupakan cairan dengan viskositas kental, lengket dan

berwarna kekuningan. Kolostrum mengandung tinggi protein, mineal, garam, vitamin A, nitrogen, sel darah putih dan antibody yang mengandung rendah lemak dan laktosa.

b. ASI Transisi atau Peralihan

ASI peralihan adalah ASI yan keluar setelah kolostru sampai ASI matang, yaitu sejak hari ke-4 sampai hari ke-10. Selama 2 minggu, volume air susu bertambah banyak dan berubah warna serta komposisinya. Kadar imunoglobulin dan protin menurun, sedangkan lemak dan laktosa meningkat.

c. ASI Matur

ASI matur disekresi pada hari kesepuluh dan seterusnya. ASI matur Nampak berwarna putih. Kandungan ASI matur relative konstan, tidak menggumpal bila dipanaskan.

Air susu yang mengalir pertama kali atau saat lima menit pertama disebut foremilk. Foremilk lebih encer, 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. Dengan demikian, bayi akan membutuhkan keduanya, baik foremilk maupun hindmilk.

5. Teknik Menyusui Yang Baik Dan Benar

Teknik menyusui yang benar adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar (Nurliana dan Kasrida, 2014).

a. Posisi menyusui

Cara menyusui yang tergolong biasa dilakukan adalah dengan duduk, berdiri atau berbaring.



Gambar 1. Posisi Menyusui

Adapun posisi khusus yang berkaitan dengan situasi tertentu seperti ibu pasca operasi sesar. Bayi diletakkan disamping kepala ibu dengan posisi kaki diatas. Menyusui bayi kembar dilakukan dengan cara seperti memegang bola bila disusui bersamaan, dipayudara kiri dan kanan. Pada ASI yang memancar (penuh), bayi ditengkurapkan diatas dada ibu, tangan ibu sedikit menahan kepala bayi, dengan posisi ini bayi tidak tersedak (Nurliana dan Kasrida, 2014).



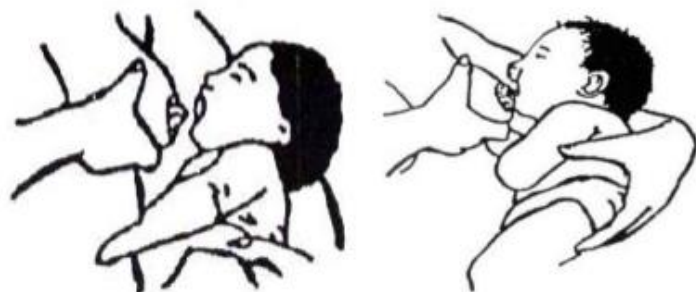
Gambar 2. Macam-macam Posisi Menyusui

b. Posisi badan ibu dan bayi

- 1) Ibu harus duduk dan berbaring dengan santai.
- 2) Pegang bayi pada belakang bahunya, tidak pada dasar kepala.
- 3) Putar seluruh badan bayi sehingga menghadap ke ibu.
- 4) Rapatkan dada bayi dengan dada ibu atau bagian bawah payudara.
- 5) Tempelkan dagu bayi pada payudara ibu. Dengan posisi seperti ini maka telinga bayi akan berada dalam satu garis lurus dengan leher dan lengan bayi.
- 6) Jauhkan hidung bayi dari payudara ibu dengan cara menekan pantat bayi dengan lengan ibu bagian dalam (Eny dan Diah, 2018).

c. Posisi mulut bayi dan puting susu ibu

- 1) Payudara dipegang dengan ibu jari di atas jari yang lain menopang di bawah (bentuk C) atau dengan menjepit payudara dengan jari telunjuk dan jari tengah (bentuk gunting), di belakang areola (kalang payudara).



Gambar 3. Cara Memegang Payudara dan Merangsang Mulut Bayi Ketika Menyusui

- 2) Bayi diberi rangsangan agar membuka mulut (*rooting reflek*).
 - 3) Posisikan putting susu diatas “bibir atas” bayi dan berhadapan dengan hidung bayi.
 - 4) Kemudian masukkan putting susu ibu menelusuri langit-langit mulut bayi.
 - 5) Setelah bayi menyusu/menghisap payudara dengan baik, payudara tidak perlu dipegang atau disangga lagi.
 - 6) Dianjurka tangan bebas ibu untu mengelus-elus bayi (Eny dan Diah, 2018).
- d. Posisi menyusui yang benar
- 1) Tubuh bagian depan bayi menempel pada tubuh ibu.
 - 2) Dagu bayi menempel pada payudara.
 - 3) Dagu bayi menempel pada dada ibu yang berada di dasar payudara (bagian bawah).
 - 4) Telinga bayi berada dalam satu garis dengan leher dan lengan bayi.
 - 5) Mulut bayi terbuka dengan bibir bawah yang terbuka.
 - 6) Sebagian besar areola tampak.
 - 7) Bayi menghisap dalam dan perlahan.
 - 8) Bayi puas dan tenang pada akhir menyusu.
 - 9) Terkadang terdengar suara bayi menelan.
 - 10) Putting susu tidak terasa sakit atau lecet (Eny dan Diah, 2018).

e. Memperlancar pengeluaran ASI

Persiapan memperlancar pengeluaran ASI (Riksani, 2018), yaitu:

- 1) Membersihkan puting susu dengan air atau minyak, sehingga epitel yang lepas tidak menumpuk.
- 2) Puting susu ditarik-tarik setiap mandi, sehingga menonjol untuk memudahkan isapan bayi.
- 3) Bila puting belum menonjol dapat memakai pompa susu atau dengan jalan operasi.

6. Tanda-tanda Teknik Menyusui yang Benar

Apabila bayi telah menyusui dengan benar maka akan memperlihatkan tanda-tanda sebagai berikut:

- 1) Bayi tampak tenang.
- 2) Badan bayi menempel pada perut ibu.
- 3) Mulut bayi terbuka lebar.
- 4) Dagunya menempel pada payudara ibu.
- 5) Sebagian besar areola masuk ke dalam mulut bayi, areola bagian bawah lebih banyak yang masuk.
- 6) Bayi nampak menghisap dengan irama perlahan.
- 7) Puting susu ibu tidak terasa nyeri (Nurliana dan Kasrida, 2014).

7. Manfaat dan Fungsi Pemberian ASI

a. Pada ibu

- 1) Aspek kesehatan ibu. Isapan bayi pada payudara akan merangsang terbentuknya oksitosin oleh kelenjar hipofisis.

Oksitosin membantu involusi uterus dan mencegah terjadinya perdarahan pasca persalinan (Nurun dan Wiwit, 2017).

- 2) Aspek KB. Menyusui secara murni (eksklusif) dapat menjarangkan kehamilan. Hormon yang mempertahankan laktasi bekerja menekan hormone untuk ovulasi, sehingga dapat menunda kembalinya kesuburan (Nurun dan Wiwit, 2017).
- 3) Aspek psikologis. Ibu akan merasa bangga dan diperlukan, rasa yang dibutuhkan oleh semua manusia (Nurun dan Wiwit, 2017).

b. Pada bayi

- 1) Pemberian ASI pada bayi akan meningkatkan perlindungan terhadap banyak penyakit seperti radang otak dan diabetes.
- 2) Membantu melindungi dari penyakit-penyakit biasa seperti infeksi telinga, diare, demam, dan melindungi dari *Sudden Infant Death Syndrome* (SIDS) atau kematian mendadak pada bayi.
- 3) Pada bayi yang sedang menyusui sakit, perawatan rumah sakit jauh lebih kecil dibanding bayi yang minum susu botol.
- 4) ASI memberikan zat nutrisi yang paling baik dan paling lengkap bagi pertumbuhan bayi.
- 5) Komponen ASI akan berubah sesuai perubahan nutrisi yang diperlukan bayi ketika ia tumbuh.
- 6) ASI akan melindungi bayi terhadap alergi makanan, jika makanan yang dikonsumsi sang ibu hanya mengandung sedikit makanan yang menyebabkan alergi.

- 7) Pemberian ASI akan menghemat pengeluaran keluarga yang digunakan untuk membeli susu formula dan segala perlengkapannya.
 - 8) ASI cocok dan mudah, tidak memerlukan botol untuk mensterilisasi, dan tidak perlu campuran formula.
 - 9) Menyusui merupakan kegiatan eksklusif bagi ibu dan bayi. Kegiatan ini akan meningkatkan kedekatan antara anak dan ibu.
 - 10) Risiko terjadinya kanker ovarium dan payudara pada wanita yang memberikam ASI bagi bayinya lebih kecil daripada wanita yang tidak menyusui (Nurun dan Wiwit, 2017)
- c. Manfaat ASI bagi keluarga
- 1) Aspek ekonomi. ASI tidak perlu dibeli, sehingga dana yang seharusnya digunakan untuk membeli susu formula dapat digunakan untuk keperluan lain. Penghematan karena bayi yang mendapat ASI lebih jarang sakit sehingga mengurangi biaya berobat.
 - 2) Aspek psikologi. Kebahagiaan keluarga bertambah, karena kelahiran lebih jarang, sehingga suasana kejiwaan ibu baik dan dapat mendekatkan hubungan bayi dengan keluarga.
 - 3) Aspek kemudahan. Menyusui sangat praktis, karena dapat diberikan dimana saja dan kapan saja. Keluarga tidak perlu repot menyiapkan botol, air masak dan dot yang harus dibersihkan (Eny dan Diah, 2018).

d. Bagi negara

- 1) Menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi, adanya faktor protektif dan nutrient yang sesuai dalam ASI menjamin status gizi bayi baik serta kesakitan dan jematian anak menurun.
- 2) Mengurangi subsidi untuk rumah sakit. Anak yang mendapat ASI lebih jarang dirawat di rumah sakit dibandingkan dengan anak yang mendapat susu formula.
- 3) Peningkatan generasi penerus. anak yang mendapat ASI dapat tumbuh kembang secara optimal sehingga kualitas generasi penerus bangsa akan terjamin (Eny dan Diah, 2018).

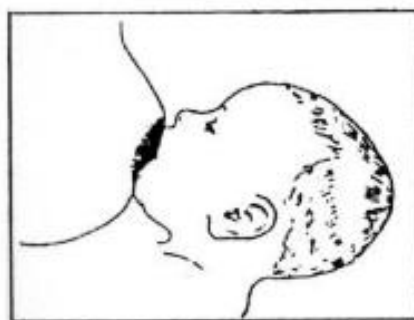
8. Langkah-langkah Menyusui yang Benar

Cara menyusu yang benar adalah sebagai berikut:

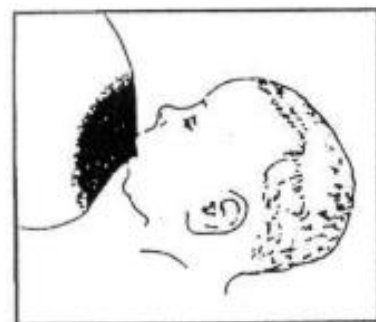
- a. Biasakan mencuci tangan dengan sabun setiap kali sebelum menyusui.
- b. Duduk dengan posisi santai dan tegak dengan punggung lurus, pangkuan rata, kaki dipijakkan rata.
- c. Sebelum menyusui, sebaiknya mengeluarkan sedikit kolostrum atau ASI, kemudian dioleskan pada puting dan sekitarnya. Hal ini dilakukan untuk melembabkan dan membersihkan payudara.
- d. Gunakan bantal atau selimut untuk menopang bayi, bayi ditidurkan diatas pangkuan ibu dengan cara: 1). Bayi dipegang dengan satu lengan, kepala bayi diletakan di lengkung siku ibu dan bokong bayi diletakkan pada lengan. Kepala bayi tidak boleh tertengadah atau

bokong bayi ditahan dengan telapak tangan ibu; 2). Satu tangan bayi diletakan dibelakang badan ibu dan yang satu di depan; 3). Perut bayi menempel pada badan ibu, kepala bayi menghadap payudara; 4). Telinga dan lengan bayi terletak pada satu garis lurus; 5). Ibu menatap bayi dengan kasih sayang.

- e. Tangan kanan menyangga payudara kiri dan keempat jari dan ibu jari menekan payudara bagian atas areola.
- f. Bayi diberikan rangsangan untuk membuka mulut dengan cara menyentuh pipi dengan putting susu atau menyentuh sisi mulut bayi.
- g. Setelah bayi membuka mulut, dengan cepat kepala bayi didekatkan ke payudara ibu dengan putting serta areola dimasukan ke mulut bayi. Usahakan sebagian besar areola dapat masuk ke dalam mulut bayi, sehingga putting susu berada di bawah langit-langit dan lidah bayi akan menekan ASI keluar dari tempat penampungan ASI yang terletak dibawah areola.



a. perlekatan benar



b. perlekatan salah

Gambar 4. Perlekatan yang Benar dan Salah

- h. Setelah menyusui pada satu payudara sampai terasa kosong, sebaiknya diganti menyusui pada payudara yang lain.

- i. Cara melepas isapan bayi bisa dilakukan dengan jari kelingking ibu dimasukkan ke mulut bayi melalui sudut mulut atau dagu bayi ditekan ke bawah.
- j. Setelah selesai menyusui, ASI dikeluarkan sedikit kemudian dioleskan pada puting susu dan areola sekitarnya. Biarkan kering dengan sendirinya (Eny dan Diah, 2018).

9. Metode Menyendawakan Bayi

Tujuan menyendawakan bayi adalah untuk mengeluarkan udara dari lambung supaya bayi tidak muntah atau gumoh setelah menyusui.

- a. Bayi digendong tegak dengan bersandar pada bahu ibu kemudian punggungnya ditepuk-tepuk perlahan-lahan.
- b. Dengan cara menelungkupkan bayi diatas pangkuan ibu, lalu usap-usap punggung bayi sampai bayi bersendawa (Eny dan Diah, 2018).

10. Masalah dalam Menyusui

- a. Kurang atau salah informasi

Banyak ibu yang merasa bahwa susu formula itu sama baiknya atau malah lebih baik dari ASI sehingga cepat menambah susu formula apabila ASI kurang (Eny dan Diah, 2018).

- b. Puting susu datar atau terbenam

Sejak kehamilan trimester tiga, ibu yang tidak mempunyai resiko kelahiran prematu, dapat diusahakan mengeluarkan puting susu datar atau terbenam dengan: 1). Teknik atau gerakan Hoffman

yang dikerjakan 2 x sehari; 2). Dibantu dengan spuit yang dipotong ujungnya atau dengan pompa ASI.

Setelah bayi lahir putting susu datar atau terbenam dapat dikeluarkan dengan cara: 1). Susui bayi secepatnya segera setelah lahir saat bayi aktif dan ingin menyusui; 2). Susui bayi sesering mungkin (tiap 2 jam), ini akan menghindari payudara terisi terlalu penuh dan memudahkan bayi untuk menyusui; 3). Massage payudara dan mengelurkan ASI secara manual sebelum menyusui dapat membantu bila terdapat bendungan payudara dan puting susu tertarik ke dalam; 4). Pompa ASI yang efektif bukan yang berbentuk “terompet” atau bentuk (*Squeeze blub*) dapat dipakai untuk mengeluarkan puting susu pada waktu menyusui (Eny dan Diah, 2018).

c. Puting susu nyeri dan lecet

Umumnya ibu akan merasa nyeri pada awal menyusui. Perasaan sakit ini akan berkurang setelah ASI keluar. Puting susu terasa nyeri bila ditangani dengan benar akan menjadi lecet. Umumnya menyusui akan menyakitkan dan kadang-kadang mengeluarkan darah (Nurun dan Wiwit, 2017).

Puting susu lecet dapat disebabkan oleh posisi menyusui yang salah. Bila posisi mulut bayi dan puting susu ibu benar, perasaan nyeri akan hilang.

d. Payudara bengkak

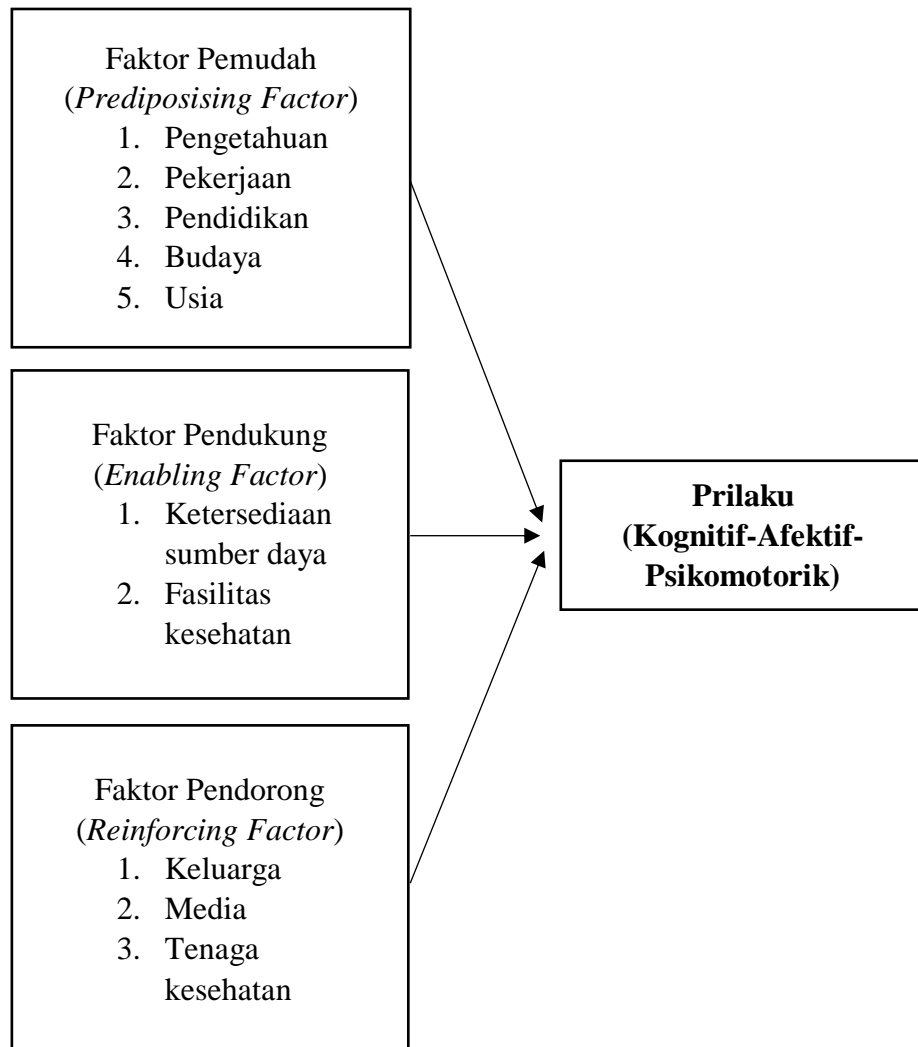
Pada hari-hari pertama (sekitar 2-4 jam), payudara sering terasa penuh dan nyeri disebabkan bertambahnya aliran darah ke payudara bersamaan dengan ASI mulai diproduksi dalam jumlah banyak. Penyebab bengkak yaitu posisi mulut bayi dan puting susu ibu salah, produksi ASI berlebihan, terlambat menyusui dan lainnya (Nurun dan Wiwit, 2017).

Perbedaan payudara penuh dengan payudara bengkak adalah: 1). Payudara penuh: rasa berat pada payudara, panas dan keras. Bila diperiksa ASI keluar, dan tidak ada demam; 2). Payudara bengkak: payudara odema, sakit, puting susu kencang, kulit mengkilat walau tidak merah, dan bila diperiksa/ diisap ASI tidak keluar. Badan bisa demam setelah 24 jam (Eny dan Diah, 2018).

e. Mastitis dan Abses Payudara

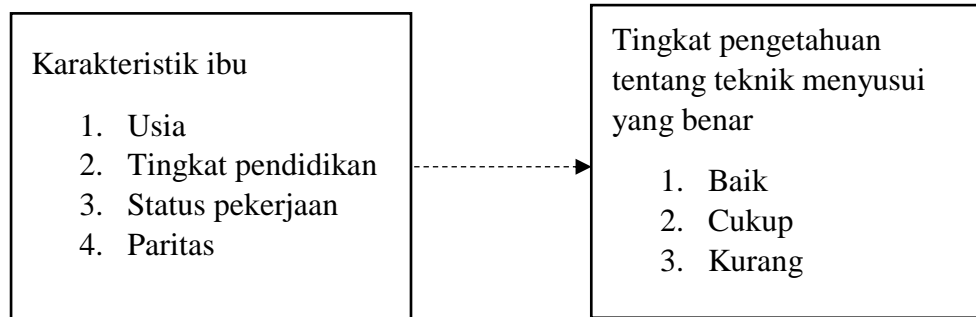
Mastitis adalah peradangan pada payudara. Payudara menjadi merah, kadangkala bengkak diikuti rasa nyeri dan panas, suhu tubuh meningkat. Didalam terasa padat (massa), dan diluarnya kulit menjadi merah. Kejadian ini terjadi pada masa nifas 1-3 minggu setelah persalinan diakibatkan oleh sumbatan saluran air susu yang berlanjut. Keadaan ini diakibatkan kurangnya ASI yang diisap/dikeluarkan atau pengisapan yang tidak efektif. Dapat juga karena kebiasaan menekan payudara dengan jari atau karena tekanan baju/BH (Nurun dan Wiwit, 2017).

B. Kerangka Teori



Gambar 5. Kerangka Teori Modifikasi Lawrence Green dalam (Notoatmodjo 2014)

C. Kerangka Konsep



Keterangan: -----▶ Tidak di analisis secara satatistik
hubungannya

Gambar 6. Kerangka Konsep

D. Pertanyaan Penelitian

“Bagaimana gambaran karakteristik dan tingkat pengetahuan tentang teknik menyusui yang benar pada ibu di Puskesmas Umbulharjo I?”