

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Niat

Intensi, atau niat, adalah keputusan untuk berperilaku dengan cara yang diinginkan atau dorongan untuk melakukan perbuatan, baik secara sadar maupun tidak sadar (Corsini, 2002). Teori ini didasarkan pada perspektif kepercayaan, yang dapat mempengaruhi seseorang untuk bertindak dengan cara tertentu. Perspektif kepercayaan dilaksanakan melalui penggabungan berbagai karakteristik, kualitas, dan atribut dari informasi tertentu. Perilaku yang membutuhkan perencanaan cocok dengan *Teori planned behavior* perilaku yang direncanakan (Ajzen, 1991).

Planned behavior theory adalah evolusi dari teori tindakan rasional. Teori ini mengklaim bahwa dua alasan, yaitu norma subjektif dan sikap terhadap perilaku, memengaruhi niat untuk melakukan tindakan tertentu (Vallerand et al., 1992). Beberapa tahun kemudian, Ajzen (1988) menambahkan satu elemen. Ini adalah kontrol perilaku persepsian individu, juga dikenal sebagai kontrol perilaku persepsian. Adanya elemen ini mengubah *reasoned action theory* menjadi *Planned behavior theory*.

Dalam teori ini, tiga faktor penentu membentuk niat seseorang terhadap perilaku (Ajzen, 1985). Faktor-faktor ini terdiri dari keyakinan

tentang hasil yang mungkin dan evaluasi dari perilaku tersebut (*behavioral beliefs*) keyakinan tentang norma yang diharapkan dan keinginan untuk memenuhi norma tersebut (*normative beliefs*) dan keyakinan tentang adanya faktor yang dapat mendukung atau menghalangi perilaku terhadap niat. Variabel niat disini diproksikan dengan attitude, kesadaran untuk niat dalam pemberian ASI Eksklusif memiliki arti keadaan dimana seseorang mengetahui, memahami, dan mengerti tentang cara memberikan ASI Eksklusif.

a. Norma Subjektif (*Subjective Norm*)

Menurut Ajzen (1988) dan Mustikasari (2007), norma subjektif adalah persepsi individu tentang pengaruh sosial yang memengaruhi perilaku tertentu. Menurut norma subjektif, terdapat individu atau kelompok yang memengaruhi niat seseorang untuk berperilaku.

b. Kontrol Perilaku Persepsian (*Perceived Behavioral Control*)

Menurut Jogiyanto (2007), kontrol perilaku persepsian didefinisikan sebagai kemudahan atau kesulitan melakukan suatu perilaku. Menurut Saifuddin Azwar (1995) dalam Permatasari (2017), kontrol perilaku persepsian dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu seseorang dan perkiraan mereka tentang seberapa sulit atau mudahnya melakukan perilaku tertentu. Dalam hal perpajakan, kontrol perilaku persepsian

adalah tingkat intensitas, menurut Bobek dan Hatfield dalam Elia Mustikasari (2007).

kontrol yang dimiliki oleh seorang Wajib Pajak atas tindakan tertentu. Kontrol keyakinan berkaitan dengan niat untuk berperilaku. Keyakinan kontrol terdiri dari keyakinan tentang keberadaan hal-hal yang mendukung atau menghambat perilaku yang akan ditampilkan (*control beliefs*) dan persepsinya tentang seberapa kuat hal-hal yang mendukung dan menghambat perilakunya tersebut (*perceived power*). Keyakinan ini menimbulkan kontrol terhadap perilaku tersebut. Karena itu, *Theory of Planned Behavior* (TPB) sangat cocok untuk menjelaskan maksud ini. *Perceived Behavioral Control* memproyeksikan variabel niat pemberian. Intensi perilaku, atau niat perilaku, adalah hasil dari kombinasi faktor-faktor tersebut. Secara umum, apabila sikap dan norma subjektif seseorang menunjuk ke arah yang positif, serta ketika seseorang memiliki kontrol yang lebih kuat, maka akan lebih besar kemungkinan seseorang akan melakukan perilaku tersebut. Metode intervensi tingkah laku yang didasarkan pada *Theory of Planned Behavior* (TPB).

Baik ibu, bayi, dan masyarakat mendapatkan manfaat dari ASI eksklusif. Pemberian air susu ibu (ASI) secara eksklusif selama enam bulan adalah salah satu cara untuk mengurangi kematian bayi. Namun,

target cakupan ASI eksklusif di Indonesia masih belum tercapai. Theory of Planned Behavior (TPB) akan digunakan dalam penelitian ini untuk menjelaskan bagaimana sikap, norma subjektif, dan persepsi kendali perilaku berkaitan dengan niat dan tindakan yang berkaitan dengan pemberian ASI eksklusif. Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa penelitian TPB memberikan kerangka untuk menjelaskan aspek utama dari perilaku pemberian ASI eksklusif. Sikap, norma subjektif, dan persepsi kendali perilaku secara kolektif berhubungan dengan niat perilaku, dan niat merupakan anteseden langsung dari perilaku pemberian ASI eksklusif.

2. Perilaku

a. Pengertian Perilaku

Sebagaimana dijelaskan oleh Skinner pada tahun 1983 dalam (Notoatmodjo, 2018). Perilaku adalah tanggapan individu terhadap stimulus atau rangsangan. Stimulus berasal dari luar diri seseorang (faktor eksternal), sedangkan respons berasal dari dalam diri seseorang yang bersangkutan.

b. Bentuk-bentuk Perilaku

Perilaku dibagi menjadi dua kategori berdasarkan jenis respons terhadap stimulus (Notoatmodjo, 2018):

1) Perilaku tertutup (*covert behavior*)

Jika respon terhadap stimulus tidak dapat dilihat oleh orang lain dari luar, itu hanya dapat berbentuk pikiran, perasaan, persepsi, pengetahuan, dan sikap.

2) Perilaku terbuka (*Overt behavior*)

Di mana tindakan atau praktik yang dilakukan orang lain dapat diamati sebagai respons terhadap stimulus.

c. Pengukuran perilaku

Ada dua cara: secara langsung dan tidak langsung.

Pengamatan, atau pengamatan, diukur secara langsung melalui pengamatan, yaitu mengamati bagaimana subjek menjaga kesehatannya. Metode mengingat kembali (*recall*) digunakan untuk menempatkan secara tidak langsung. Metode ini menggunakan kuesioner atau wawancara untuk menanyakan apa yang telah mereka lakukan tentang topik tertentu (Notoatmodjo, 2018).

d. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku seseorang menurut (Alhogbi, 2017).

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku seseorang, yaitu:

1) Faktor Internal

a. Usia

Karena pengalaman jiwa, orang yang lebih dewasa dan memiliki kapasitas berpikir yang lebih matang lebih dipercaya oleh masyarakat daripada orang yang belum cukup

7 dewasa (Nursalam, 2019). Hasil pendapat dari Hurlock dalam (Notoatmodjo et al., 2018). Semakin tinggi tingkat pengetahuannya karena semakin tingginya umur seseorang karena diperoleh dari pengalaman yang didapat, pengalaman tersebut memberikan pengaruh apa yang dilakukan seseorang. Menurut (For et al., 2016) karakteristik responden berdasarkan usia yang memiliki frekuensi terbesar adalah umur 20-30 tahun yang siap memberikan ASI Eksklusif, hal ini menunjukkan bahwa usia juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pemberian ASI Eksklusif. Kelompok ibu yang memiliki usia kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun cenderung memiliki kesiapan yang sangat rendah untuk memberikan ASI Eksklusif dibandingkan dengan kelompok usia 20-35 tahun yang memiliki kesiapan yang cukup baik untuk memberikan ASI Eksklusif. Semakin cukup usia maka tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja.

b. Pendidikan

Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin banyak pengetahuan yang mereka miliki, tetapi kurangnya pendidikan akan menghambat perkembangan sikap mereka terhadap prinsip-prinsip baru. Menurut (Marzida et al., 2016) mengatakan bahwa tingkat pendidikan yang

memiliki kesiapan tertinggi adalah ibu yang memiliki pendidikan menengah dan yang memiliki kesiapan terendah adalah pendidikan tingkat tinggi dan tingkat pendidikan rendah karena pengetahuan tidak hanya diperoleh dari pendidikan formal saja, namun ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang misalnya lingkungan, pengalaman dan paparan media massa. Pengetahuan ibu tentang ASI Eksklusif mempengaruhi kesuksesan dalam pemberian ASI Eksklusif. Ibu yang memiliki pendidikan rendah tentang ASI Eksklusif cenderung kurang siap dalam memberikan ASI Eksklusif, sedangkan ibu yang memiliki tingkat pendidikan tinggi namun kurang siap dalam pemberian ASI Eksklusif lebih disebabkan karena aktivitas yang dijalani.

c. Pekerjaan

Menurut Hendrawan (2019), Keburukan yang harus dilakukan terutama untuk meningkatkan kehidupan adalah pekerjaan. Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan. Sebaliknya, itu adalah cara mencari nafkah yang monoton, penuh tantangan. Kehidupan seseorang akan dipengaruhi oleh bekerja sebagai ibu-ibu.

d. Paritas

Paritas adalah banyaknya atau jumlah kelahiran yang dialami ibu, baik hidup maupun mati. Banyaknya pengalaman ibu berdampak pada penerimaan pengetahuan; semakin banyak pengalaman ibu, semakin mudah untuk menerima pengetahuan. Dengan menggunakan pengalaman sebagai sumber pengetahuan, orang dapat belajar tentang sesuatu dengan mengulanginya dan kemudian menemukan solusi untuk masalah yang pernah mereka hadapi (Mabud Nurma, 2014). Ada tiga kategori paritas berdasarkan nilai persentase anak

- 1) Nulipara (Anak 0)
- 2) Primipara (Anak 1)
- 3) Multipara (Anak ≥ 2)
- 4) Grandemultipara (Anak ≥ 5)

Salah satu tujuan Lawrence W Green adalah untuk melihat perilaku manusia dari perspektif tingkat kesehatan. Dua faktor utama memengaruhi kesehatan masyarakat atau individu: faktor perilaku (faktor perilaku) dan faktor di luar perilaku (faktor non-perilaku).

3. Kehamilan

a. Definisi kehamilan

Kehamilan adalah periode dari konsepsi hingga kelahiran janin. Kehamilan berlangsung selama 280 hari, atau sembilan bulan tujuh hari (Situmorang et al., 2021).

Menurut (Rintho, 2022) kehamilan dimulai dengan pertemuan sel ovum dan sel sperma di dalam uterus, tepatnya di tuba fallopi. Setelah itu, terjadi konsepsi dan nidasi, kemudian implantasi pada dinding uterus, tepatnya pada lapisan edometrium, pada hari keenam dan ketujuh setelah konsepsi.

Kehamilan adalah pertemuan sel telur dan sperma yang telah matang, yang menyebabkan nidasi dan tumbuh berkembang sampai aterm, menurut beberapa definisi kehamilan tersebut.

b. Pengertian kehamilan trimester III

Kehamilan trimester ketiga, yang terjadi antara 28 dan 40 minggu, adalah waktu di mana orang tua mempersiapkan kelahiran dan fokus pada kehadiran bayi. Ini juga dikenal sebagai periode penantian (Aidiana et al., 2023).

Sangat penting untuk memberi tahu ibu lebih awal tentang pentingnya ASI eksklusif selama trimester ketiga kehamilan karena ini adalah saat mereka mempersiapkan kelahiran bayi dan menjadi orang tua.

c. Perubahan Fisiologis Pada Kehamilan Trimester III

Mammae akan menjadi lebih besar selama trimester ketiga kehamilan. Dengan payudara yang semakin besar, BH harus lebih besar dan lebih menunjang. Selain itu, ibu hamil di trimester ketiga terkadang mengeluarkan kolostrum, rembesan cairan kekuningan dari payudara. Hal ini tidak berbahaya dan menunjukkan bahwa payudara sedang menyiapkan ASI untuk menyusui bayinya. Progesterone membuat puting menonjol dan dapat digerakkan (Hutahaean, 2013; Syaiful & Fatmawati, 2019)

d. Perubahan Psikologis Kehamilan Trimester III

Selama trimester ketiga, ibu menjadi sangat antusias menunggu kelahiran bayinya, yang membuatnya disebut "periode menunggu" dan "periode kewaspadaan". Ibu kadang-kadang khawatir bahwa bayinya tidak akan lahir tepat waktu, yang membuat mereka lebih waspada pada tanda dan gejala persalinan. Mereka sering kali merasa khawatir atau merasa seperti bayinya tidak normal (Astuti dkk, 2017).

Pada kehamilan trimester tiga ini ibu akan lebih berorientasi pada realitas untuk menjadi orangtua. Pada psikologis kehamilan penting bagi seorang ibu untuk melakukan persiapan menyusui, Karena sikap dan keputusan ibu yang positif harus ada sejak awal kehamilan, atau bahkan jauh sebelumnya, ibu dapat lebih siap untuk

menyusui bayinya dan mendukung keberhasilan ASI eksklusif (Padmawati, 2013).

4. Air Susu Ibu (ASI)

a. Pengertian

Air susu ibu atau ASI adalah air susu ibu yang mengandung semua zat gizi yang diperlukan bayi untuk tumbuh dan berkembang (Mufdlilah, 2017).

ASI Eksklusif adalah pemberian ASI tanpa makanan dan minuman tambahan pada bayi yang berusia 0-6 bulan. Pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan dianjurkan oleh badan internasional karena manfaat ASI yang begitu baik untuk bayi maupun ibu. WHO dan kementerian kesehatan merekomendasikan untuk pemberian ASI Eksklusif minimal 6 bulan karena kandungan nutrisi, yang sangat penting untuk perkembangan bayi dan tidak dapat diganti dengan makanan atau susu formula. Bayi yang diberi ASI eksklusif mengalami perkembangan yang baik, terutama dalam hal daya tahan tubuh. ASI juga melindungi bayi dari penyakit pernapasan, kanker pada anak, diare, muntah, dan meningitis (Kebidanan *et al.*, 2020).

Peraturan Nomor 1 Tahun 2014 tentang Pemberian ASI Eksklusif dan Peraturan Walikota Nomor 70 Tahun 2020 tentang Petunjuk Pelaksanaan Peraturan Daerah Kota Yogyakarta Nomor 1 Tahun 2014 Tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif

adalah langkah-langkah yang diambil oleh Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta untuk meningkatkan akses ke ASI eksklusif. Selain itu, mendorong promosi dan konseling menyusui dan memberikan pengetahuan kepada konselor menyusui.

b. Kandungan ASI

Kandungan nutrisi yang terdapat di dalam Air Susu Ibu (ASI) menurut (Febiana Meijon Fadul, 2019) adalah sebagai berikut:

1) Lemak

Bayi memiliki enzim lipase yang membuatnya lebih mudah menyerap lemak, yang merupakan kalori utama dalam ASI dengan kadar 3,5% hingga 4,5% dalam sistem pencernaan bayi dan ASI akan mengurai menjadi gliserol dan asam lemak. Lemak ASI memiliki keunggulan yaitu mengandung lemak esensial yaitu Decosahexanoic Acid (DHA) dan Arachidonic Acid (AA) yang berperan penting dalam pertumbuhan otak dengan kadar kolesterol dalam ASI lebih tinggi karena merangsang enzim prolaktin yang membuat metabolisme kolesterol menjadi efisien.

2) Karbohidrat

Laktosa, karbohidrat utama dalam ASI, memiliki kadar paling tinggi 7% dibandingkan susu formula atau mamalia lain. Laktose juga membantu meningkatkan

absorpsi kalsium dan merangsang pertumbuhan

Lactobacillus bifidus. Mengubah laktosa menjadi asam

laktat dan asam asetat adalah tugas *Lactobacillus bifidus*.

Dengan membuat saluran pencernaan menjadi asam, kedua

asam ini mencegah perkembangan mikroorganisme seperti

bakteri *E. coli*, yang sering menyebabkan diare pada bayi.

Dalam usus bayi yang mendapat ASI, *Lactobacillus* dapat

tumbuh dengan cepat.

3) Protein

ASI memiliki protein jauh lebih sedikit dibandingkan

dengan susu sapi namun ASI lebih mudah untuk dicerna oleh

usus bayi. Protein yang ada pada ASI dapat membantu

menghancurkan bakteri dan melindungi bayi dari infeksi.

Laktalbumin adalah protein paling banyak (*whey protein*)

dan karsinogen ada dalam jumlah yang lebih sedikit. Ada dua

jenis asam amino, *cystine* dan *taurine*, terdapat di air susu

manusia tetapi tidak di dalam air susu sapi. Dua asam ini

penting untuk pertumbuhan dan perkembangan otak.

4) Garam dan Mineral

Bayi yang mengonsumsi susu sapi yang tidak

dimodifikasi dapat mengalami hipokalsemia, karena ASI

mengandung jumlah garam dan mineral yang lebih rendah

daripada susu sapi. Dibutuhkan susu dengan kadar garam

dan mineral yang rendah karena ginjal neonatus belum dapat mengkonsentrasikan air kemih dengan baik. ASI, tidak seperti susu sapi, memiliki kadar garam dan mineral yang lebih rendah. Tetani, atau otot kejang, dapat terjadi pada bayi yang diberi susu sapi atau susu formula. Karena hipokalsemia, susu sapi memiliki kadar kalsium yang lebih tinggi dibandingkan ASI, tetapi juga kadar fosfor yang jauh lebih tinggi, sehingga mengganggu penyerapan magnesium dan kalsium.

5) Vitamin

Masing-masing vitamin memiliki manfaat dan fungsi tersendiri untuk melakukan hal-hal tertentu. Vitamin D untuk kekuatan tulangnya, meskipun ASI tidak mengandung banyaknya. Namun, untuk menghindari masalah tulang selama usia 0–6 bulan kelahiran, bayi dapat disinari dengan matahari di pagi hari. Penglihatan bayi adalah fungsi utama vitamin A.

Saat memasuki periode transisi ASI matang, di mana sebagian besar porsi ASI menjadi cairan air, kandungan vitamin A pada kolostrum mulai berkurang. Namun, kolostrum tetap mengandung zat-zat penting bagi bayi. IDAI menyatakan bahwa vitamin A tidak hanya bertanggung jawab atas penglihatan, tetapi juga bertanggung jawab atas

kekebalan tubuh, pembelahan sel, dan pertumbuhan. Salah satu zat yang mudah larut dalam cairan adalah vitamin B. Vitamin ini berfungsi sebagai pelengkap dalam ASI untuk mengurangi anemia (kekurangan darah), terlambatnya perkembangan, kurang nafsu makan, dan iritasi kulit. Vitamin C memiliki peran penting dalam perkembangan dan pematangan saraf. Vitamin C juga memengaruhi pertumbuhan gigi, tulang, dan kolagen serta mampu mencegah bayi terkena penyakit. Terlalu banyak vitamin juga tidak baik karena efek samping yang ditimbulkan. Vitamin E utamanya untuk kesehatan kulit. Selain itu, vitamin E sebagai penambah sel darah merah bayi yang bernama hemoglobin sehingga melindunginya dari anemia (kekurangan darah).

c. Komposisi ASI

ASI terbagi menjadi tiga kelompok dan tahap yang berbeda, yaitu:

1) Kolostrum

Cairan pertama yang keluar dari kelenjar payudara, biasanya dari hari pertama hingga ketiga setelah persalinan. Kolostrum berwarna kekuning-kuningan, kental, dan lengket. Kolostrum memiliki zat gizi dan antibodi yang lebih tinggi dari ASI yang matang. Kandungan gizinya adalah 8,5 persen protein, 2,5

persen lemak, 3,5 persen karbohidrat, 0,4 persen garam dan mineral, dan 85,1 persen air (Mufdlilah, 2017). Manfaat kolostrum adalah sebagai berikut:

- a) sebagai pembersih selaput usus bayi baru lahir untuk membuat pencernaan mereka siap untuk makan.
- b) Mengandung banyak protein, yang membantu tubuh melawan infeksi.
- c) Mengandung antibodi, melindungi tubuh dari berbagai penyakit.

2) Air Susu Masa Peralihan

ASI peralihan merupakan cairan yang keluar dari payudara pada hari ke 4-10 setelah persalinan namun, jumlah protein yang dihasilkan turun, sedangkan jumlah lemak, karbohidrat, dan volume meningkat (Mufdlilah, 2017).

3) Air Susu Matang (Matur)

Air susu matur mulai keluar pada hari kesepuluh setelah persalinan dan terus berlanjut. Komponen laktosa ASI, yang berfungsi sebagai sumber energi utama otak, menjaga kadar karbohidratnya relatif stabil (Mufdlilah, 2017).

d. Manfaat Pemberian Air Susu Ibu (ASI)

Bayi baru lahir hanya diberi ASI selama enam bulan tanpa diberi makanan atau minuman tambahan. ASI mengandung zat-zat

kekebalan tubuh (imun) yang sangat penting bagi tubuh bayi yang baru lahir.

1) Manfaat ASI bagi bayi

a. ASI sebagai nutrisi terbaik

Bayi menerima ASI sebagai sumber gizi yang bermanfaat dan seimbang yang memenuhi kebutuhan pertumbuhan mereka.

b. Meningkatkan daya tahan tubuh

ASI mengandung zat kekebalan tubuh yang dapat melindungi bayi dari berbagai penyakit. Pemberian ASI meningkatkan daya tahan tubuh bayi, yang memungkinkan mereka untuk menghindari penyakit.

c. Meningkatkan kecerdasan

Genetika dan lingkungan adalah dua penentu kecerdasan. Selama enam bulan pertama kehidupan, pemberian ASI eksklusif dapat memenuhi kebutuhan faktor lingkungan. Pemberian ASI eksklusif akan membantu pertumbuhan dan pengembangan optimal potensi kecerdasan anak.

d. Meningkatkan jalinan kasih sayang

Bayi yang mendapatkan ASI eksklusif akan merasakan kasih sayang ibunya dan merasa aman dan

nyaman, yang akan membangun kepribadian yang percaya diri.

- e. ASI dapat menunjang perkembangan penglihatan
- f. Menurunkan jumlah karies dentis karena kadar laktosa yang sesuai dengan kebutuhan bayi.
- g. Bayi yang diberi ASI lebih mampu mengalami penyakit kuning karena jumlah bilirubin dalam darah mereka sangat rendah jika mereka diberi kolostrum sesering mungkin daripada makanan pengganti ASI.
- h. Bayi yang lahir prematur lebih cepat menaikkan berat badan dan menumbuhkan otaknya jika diberi ASI secara teratur.
- i. Aman dan terjamin bahwa bayi tidak akan

2) Manfaat ASI bagi ibu

- a. Mengurangi pendarahan setelah persalinan (post partum)

Menyusui dapat meningkatkan kadar oksitosin, yang menutup pembuluh darah sehingga lebih cepat berhenti pendarahan pada ibu pasca partum. Selain itu, pemberian ASI kepada bayi dapat menurunkan angka kematian ibu pasca persalinan.

- b. Menunda kehamilan

Salah satu cara untuk menunda kehamilan adalah menyusui, yang merupakan metode kontrasepsi yang murah, berhasil, dan aman bagi ibu.

- c. Rahim ibu dapat pulih lebih cepat daripada sebelum hamil,
 - d. Ibu yang menyusui dapat mengurangi risiko kanker rahim dan kanker payudara,
 - e. Menyusui bayi lebih hemat waktu karena ibu tidak perlu menyiapkan dan membersihkan botol susu, dan
 - f. Menyusui ASI lebih praktis karena ibu dapat berjalan-jalan keluar rumah tanpa membawa banyak perlengkapan seperti botol susu formula, kaleng, dan air panas.
 - g. Menjalinkan hubungan kasih sayang antara ibu dan anak.
 - h. ASI lebih murah dan hemat dibandingkan susu formula.
- Manfaat pemberian ASI eksklusif bagi bayi, keluarga, dan Negara menurut (Walyani, n.d.). yaitu:

3) Manfaat Pemberian ASI bagi keluarga

- a. Bayi yang mendapatkan ASI akan lebih jarang terkena penyakit, sehingga biaya pengobatan akan lebih rendah, sehingga keluarga tidak perlu mengeluarkan uang untuk membeli susu formula.

- b. Menyusui praktis sangat praktis karena Anda tidak perlu menyiapkan alat untuk membuat susu.

4) Manfaat Pemberian ASI bagi Negara

- a) Menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi

ASI mengandung nutrisi dan faktor perlindungan yang menjaga status gizi bayi dan mengurangi kesakitan dan kematian anak. Beberapa penelitian epidemiologis menemukan bahwa ASI dapat melindungi bayi dari berbagai infeksi.

- b) Menghemat Devisa Negara

ASI adalah kekayaan nasional. Diproyeksikan bahwa setiap ibu menyusui akan dapat menghemat Rp 8.6 milyar devisa yang seharusnya digunakan untuk membeli susu formula.

- c) Peningkatan Kualitas

Anak-anak yang mendapatkan ASI akan dapat tumbuh dengan optimal, menjamin kualitas generasi penerus bangsa.

- e. Faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI Eksklusif

ASI bukan hanya memberi bayi makanan (hak asuh), tetapi juga memberinya kasih sayang, kenyamanan, dan keamanan (hak asuh), serta cerita dan sentuhan yang dapat meningkatkan ingatan dan kemampuan anak (hak asuh). Bayi ditempatkan dan

diletakkan dengan benar adalah kunci keberhasilan pemberian ASI. Bayi dapat menghisap areola (bukan puting) dengan cara ini sehingga ASI akan mudah keluar dari tempat diproduksinya ASI dan puting tidak terjepit diantara bibir sehingga puting tidak lecet setelah bayi selesai menyusui perlu disendawakan dengan tujuan untuk membantu ASI yang masih ada disaluran cerna bagian atas masuk ke dalam lambung sehingga dapat mengeluarkan udara dari lambung agar bayi tidak muntah setelah menyusui (Nurzanah, 2023).

5. Langkah Keberhasilan ASI Eksklusif

Ada tujuh langkah untuk keberhasilan pemberian ASI Eksklusif menurut (Masyudi et al., 2023)

- 1) Mempersiapkan Payudara
- 2) Mempelajari ASI dan tata laksana menyusui (teknik menyusui).
 - a. Teknik menyusui sebagai berikut:
 - a) Pastikan tangan Anda telah dibersihkan. Pastikan ibu berada dalam posisi yang nyaman, seperti duduk bersandar, tidur miring, atau berdiri. Meletakkan jari telunjuk dan ibu jari sejajar di tepi areola dan tekan ke arah dinding dada sehingga ASI mengalir keluar saat duduk tanpa kaki menggantung. Oleskan ASI kemudian pada areola dan puting susu. Ini membersihkan dan melembabkan.

- b) Bayi harus dipegang dengan satu lengan dan diposisikan dengan kepalanya di atas siku ibu, dengan bokongnya ditahan dengan telapak tangan ibu dan kepalanya tidak boleh tertengadah.
- c) Tempatkan lengan bayi di depan dan satu di bawah ketiak ibu.
- d) Bayi harus diletakkan dengan kepala menghadap payudara atau perut ibunya, dengan lengan dan telinga lurus.
- e) Pegang payudara dengan ibu jari di atas dan jari lain menompang di bawah. Jangan tekan areola atau puting susu.
- f) Bayi dapat distimulasi untuk membuka mulut (rooting reflex) dengan cara berikut:
 - 1) Menyentuh pipinya dengan puting susu, atau
 - 2) Menyentuh sisi mulut bayi
- g) Setelah bayi membuka mulut, dengan cepat dekatkan kepalanya ke payudara ibu dan masukkan areola ke mulut bayi:
 - 1) Usahakan bayi dapat mengunyah sebagian besar areola.
 - 2) Setelah bayi mulai menghisap, tidak perlu memegang payudara lagi

- h) Perhatikan tanda-tanda perlekatan bayi yang baik:
- 1) Dagu bayi menempel di payudara (C= *chin*)
 - 2) Sebagian besar areola masuk ke mulut bayi, terutama areola bagian bawah (A= *areola*)
 - 3) Bibir bayi terlipat keluar (L=*lips*) sehingga tidak mecucu (M=*mouth*)
 - 4) Bibirnya terbuka lebar (M=*mouth*)
- i) Menganjurkan agar ibu tidak memegang payudara bayi setelah bayi mulai menghisap.
- j) Ibu diminta untuk menyusui payudara kanan dan kiri secara berurutan.
- k) Cara melepas isapan bayi: tekan dagu bayi ke bawah atau masukkan jari kelingking ke sudut mulut bayi.
- l) Setelah menyusui, minta ibu untuk mengeluarkan sedikit ASI Anda, lalu oleskan pada areola dan puting Anda. Biarkan kering sendiri.
- m) Meminta ibu untuk menyendawakan bayi dengan cara berikut:
- 1) Bayi digendong tegak dan bersandar pada bahu ibu, lalu tepuk perlahan punggungnya.
 - 2) Bayi tidur tengkurap di pangkuan ibu, kemudian punggungnya ditepuk perlahan-lahan.
 - 3) Menciptakan dukungan keluarga

4) Memilih tempat melahirkan yang mendukung proses menyusui.

5) Memilih tenaga kesehatan yang mendukung pemberian ASI.

6) Mencari ahli persoalan menyusui seperti konsultasi laktasi untuk persiapan apabila menemui kesukaran.

7) Menciptakan suatu sikap yang positif tentang ASI dan menyusui.

b. Lama dan Frekuensi Menyusui

Lama dan frekuensi ibu saat menyusui bayinya menurut (Lubis & Setiarini, 2022) yaitu:

- 1) Tidak ada jadwal menyusui
- 2) kedua payudara disusui secara bergantian
- 3) waktu menyusui tergantung pada bayi
- 4) usahakan bayi menyusui setiap kali sampai payudaranya kosong dan pindah ke payudara sebelahnya.

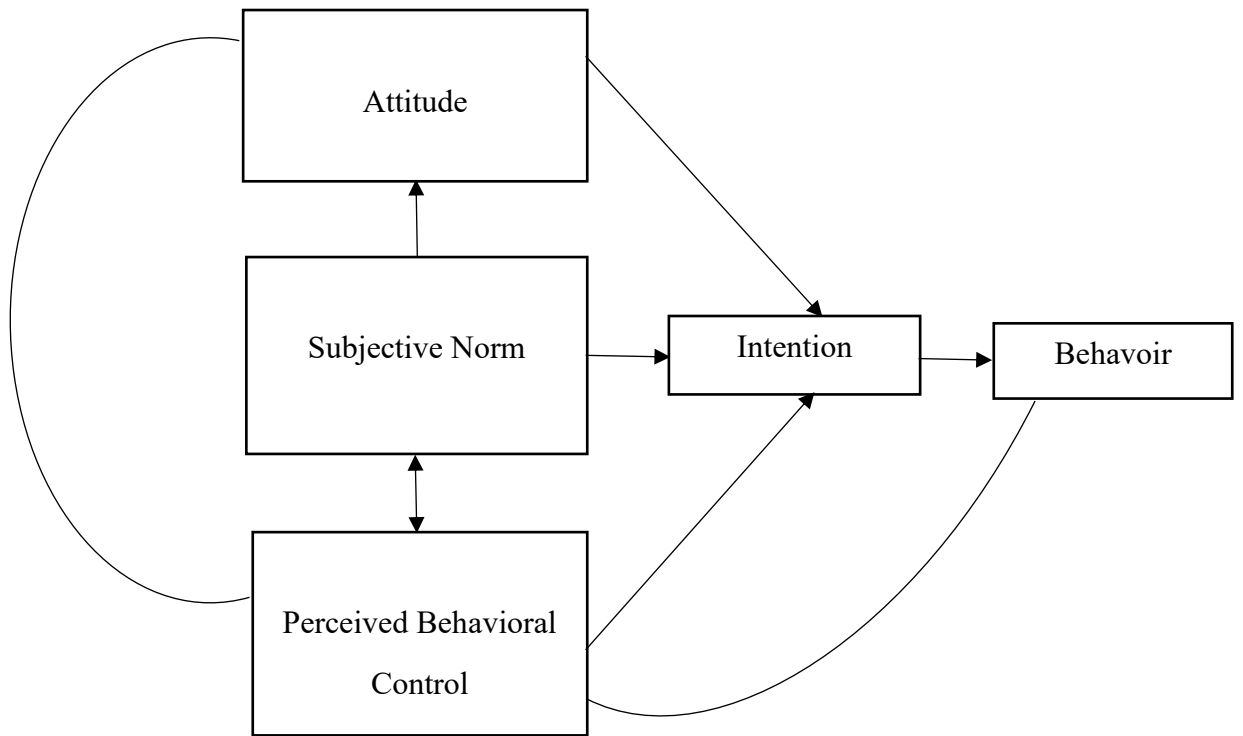
c. Penyimpanan ASI

Penyimpanan ASI menurut (Rosdiana et al., 2020), yaitu:

- 1) Siapkan wadah penampung ASI yang mudah disterilkan, biasanya berupa botol tertutup rapat yang dari bahan tahan panas.
- 2) Gunakan wadah yang volumenya sesuai dengan kebutuhan bayi untuk sekali minum.

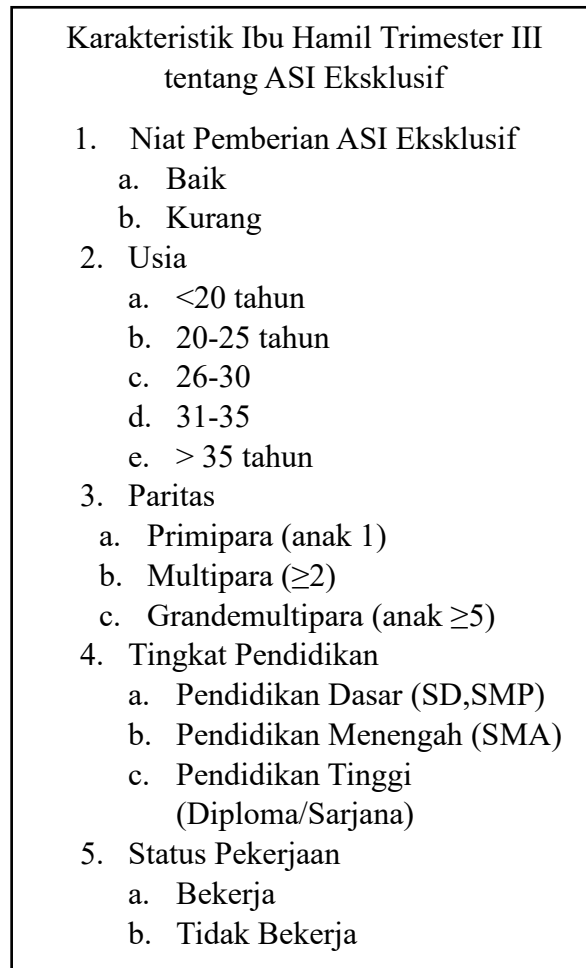
- 3) Jangan pakai botol susu yang berwarna atau bergambar karena ada kemungkinan catnya akan meleleh jika terkena panas.
- 4) Bila posisi tidak diberikan langsung, pastikan penampung dan penyimpanannya telah di steril dan terkontaminasi.
- 5) Bila ASI perah akan diberikan kurang 6 jam, maka tidak perlu disimpan di lemari pendingin.
- 6) Bila perlu disimpan selama 24 jam, segera masukkan ASI perah ke dalam lemari pendingin pada suhu 4°C (jangan sampai beku)
- 7) Bila ASI perah akan digunakan dalam waktu 1 minggu atau lebih, maka ASI perah tersebut harus segera didinginkan dalam lemari pendingin selama 30 menit, lalu dibekukan pada suhu 18°C atau lebih rendah.
- 8) Simpanlah ASI di lemari pendingin bagian tengah atau dibagian terdalam freezer, karena lokasi-lokasi tersebut memiliki temperature yang lebih dingin dan konstan.
- 9) Karena suhu di tempat ini mudah berubah ketika pintu dibuka dan ditutup, ASI tidak boleh disimpan pada rak yang menempel di pintu lemari pendingin.
- 10) Setiap botol penampung ASI harus diberi label karena ASI akan membeku saat membeku.

B. Kerangka Teori



GAMBAR 1.kerangka teori (Ajzen, 1991)

C. Kerangka Konsep



GAMBAR 2. Kerangka Konsep

D. Pertanyaan Penelitian

“Bagaimana gambaran niat ibu dalam pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Umbulharjo I Kota Yogyakarta ?”