

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. ASI eksklusif

a. Pengertian

ASI Eksklusif adalah cairan yang diberikan pada bayi yang baru lahir sebagai asupan pertama kali. ASI diberikan pada bayi sejak lahir sampai umur enam bulan tanpa menambahkan makanan tambahan lain kecuali obat dan vitamin. Pemberian ASI Eksklusif dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi serta melindungi bayi dari berbagai penyakit seperti diare dan infeksi saluran pernafasan¹¹

b. Kandungan Zat Gizi dalam ASI.

Menurut Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI), ASI merupakan larutan kompleks yang mengandung karbohidrat, lemak, dan protein. Karbohidrat utama dalam ASI adalah laktosa. Di dalam usus halus laktosa akan dipecah menjadi glukosa dan galaktosa oleh enzim laktase. Produksi enzim laktase pada usus halus bayi kadang-kadang belum mencukupi, untungnya laktase terdapat dalam ASI. Sebagian laktosa akan masuk ke usus besar, dimana laktosa ini akan difermentasi oleh flora usus (bakteri baik pada usus) yaitu laktobasili. Bakteri ini akan menciptakan keadaan asam dalam usus yang akan menekan pertumbuhan kuman patogen (kuman yang menyebabkan penyakit) pada usus dan meningkatkan absorpsi (penyerapan) kalsium dan fosfor.¹⁷

Kurang lebih 50% energi yang terkandung pada ASI berasal dari lemak, atau kurang lebih terdapat 40 gram lemak dalam 1 liter ASI (40 g/L). Lemak dalam ASI ada dalam bentuk butiran lemak yang absorpsinya ditingkatkan oleh BSSL (bile salt-stimulated lipase). Asam lemak yang terkandung pada ASI kaya akan asam palmitat, asam oleat, asam linoleat dan asam alfa linolenat. Trigliserida adalah bentuk lemak utama pada ASI, dengan kandungan antara 97% - 98%. ASI sangat kaya

asam lemak esensial yaitu asam lemak yang tidak bisa diproduksi tubuh tetapi sangat diperlukan untuk pertumbuhan otak.¹⁷

Lemak pada ASI didapatkan pada hindmilk (susu akhir). Bayi mendapatkan kebutuhan energinya sebagian besar dari lemak. Karena itu penting sekali untuk membiarkan bayi menyusu pada satu payudara sampai habis dan baru dipindahkan ke payudara satunya apabila bayi masih menginginkannya. Menghentikan bayi yang sedang menyusu akan mengurangi lemak yang didapatkan, dengan demikian bayi tidak mendapat cukup energi. Selain itu menghentikan bayi yang menyusu bisa menyebabkan hipergalaktia. Kejadian hipergalaktia bisa muncul karena ibu memberikan ASI dalam waktu sebentar (5-10 menit) pada satu sisi dan kemudian pindah ke payudara lain. Akibatnya pengosongan payudara tidak optimal dan bayi mendapat sejumlah besar foremilk yang banyak mengandung laktosa dan sedikit hindmilk yang banyak mengandung lemak. Akibat lain hipergalaktia adalah timbulnya malabsorpsi (gangguan pencernaan), pembentukan gas yang berlebihan sehingga bayi kembung, dan terjadinya gagal tumbuh pada bayi karena bayi hanya mendapatkan sedikit lemak.¹⁷

Kandungan protein dalam ASI dalam bentuk whey 70% dan kasein 30%, dengan variasi komposisi whey : kasein adalah 90:10 pada hari ke-4 sampai 10 setelah melahirkan, 60:40 pada ASI matur (hari ke-11 sampai 240) dan 50:50 setelah hari ke-240.

Kandungan zat aktif lain dalam ASI yang terutama bekerja untuk fungsi kekebalan tubuh adalah komponen protein ($\hat{I}\pm$ -laktalbumin, \hat{I}^2 -laktoglobulin, kasein, enzim, faktor pertumbuhan, hormon, laktoferin, lisozim, sIgA, dan imunoglobulin lain), nitrogen non protein ($\hat{I}\pm$ -amino nitrogen, keratin, kreatinin, glukosamin, asam nukleat, nukleotida, poliamin, urea, asam urat), karbohidrat (laktosa, oligosakarida, glikopeptida, faktor bifidus), lemak (vitamin larut dalam lemak - A, D, E, K-, karotenoid, asam lemak, fosfolipid, sterol dan hidrokarbon, trigliserida), vitamin yang larut dalam air (biotin, kolin, folat, inositol,

niasin, asam pantotenat, riboflavin, thiamin, vitamin B12, vitamin B6, vitamin C), mineral dan ion (bikarbonat, kalsium, khlorida, sitrat, magnesium, fosfat, kalium, natrium, sulfat), trace mineral (kromium, kobalt, copper, fluorid, iodine, mangaan, molybdenum, nickel, selenium dan seng), serta sel (sel epitelial, leukosit, limfosit, makrofag, dan neutrofil). Sehingga dapat dimengerti dengan mendapatkan ASI, bayi mendapatkan kekebalan terhadap berbagai penyakit seperti radang paru-paru, radang telinga, diare, dan juga mengurangi risiko alergi.¹⁷

c. Manfaat ASI

Manfaat ASI Bagi Bayi adalah sebagai nutri lengkap, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan kecerdasan, mental dan emosional yang stabil serta spiritual yang matang diikuti perkembangan sosial yang baik, mudah dicerna dan diserap, membuat gigi, langit-langit dan rahang tumbuh sempurna, memiliki komposisi lemak, karbohidrat, kalori, protein dan vitamin, perlindungan penyakit infeksi melipitiotitis media akut, diare dan saluran pernafasan, perlindungan alergi karena dalam ASI mengandung antibodi, memberikan rangsang intelegensi dan saraf, dan meningkatkan kesehatan dan kepandaian secara optimal.¹⁸

Sedangkan manfaat ASI bagi ibu adalah terjalin kasih sayang, membantu menunda kehamilan (KB alami), mempercepat pemulihan kesehatan, mengurangi risiko perdarahan dan kanker payudara, lebih ekonomis dan hemat, mengurangi resiko penyakit kardiovaskuler, secara psikologi memberikan kepercayaan diri, memiliki efek perilaku ibu sebagai ikatan ibu dan bayi, memberikan kepuasan ibu karena kebutuhan bayi dapat dipenuhi.¹⁹

d. Faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif

Menurut hasil beberapa penelitian, faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif yaitu :

1) Umur

Dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia, umur adalah lama waktu hidup atau ada (sejak dilahirkan atau diadakan).¹⁹ Menurut penelitian

Sohimah yang berjudul Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian Air Susu Ibu (Asi) Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Tengah I Kabupaten Cilacap Tahun 2017 umur ibu berpengaruh signifikan terhadap pemberian ASI eksklusif.²⁰ Umur ibu sangat menentukan kesehatan maternal dan berkaitan dengan kondisi kehamilan, persalinan dan nifas serta cara mengasuh dan menyusui bayinya. Ibu yang berumur kurang dari 20 tahun masih belum matang dan belum siap dalam hal jasmani dan sosial dalam menghadapi kehamilan, persalinan serta dalam membina bayi yang dilahirkan.²¹

2) Pendidikan

Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah dan berlangsung seumur hidup. Pendidikan kesehatan adalah upaya persuasi atau pembelajaran kepada masyarakat agar masyarakat mau melakukan tindakan-tindakan untuk memelihara, dan meningkatkan taraf kesehatannya.²²

Pendidikan yang baik cenderung mengantarkan seseorang untuk berperilaku baik sebaliknya pendidikan yang kurang cenderung mengantarkan seseorang untuk berperilaku kurang baik.²³ Hasil penelitian Ulfah pada tahun 2013 menunjukkan bahwa ibu dengan pendidikan lebih tinggi lebih banyak memberikan ASI eksklusif dibandingkan ibu dengan pendidikan yang lebih rendah.²⁴ Hal ini juga sejalan dengan penelitian Onah pada tahun 2014 bahwa rendahnya pemberian ASI eksklusif banyak terjadi pada ibu dengan pendidikan rendah.²⁵

3) Tingkat Stress Ibu

Stress merupakan suatu keadaan tertekan baik itu secara fisik maupun psikologis.²⁶ Menurut penelitian Devita Elsant yang berjudul Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Tingkat Stress Terhadap Keberlangsungan Pemberian ASI Eksklusif Di Wilayah

Kerja Puskesmas Kedungbanteng menyatakan bahwa ada hubungan stres dengan produksi ASI, hubungan tingkat stres terhadap keberlangsungan pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungbanteng Kabupaten Banyumas. Hal ini menunjukkan bahwa ibu yang mengalami stres sedang tidak berpengaruh dalam keberlangsungan pemberian ASI eksklusif.²⁷ Selain itu, stress dan cemas itu sendiri dapat menghambat produksi dan pengeluaran ASI.²⁷

4) Pekerjaan

Pekerjaan merupakan segala macam aktivitas yang dilakukan untuk mendapatkan penghasilan.²⁸ Faktor yang menyebabkan kurangnya pemberian air susu Eksklusif adalah faktor predisposisi salah satunya pekerjaan. Menurut teori ibu menyusui yang bekerja berpengaruh pada keberhasilan ibu dalam memberikan ASI Eksklusif. Bekerja sambil menyusui, biasanya membutuhkan waktu yang banyak dan berulang-ulang, dituntut adanya kesungguhan dan konsentrasi serta keseriusan. Tantangan besar ketika seseorang sedang berusaha untuk menghadapi keadaan yang lebih baik dan berusaha menjadikan kehidupan lebih berarti.³⁰

Terdapat suatu hubungan yang signifikan dalam pemberian ASI eksklusif dengan status pekerjaan ibu di wilayah kerja puskesmas Sayegan Yogyakarta³⁰

5) Paritas

Paritas adalah banyaknya kelahiran hidup yang dipunyai oleh seorang wanita.²⁹ Paritas dapat dibedakan menjadi primipara, multipara dan grandemultipara.

- a) Primipara adalah perempuan yang telah pernah melahirkan sebanyak satu kali.
- b) Multipara adalah wanita yang telah melahirkan seorang anak lebih dari satu kali.

c) Grandemultipara adalah perempuan yang telah melahirkan lebih dari lima kali.³⁰

Pengaruh pengalaman sendiri maupun orang lain terhadap pengetahuan yang dapat mempengaruhi perilaku saat ini atau kemudian.³¹ Penelitian Tan pada tahun 2011 menemukan bahwa pemberian ASI eksklusif lebih sering terjadi pada ibu multipara dibandingkan ibu primipara.³² Hal ini juga didukung oleh penelitian selanjutnya yang menunjukkan bahwa ibu yang mempunyai paritas >1 kali berpeluang 2,333 kali lebih besar berperilaku memberikan ASI eksklusif dibandingkan dengan ibu primipara.²⁷

6) Status Ekonomi

Status ekonomi dapat dilihat dari pendapatan yang disesuaikan dengan harga barang pokok.³⁶ Menurut penelitian Fatmawati pada tahun 2013 terdapat hubungan yang signifikan antara status ekonomi orangtua dengan pemberian ASI eksklusif pada bayi.³³ Dalam penelitian Shifraw pada tahun 2015 menunjukkan bahwa ibu dengan pendapatan lebih tinggi lebih banyak memberikan ASI eksklusif dibandingkan ibu dengan pendapatan lebih rendah.³⁴

7) Lama Bekerja

Lama bekerja adalah waktu untuk melakukan suatu kegiatan atau lama waktu seseorang sudah bekerja.³⁹ Lama bekerja adalah suatu kurun waktu atau lamanya tenaga kerja itu bekerja di suatu tempat.³⁵ Lama waktu kerja dapat memengaruhi pemberian ASI eksklusif karena semakin lama waktu kerja seorang ibu maka semakin lama juga dia meninggalkan bayinya di rumah sehingga ibu tersebut tidak dapat menyusui bayinya.³⁶

Menurut UU RI No.13 tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan pasal 83 menyebutkan bahwa pekerja/ buruh perempuan yang anaknya

masih menyusui harus diberi kesempatan sepatutnya untuk menyusui anaknya jika hal itu harus dilakukan selama waktu kerja.

8) Jarak Rumah ke Tempat Kerja

Menurut penelitian Haryani pada tahun 2014 yang berjudul Alasan Tidak Diberikan ASI Eksklusif oleh Ibu Bekerja di Kota Mataram Nusa Tenggara Barat bahwa jarak tempat kerja yang jauh menjadi faktor penghambat pemberian ASI eksklusif.⁴² Jarak rumah ketempat kerja yang cukup jauh menjadi alasan ibu untuk tidak memberikan ASI eksklusif dan menyebabkan ibu memberikan susu formula pada bayinya.³⁷

9) Lama Cuti Kerja

Menurut penelitian Pernatun pada tahun 2014 menunjukkan bahwalama cuti kerja berhubungan dengan pemberian ASI eksklusifpada ibu bekerja.³⁸ Pendeknya waktu cuti kerja menjadi salah satupenghambat keberhasilan menyusui pada ibu bekerja.³⁹ Peraturan di Indonesia mengenai cuti pada pekerjaperempuan :

a) Cuti Haid

Undang-undang No. 13 Tahun 2003 Pasal 81 mengaturbahwa pekerja wanita yang sedang menstruasi diizinkan tidakbekerja pada hari pertama dan kedua dan wajibmemberitahukannya kepada manajemen perusahaan.

b) Cuti Hamil dan Melahirkan

Undang-undang No. 13 Tahun 2003, khususnya pasal82 mengatur hak cuti hamil dan cuti melahirkan yang dimilikioleh pekerja wanita. Undang-undang tersebut mengaturbahwa pekerja wanita memiliki hak memperoleh istirahatselama 1,5 bulan sebelum melahirkan anak dan 1,5 bulansetelah melahirkan.

c) Cuti Keguguran

Pekerja wanita yang mengalami keguguran kandunganjuga memiliki hak cuti melahirkan selama 1,5 bulan atausesuai

dengan surat keterangan dokter kandungan atau bidan. Dalam pasal 82 ayat 2 Undang-undang No. 13 Tahun 2003 dinyatakan bahwa pekerja wanita yang mengalami keguguran kandungan berhak memperoleh istirahat 1,5 bulan atau sesuai dengan surat keterangan dokter kandungan atau bidan yang menangani kasus keguguran tersebut

10) Makanan Ibu

Asupan makanan yang ibu konsumsi sebelum melahirkan dan pada saat sudah melahirkan terutama pada saat sedang menyusui memiliki pengaruh dalam produksi ASI. Nutrisi dan cairan merupakan faktor yang berpengaruh dalam produksi ASI selama pemberian ASI eksklusif karena apabila nutrisi dan cairan pada ibu cukup maka akan menghasilkan produksi ASI yang cukup pula. Makanan yang seimbang harus mengandung komponen seperti:

- 1) Karbohidrat: makanan yang dapat menghasilkan energi, seperti nasi, roti, kentang, dan lain sebagainya.
- 2) Protein: makanan yang dapat berfungsi sebagai zat pembangun bagi tubuh dan untuk memperbaiki jaringan tubuh yang rusak. Contoh makanan berprotein yaitu daging merah rendah lemak, kacang-kacangan, sayuran.
- 3) Lemak: makanan yang dapat memberikan tambahan energy, namun sebaiknya tidak dikonsumsi berlebihan, seperti yang mengandung santan.
- 4) Vitamin: buah-buahan, sayuran dapat melindungi tubuh dari penyakit dan serat dapat melindungi dari sembelit dan beberapa jenis kanker.
- 5) Mineral: air putih sangat baik untuk tubuh karena dapat memperlancar pencernaan.

11) Dukungan Suami dan Keluarga

Keluarga merupakan bagian yang sangat penting dalam kehidupan seseorang. Dukungan dari keluarga sangat diperlukan oleh seorang ibu

dalam keberhasilannya memberikan ASI eksklusif, dukungan dari keluarga akan mempengaruhi keputusan ibu dalam memberikan ASI eksklusif⁴⁶

Menurut penelitian Britton menemukan bahwa dukungan keluarga yang berasal dari suami, anggota keluarga lainnya (ibu) meningkatkan durasi menyusui sampai enam bulan pertama postpartum dan memegang peranan penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif.⁴⁷

12) Pengetahuan Ibu

Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahusesorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya. Pengetahuan seseorang tentang objek mempunyai intensitas atautingkat yang berbeda-beda.

Hasil penelitian Desfi yang berjudul “Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Air Susu Ibu dan Pekerjaan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif di Kelurahan Fajar Bulan” menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan ibu tentang ASI dengan pemberian ASI Eksklusif.⁴²

13) Lingkungan Sekitar

Lingkungan dapat menjadi salah satu faktor yang berpengaruh dalam pemberian ASI eksklusif. Lingkungan sekitar seperti sarana ruang menyusui di tempat umum ataupun tenaga kesehatan seperti bidan, perawat, di puskesmas yang mendukung ibu dalam pemberian ASI eksklusif juga memiliki pengaruh yang besar dalam pemberian ASI eksklusif dibandingkan yang kurang, karena dengan begitu dapat memberikan sebuah dukungan pada ibu⁴⁹

2. Pemberian ASI oleh Ibu Pekerja

a. Definisi Ibu Pekerja

Menurut UU No. 13 Tahun 2003, tenaga kerja adalah setiap orang yang mampu melakukan pekerjaan guna menghasilkan barang dan/atau jasa baik untuk memenuhi kebutuhan sendiri maupun untuk

masyarakat. Pekerja adalah setiap orang yang bekerja dengan menerima upah atau imbalan dalam bentuk lain.⁴⁰

Menurut Encyclopedia of Children's Health, ibu bekerja adalah seorang ibu yang bekerja di luar rumah untuk mendapatkan penghasilan di samping membesarkan dan mengurus anak di rumah. Buruh/karyawan/pegawai adalah seseorang yang bekerja pada orang lain atau instansi/kantor/perusahaan.⁴⁰

Pegawai pemerintah adalah pegawai yang bertugas memberikan layanan di 14 bawah pengawasan pemerintah. Sedangkan buruh/karyawan swasta adalah orang yang bekerja pada orang lain, badan usaha, dan/atau perusahaan swasta untuk menerima gaji atau upah.⁴⁰

b. Masalah Menyusui Pada Ibu Pekerja

Menyusui merupakan hak setiap ibu, termasuk ibu bekerja. Dalam Konvensi Organisasi Pekerja Internasional tercantum bahwa cuti melahirkan selama 14 minggu dan penyediaan sarana pendukung ibu menyusui di tempat kerja wajib diadakan. Namun ibu bekerja masih dianggap sebagai salah satu faktor penyebab tingginya angka kegagalan menyusui, padahal di negara-negara industri 45-60% tenaga kerja merupakan wanita usia produktif.⁴¹

Tempat kerja ibu yang jauh dari rumah membuat ibu sangat kesulitan menyusui bayinya secara eksklusif. Bila memungkinkan, ibu dapat membawa bayinya ke tempat kerja, atau seseorang dapat membawa bayi ibu saat jam menyusui.⁴²

Di Indonesia, hukum mengenai pemberian ASI eksklusif telah diatur dalam Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012. Peningkatan partisipasi angkatan kerja perempuan belum diimbangi oleh sebagian perusahaan dalam menyukseskan pemberian ASI eksklusif. Sebagian besar perusahaan belum menyediakan tempat menyusui maupun memberikan waktu istirahat untuk memerah ASI atau menyusui bayi.⁴³

c. Peraturan Pemberian ASI Eksklusif di Tempat Kerja

- 1) Peraturan Pemerintah No. 33 tahun 2012 tentang pemberian ASI eksklusif.
 - (a) Pasal 6 dan 7: Setiap ibu yang melahirkan harus memberikan ASI eksklusif kepada bayi yang dilahirkannya, kecuali terdapat indikasi medis, ibu tidak ada, atau ibu terpisah dari bayi.
 - (b) Pasal 13 ayat 1: 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.
 - (c) Pasal 30 ayat 3: Pengurus Tempat Kerja dan penyelenggara tempat sarana umum harus menyediakan fasilitas khusus untuk menyusui dan/atau memerah ASI sesuai dengan kondisi kemampuan perusahaan.
- 2) Permenkes No. 15 tahun 2013 tentang tata cara penyediaan fasilitas khusus menyusui dan/atau memerah ASI.
- 3) Permenkes No. 39 tahun 2013 tentang susu formula bayi dan produk bayi lainnya.
- 4) Peraturan Bersama Menteri Negara Pemberdayaan Perempuan, Menteri Tenaga Kerja dan Transmigrasi, dan Menteri Kesehatan No. 48/Men.PP/XII/2008, No. PER. 27/MEN/XII/2008, No. 1177/Menkes/PB/XII/2008 tentang pemberian ASI selama waktu kerja di tempat kerja.
- 5) Peraturan Daerah Kota Yogyakarta No. 1 tahun 2014 tentang pemberian ASI eksklusif.
 - (a) Pasal 6: setiap bayi baru lahir berhak untuk mendapatkan ASI eksklusif.

- (b) Pasal 10: penyelenggara Fasilitas Pelayanan Kesehatan wajib memberikan informasi dan edukasi ASI eksklusif kepada calon ibu, ibu dan/atau anggota keluarga dari bayi yang bersangkutan sejak pemeriksaan kehamilan sampai dengan periode pemberian ASI eksklusif selesai.
- (c) Pasal 16 ayat 1: Penyelenggara tempat kerja dan tempat sarana umum wajib mendukung program pemberian ASI eksklusif.
- (d) Pasal 17 ayat 2: Penyelenggara tempat sarana kerja wajib membuat peraturan yang mendukung keberhasilan program pemberian ASI eksklusif.
- (e) Pasal 17 ayat 3: Penyelenggara tempat kerja harus menyediakan waktu dan fasilitas khusus untuk menyusuidan/atau memerah ASI.

d. Manajemen Laktasi Pada Ibu Pekerja

Cara lain yang dapat ibu lakukan untuk memberi ASI kepada bayinya saat ia tidak ada di rumah adalah memompa ASI dari payudara. Kemudian, seseorang dapat menggantikan ibu untuk memberikan ASI pompa tersebut kepada bayi. Ibu mungkin juga ingin memompa ASI secara manual jika payudaranya terlalu penuh, atau jika ia tidak dapat menyusui karena alasan tertentu, tetapi ingin terus memproduksi ASI.⁴²

Ada berbagai cara untuk memerah ASI. Cara yang bersih dan praktis adalah memerah dengan tangan. Selain itu ASI dapat diperah dengan pompa/pemeras manual atau elektrik. Pompa/pemeras elektrik harganya cukup mahal dan biasanya hanya tersedia di rumah sakit atau rumah bersalin. Pompa/pemeras manual biasanya lebih praktis dan lebih terjangkau. Perlu diingat bila dibandingkan dengan harga susu formula dan biaya pengobatan anak sakit, maka pompa/pemeras akan menjadi pilihan utama para ibu bekerja.⁴¹

ASI harus disimpan di dalam wadah bersih yang sudah direbus. ASI tersebut harus tertutup dan disimpan di tempat dingin, jauh dari sinar matahari.⁴²

Wadah yang dianjurkan untuk menyimpan ASI adalah yang keras, terbuat dari kaca atau plastik keras sehingga dapat menyimpan ASI untuk jangka waktu yang lama.⁴¹

3. Dukungan Sosial

a. Konsep Dukungan Sosial

*“Social support is information from others that one is loved and cared for, esteemed and valued and part of a network of communication and mutual obligation”.*⁴³

Berdasarkan definisi di atas bahwa dukungan sosial adalah informasi dari orang lain bahwa ia dicintai dan diperhatikan, memiliki harga diri dan dihargai serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban bersama.

*“Social support refers to comfort, caring, esteem, or help available to a person from other people or group”.*⁵⁴

Definisi tersebut menjelaskan dukungan sosial mengacu pada memberikan kenyamanan, perhatian, menghargai dan memberikan bantuan dari orang lain.

*“People with social support believe they are loved, valued, and part of a social network, such as family or community organization, that can help in times of need”.*⁵⁴

Berdasarkan penjelasan tersebut bahwa individu yang memperoleh dukungan sosial akan meyakini individu dicintai, dirawat, dihargai, berharga dan merasa menjadi bagian dari lingkungan sekitarnya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dukungan adalah segala sesuatu dari orang lain yang sering melakukan interaksi dengan individu sehingga individu tersebut merasakan kenyamanan secara fisik maupun psikologis.

b. Sumber Dukungan Sosial

*“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”.*⁵⁴

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.⁵⁵

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.⁵⁴

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.⁵⁶

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.⁵⁴

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.⁵⁶

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.⁵⁴

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.⁵⁶

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.⁵⁶

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.

d. Pengukuran dukungan

Ada tiga cara untuk mengukur besarnya dukungan sosial, yaitu perceived social support, social embeddnes, dan enacted 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 keadekuatan, 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.

4. Dukungan Suami

Suami adalah salah satu orang yang penting dalam kehidupan seorang ibu. Suami adalah orang memberikan dorongan kepada istrinya sebelum pihak lain turut memberikan dorongan. Suami merupakan pasangan hidup istri atau ayah dari anak-anak. Suami mempunyai suatu tanggung jawab yang penuh dalam suatu keluarga tersebut dan suami mempunyai peranan yang penting, dimana suami sangat dituntut bukan hanya sebagai pencari nafkah, akan tetapi sebagai pemberi motivasi atau

dukungan dalam berbagai kebijakan yang akan diputuskan termasuk merencanakan keluarga.⁵⁵

Pemberian ASI eksklusif pada bayi bukan hanya tanggungjawab ibu saja. Kepala keluarga, dalam hal ini suami juga memiliki tanggungjawab besar untuk memberikan dukungan. Dukungan suami sangat dibutuhkan oleh ibu yang akan melakukan ASI eksklusif, salah satu tindakan yang dapat dilakukan suami antara lain memberikan dukungan kepada istri, misalnya mengelusmengelus rambut istri saat menyusui bayi, mengambil alih pekerjaan rumah tangga hingga memberikan keyakinan agar ibu bisa memberikan ASI kepada bayinya⁵⁷

Tingkat keberhasilan pemberian ASI eksklusif bisa berhasil sukses dengan adanya dorongan suami kepada ibu menyusui memberikan ASI pada bayi. Seorang suami yang mengerti dan memahami bagaimana manfaat ASI pasti akan selalu membantu ibumengurus bayi, setiap saat siang atau malam ayah membantu memberikan bayi kepada ibu bila bayi ingin minum, menyendawakan bayi bila selesai menyusu, menggantikan popok, memandikan bayi, menenangkan bayi bila bayi gelisah dengan menggendong bayi dan memberikan pijatan pada bayi. Sementara ibu, berusaha fokus meningkatkan kualitas ASI-nya, dengan mengonsumsi makanan bergizi seimbang dan melakukan pola hidup sehat.⁵⁸

Hasil penelitian dari Abidjulu pada tahun 2015 tentang “Hubungan Dukungan Suami dengan Kemauan Ibu Memberikan ASI eksklusif“ menunjukkan bahwa dari 61 responden, 33 responden (54,1%) kurang mendapatkan dukungan suami tidak memberikan ASI eksklusif yaitu semua 33 responden (100%) lebih besar dibandingkan memberikan ASI eksklusif yang hanya 0 responden (100%). Sedangkan dari 28 responden (45,9%) yang mendapatkan dukungan suami, 20 responden (71,4%) memberikan ASI eksklusif dan hanya 8 responden (28,6%) yang tidak memberikan ASI eksklusif. Berdasarkan hasil penelitian di atas, membuktikan adanya hubungan dukungan suami dengan pemberian ASI eksklusif karena suami merupakan orang yang paling dekat dengan ibu.⁵⁸

5. Dukungan Teman Kerja

Dukungan teman selama di tempat kerja akan membuat ibu mempunyai kesempatan untuk tetap memberikan ASI. Ibu yang mendapat dukungan dari teman kerjanya mempunyai peluang untuk bisa memberikan ASI eksklusif sebesar 2,8 kali lebih besar dibandingkan ibu yang tidak mendapat dukungan dari teman kerjanya.⁴⁶

Selain dukungan dari atasan, dukungan dari teman kerja juga sangat mempengaruhi keputusan ibu dalam memberikan ASI eksklusif. Hal ini disebabkan karena lingkungan yang paling dekat dengan ibu di tempat kerja ialah teman kerja. Dukungan dari teman kerja dapat ditunjukkan melalui banyak cara, misalnya dengan mengingatkan waktu untuk memerah ASI dan tidak iri dengan kebijakan atasan yang dikhususkan bagi ibu menyusui.⁶⁰ Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ida menyatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif adalah dukungan teman.⁵⁹

Selanjutnya menurut penelitian Hanulan (2017) yang berjudul Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif Oleh Ibu Menyusui yang Bekerja Sebagai Tenaga Kesehatan Hasil uji bivariat pada penelitian ini didapatkan dimana nilai $p = 0,008$ yang berarti bahwa di mana ibu yang mendapatkan dukungan dari teman berpeluang memberikan ASI eksklusif sebesar 2,8 kali (95% CI 0,98 - 7,91) dibandingkan ibu yang tidak mendapatkan dukungan dari teman kerja.⁴⁶ Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Tsai (2013) yang menyatakan bahwa ibu yang mendapat dukungan dari teman kerjanya mempunyai peluang untuk bisa memberikan ASI eksklusif sebesar 2.8 kali lebih besar dibandingkan ibu yang tidak mendapat dukungan dari teman kerjanya.⁴⁶

6. Teori Perilaku Sehat

a. Perilaku Kesehatan

Perilaku manusia pada semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang dapat diamati langsung maupun yang tidak dapat diamati oleh

pihak luar. Skinner (1983) dalam Notoatmodjo (2012) merumuskan perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus (rangsangan dari luar). Stimulus merupakan faktor dari luar diri seseorang (faktor eksternal) dan respon merupakan faktor dalam diri orang yang bersangkutan (faktor internal). Skinner membagi perilaku menjadi dua kelompok yaitu:

- 1) Perilaku tertutup, dimana respon terhadap stimulus belum dapat diamati orang lain dari luar secara jelas. Respon seseorang masih terbatas pada bentuk penelitian, perasaan, persepsi, pengetahuan, dan sikap terhadap stimulus yang bersangkutan.
- 2) Perilaku terbuka, dimana respon terhadap stimulus sudah berupa tindakan atau praktik yang dapat dianut orang lain dari luar.⁶²

Perilaku kesehatan merupakan suatu aktivitas atau kegiatan seseorang baik yang dapat diamati (observable) maupun yang tidak dapat diamati (unobservable) yang berkaitan dengan pemeliharaan dan peningkatan kesehatan seseorang. Pemeliharaan kesehatan ini mencakup melindungi diri dari penyakit dan masalah kesehatan lain, meningkatkan kesehatan, dan mencari penyembuhan bila terkena masalah kesehatan⁶³

b. Teori PRECEDE-PROCEED (1991)

PRECEDE (Predisposing, Reinforcing, and Enabling Constructs in Educational Environment Diagnosis and Evaluation) merupakan model promosi kesehatan yang dikembangkan oleh Green dan Kreuter pada tahun 1980.⁴⁵

PRECEDE merupakan kerangka teori untuk membantu perencanaan mengenal masalah, mulai dari kebutuhan pendidikan sampai program. Pada tahun 1991, model ini disempurnakan menjadi PRECEDE-PROCEED, dimana PROCEED merupakan singkatan dari Policy, Regulatory, and Organizational Construct in Educational and Environment Development.⁴⁵

Model PRECEDE-PROCEED ini dilakukan bersama-sama dalam proses perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. PRECEDE digunakan pada fase diagnosis masalah, penetapan prioritas, dan tujuan program. Sedangkan PROCEED digunakan untuk menetapkan sasaran dan kriteria kebijakan.⁴⁵

Pola pikir dalam PRECEDE-PROCEED adalah deduktif, yaitu memulai dengan akhir dan bekerja ke belakang ke arah sebab-sebab yang asli. Ada delapan fase yang digambarkan dalam teori tersebut. Fase pertama dimulai dengan identifikasi penilaian sosial berdasarkan indikator yang mempengaruhi kualitas hidup. Fase kedua yaitu penilaian epidemiologi. Fase ini mengidentifikasi masalah kesehatan atau faktor lain yang berperan dalam perburukan kualitas hidup.⁴⁵

Setelah mengetahui prioritas masalah maka langkah selanjutnya menentukan faktor yang menjadi target, misalnya faktor lingkungan, perilaku, atau genetik. Dalam penelitian ini faktor yang menjadi target adalah perilaku.⁴⁵

Pada kerangka teori PRECEDE-PROCEED digambarkan tiga faktor yang mempengaruhi perilaku, yaitu faktor predisposisi (predisposing factors), faktor penguat (reinforcing factors) dan faktor pemungkin (enabling factors).⁴⁶

Pada penelitian ini, faktor-faktor yang akan diteliti antara lain:

Faktor Penguat

1) Dukungan Suami

Keberhasilan dalam memberikan ASI eksklusif pada ibu bekerja sangat tergantung dari lingkungan terutama dukungan suami, anggota keluarga lain, rekan sekerja dan komunitas sehingga ibu dapat nyaman memberikan ASI serta mengasuh anaknya sambil bekerja.⁴⁰Selanjutnya dukungan social dibedakan empat jenis dukungan sosial yaitu:

(a) Dukungan emosional

Mencakup ungkapan empati, kepedulian, dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan.

(b) Dukungan penghargaan

Terjadi lewat ungkapan hormat/penghargaan positif untuk orang lain itu, dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu, dan perbandingan positif orang itu dengan orang lain, misalnya orang itu kurang mampu atau lebih buruk keadaannya (menambah harga diri).

(c) Dukungan instrumental

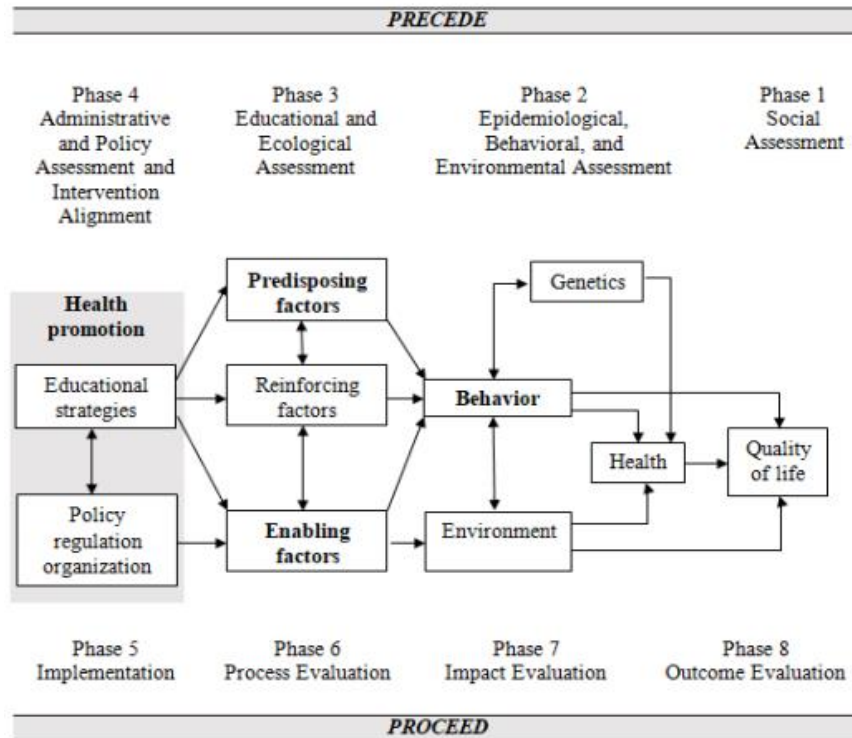
Mencakup bantuan langsung, misalnya orang memberi pinjaman uang kepada orang yang membutuhkan atau menolong dengan memberi pekerjaan pada orang yang tidak punya pekerjaan.

(d) Dukungan informatif: mencakup pemberian nasihat, saran, pengetahuan, dan informasi serta petunjuk.⁵⁴

2) Dukungan Teman Kerja

Dukungan teman selama di tempat kerja akan membuat ibu mempunyai kesempatan untuk tetap memberikan ASI. Ibu yang mendapat dukungan dari teman kerjanya mempunyai peluang untuk bisa memberikan ASI eksklusif sebesar 2,8 kali lebih besar dibandingkan ibu yang tidak mendapat dukungan dari teman kerjanya⁴⁶

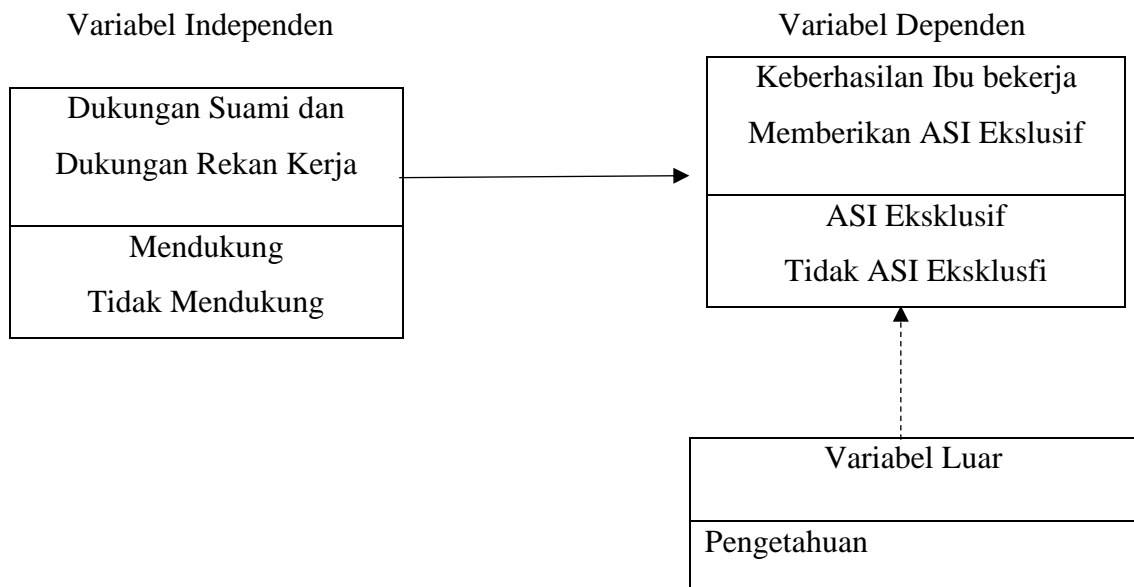
B. Kerangka Teori



Kerangka Teori PRECEDE-PROCEED⁵⁰

Gambar 1 Kerangka Teori

C. Kerangka Konsep



Keterangan:

—————> : Hubungan Variabel Independen dan Dependen

-----> : Hubungan variable yang dikontrol dengan dependen

Gambar 2. Kerangka Konsep

D. Hipotesis Penelitian

Ada hubungan antara dukungan suami, dukungan teman kerja dengan pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Bekejra di Puskesmas Umbul Harjo 1 Kecamatan Umbul Harjo Kota Yogyakarta