

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Tinjauan Teori

##### 1. ASI Eksklusif

###### a. Pengertian

Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan terbaik untuk bayi, karena kandungan gizinya sangat khusus dan sempurna serta sesuai dengan kebutuhan tumbuh kembang bayi. ASI mudah dicerna, karena selain mengandung zat gizi yang sesuai, juga mengandung enzim-enzim untuk mencernakan zat-zat gizi yang terdapat dalam ASI tersebut. ASI mengandung zat-zat gizi berkualitas tinggi yang berguna untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan bayi atau anak<sup>13</sup>. *The American Academy of Pediatrics* merekomendasikan ASI eksklusif selama 6 bulan pertama dan selanjutnya minimal selama 1 tahun.

###### b. Pemberian ASI eksklusif

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif merupakan investasi terbaik bagi kesehatan dan kecerdasan anak<sup>14</sup>. Menyusui secara eksklusif selama 6 bulan memiliki dampak yang signifikan terhadap penurunan angka kematian bayi akibat diare dan pneumonia<sup>2,14</sup>.

ASI merupakan makanan terbaik untuk bayi. ASI memegang peranan penting dalam menjaga kesehatan dan mempertahankan

kelangsungan hidup bayi karena memiliki kandungan yang diperlukan untuk tumbuh kembang bayi antara lain: air, lemak, karbohidrat, protein, vitamin dan mineral, zat kekebalan tubuh, laktoferin dan lisosom, LPUFAs dan kolostrum. ASI diproduksi oleh ibu menyusui sekitar 800cc air susu yang mengandung 600 Kkal<sup>3,15</sup>.

Air susu ibu (ASI) merupakan sumber makanan tunggal untuk bayi sampai 6 bulan pertama kehidupannya. Pemerintah Indonesia telah mengeluarkan regulasi tentang pemberian ASI eksklusif tercantum dalam peraturan pemerintah (PP) No. 33 tahun 2012 tentang pemberian ASI eksklusif<sup>6,16</sup>. ASI merupakan makanan yang bergizi sehingga tidak memerlukan tambahan komposisi. Di samping itu, ASI mudah dicerna oleh bayi dan langsung terserap. Diperkirakan 80% dari jumlah ibu yang melahirkan ternyata mampu menghasilkan air susu dalam jumlah yang cukup untuk keperluan bayinya secara penuh tanpa makanan tambahan selama enam bulan pertama. Bahkan ibu yang gizinya kurang baik pun sering dapat menghasilkan ASI cukup tanpa makanan tambahan selama tiga bulan pertama<sup>17,18</sup>. Air susu ibu (ASI) memegang peranan penting untuk menjaga kesehatan dan kelangsungan hidup bayi karena ASI adalah makan yang terbaik untuk bayi, karena bayi yang di beri ASI akan membuat bayi jarang menderita penyakit dan terhindar dari kurang gizi dibandingkan dengan bayi yang diberi susu lainnya. Asupan ASI yang kurang mengakibatkan kebutuhan gizi bayi tidak

terpenuhi. Kurang gizi akan berdampak pada penurunan kualitas sumber daya manusia yang lebih lanjut dapat berakibat pada kegagalan pertumbuhan fisik, perkembangan mental dan kecerdasan, menurunkan produktivitas, meningkatkan kesakitan dan kematian. ASI memberikan manfaat baik untuk ibu maupun untuk janin ASI juga tampaknya mengurangi kemungkinan mendapatkan leukemia, limfoma, diabetes dan asma ketika anak tumbuh dewasa<sup>6,7</sup>.

c. Manfaat ASI eksklusif

1) Manfaat pemberian ASI bagi bayi

a) ASI sebagai nutrisi

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<sup>19</sup>.

b) ASI meningkatkan daya tahan tubuh bayi

Bayi yang baru lahir secara alamiah mendapat imunoglobulin (zat kekebalan tubuh) dari ibunya melalui ari-ari. Namun kadar zat ini akan cepat sekali menurun setelah bayi lahir. Badan bayi sendiri baru membuat zat kekebalan cukup banyak sehingga mencapai kadar protektif pada waktu berusia 9 sampai 12 bulan<sup>19</sup>.

c) ASI eksklusif meningkatkan kecerdasan

Kecerdasan anak berkaitan erat dengan otak maka jelas bahwa faktor utama yang mempengaruhi perkembangan kecerdasan adalah pertumbuhan otak.

Bayi diberi ASI rata-rata memiliki IQ 6 poin lebih tinggi dibandingkan dengan bayi yang di beri susu formula. Anak yang diberi ASI akan lebih sehat, IQ lebih tinggi. EQ dan SQ baik<sup>19</sup>.

d) ASI eksklusif meningkatkan jalinan kasih sayang

Berada dalam dekapan ibu selama menyusui, bayi akan merasakan kasih sayang ibunya. Bayi merasa aman, tenang dengan dapat mendengar detak jantung ibunya yang telah ia kenal selama dalam kandungan. Hal ini yang akan membuat perkembangan emosi bayi dan membentuk pribadi yang percaya diri dan dasar spiritual yang baik<sup>19</sup>.

2) Bagi ibu

Manfaat ASI bagi ibu adalah sebagai berikut:

a) Aspek kontrasepsi

Hisapan mulut bayi pada puting susu merangsang ujung saraf sensorik sehingga posanterior hipofase mengeluarkan prolaktin. Prolaktin masuk ke indung telur, menekan produksi estrogen yang mengakibatkan tidak adanya ovulasi. Pemberian ASI eksklusif memberikan 98% metode

kontrasepsi yang efisien selama periode ASI eksklusif dan belum terjadi menstruasi kembali<sup>20</sup>.

b) Aspek kesehatan ibu

Isapan bayi pada payudara akan merangsang pembentukan oksitosin oleh kelenjar hipofisis. Oksitosin membantu proses involusi uteri dan mencegah perdarahan postpartum. Penundaan haid dan berkurangnya perdarahan pasca bersalin akan mengurangi prevalensi anemia defisiensi besi<sup>20</sup>.

c) Aspek penurunan badan

Dengan menyusui, tubuh akan menghasilkan ASI lebih banyak lagi sehingga timbunan lemak yang berfungsi sebagai cadangan tenaga akan terpakai sehingga berat badan ibu akan menyusut atau kembali seperti keadaan sebelum hamil.<sup>20</sup>

d) Aspek psikologis

Keuntungan psikologis menyusui bukan hanya untuk bayi tetapi juga untuk Ibu. Ibu akan merasa bangga dan diperlukan, rasa yang dibutuhkan oleh semua manusia.<sup>21</sup>

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pemberian ASI yaitu faktor pendukung dan faktor penghambat di antaranya adalah :

a. Faktor Penghambat

### 1) Psikologi

Faktor psikologis ibu dalam menyusui sangat besar pengaruhnya terhadap proses menyusui dan produksi ASI. Ibu yang stres, khawatir bisa menyebabkan produksi ASI berkurang. Hal ini karena sebenarnya yang berperan besar dalam memproduksi ASI itu adalah otak, otak yang mengatur dan mengendalikan ASI. Sehingga apabila menginginkan ASI dalam jumlah yang banyak otak harus distimulasi dan diset bahwa kita mampu menghasilkan ASI sebanyak yang kita mau<sup>3,9</sup>

### 2) Kurang atau salah informasi

Banyak ibu yang merasa bahwa susu formula itu sama baiknya atau malah lebih baik daripada ASI sehingga cepat menambah susu formula bila merasa bahwa ASI kurang.<sup>22</sup>

### 3) Puting yang inversi

Puting yang inversi atau puting yang “datar” seharusnya tidak mempengaruhi penyusuan karena dengan melakukan posisi dan pelekatan yang tepat, bayi akan melekat pada payudara dan bukan pada puting. Tetapi, banyak ibu tetap mengalami masalah dengan puting yang inversi ini, demikian pula para bidan atau tenaga kesehatan ketika berusaha mendukung dan memberi penjelasan kepada

mereka. Para ibu perlu diyakinkan kembali bahwa menyusui tetap dapat sukses sekalipun puting inversi, hanya saja mungkin mereka membutuhkan tambahan dukungan.<sup>23</sup>

4) Nyeri atau nyeri pada puting .

Lewallen *et al.*, (2006) Nyeri pada puting merupakan salah satu alasan yang paling umum. Puting dapat terasa sensitif dan perih pada hari-hari awal menyusui, tetapi tidak sakit<sup>23</sup>. Pada keadaan ini seringkali seorang ibu menghentikan menyusui karena putingnya sakit.<sup>22</sup>

5) Payudara bengkak.

Dibedakan antara payudara penuh, karena berisi ASI dengan payudara bengkak. Pada payudara penuh rasa berat pada payudara, panas dan keras. Bila diperiksa ASI keluar, dan tidak ada demam. Pada payudara bengkak; payudara oedem, sakit, puting kencang, bila di periksa/diisap ASI tidak keluar, dan demam<sup>22</sup>

6) Ibu yang bekerja.

Seringkali pekerjaan membuat seorang ibu berhenti menyusui dikarenakan sebuk atau tidak ada waktu. Sebenarnya ada beberapa cara yang di anjurkan salah satunya adalah ASI dapat disimpan dilemari pendingin.<sup>22</sup>

7) Sakit

Pada umumnya ibu sakit bukan alasan untuk menghentikan menyusui, karena karena bayi telah dihadapkan pada penyakit ibu sebelum gejala timbul dan dirasakan oleh ibu. Kecuali itu, ASI justru akan melindungi bayi, dari penyakit. Ibu memerlukan bantuan orang lain untuk mengurus bayi dan keperluan rumah tangga, karena ia memerlukan istirahat yang cukup.<sup>23</sup>

b. Faktor Pendukung

Roesli (2007) menyatakan bahwa dukungan keluarga merupakan faktor eksternal yang paling besar pengaruhnya terhadap keberhasilan ASI eksklusif. Friedman (2010) mengemukakan bahwa dukungan keluarga dapat diberikan dalam beberapa bentuk, yaitu<sup>2</sup>:

- a. Dukungan informasional
- b. Dukungan penghargaan
- c. Dukungan instrumental dan
- d. Dukungan emosional.

3. Teori Perilaku

a. Teori PRECEDE-PROC

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. PRECEDE merupakan



kerangka teori untuk membantu perencana 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*<sup>24</sup>

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.

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. 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<sup>24</sup>

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*) (Glanz, Rimer, dan Viswanath, 2005).

Faktor-faktor pemudah (*predisposing factors*), yaitu faktor-faktor yang mempermudah atau mempredisposisi terjadinya perilaku seseorang, antara lain pengetahuan, sikap, persepsi, keyakinan, kepercayaan, nilai-nilai, tingkat pendidikan, tingkat sosial ekonomi dan sebagainya<sup>25</sup>.

#### 1) Tingkat Pendidikan

Pendidikan merupakan faktor predisposisi atau faktor pemudah yang mempengaruhi perilaku seseorang. Pendidikan merupakan segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain baik individu, kelompok, atau masyarakat sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan, sedangkan pendidikan kesehatan adalah aplikasi pendidikan di bidang kesehatan<sup>26</sup>

Jenjang pendidikan adalah tahapan pendidikan yang ditetapkan berdasarkan tingkat perkembangan peserta didik, tujuan yang akan dicapai, dan kemampuan yang dikembangkan. Jenjang pendidikan formal terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi. Pendidikan dasar berbentuk sekolah dasar (SD) dan yang sederajat serta sekolah menengah pertama (SMP) atau yang sederajat. Pendidikan menengah terdiri atas pendidikan menengah umum dan kejuruan. Sedangkan

pendidikan tinggi mencakup pendidikan diploma, sarjana, magister, spesialis, dan doktor (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003).

Pendidikan bertujuan mengubah pengetahuan, pendapat, konsep-konsep, sikap, persepsi, serta menanamkan kebiasaan baru kepada responden yang masih memakai adat istiadat kebiasaan lama<sup>25</sup>. Tingkat pendidikan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah jenjang pendidikan sekolah formal yang ditamatkan oleh responden. Tingkat pendidikan seorang ibu yang rendah memungkinkan ia lambat dalam mengadopsi pengetahuan baru khususnya hal-hal yang berhubungan dengan ASI eksklusif.

## 2) Status kehamilan

Status kehamilan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah status kehamilan ibu pada saat hamil waktu itu. Brown (1995) membagi status kehamilan menjadi dua yaitu kehamilan yang tidak diinginkan (*intended pregnancy*) dan kehamilan yang diinginkan (*unintended pregnancy*). Kehamilan yang diinginkan merupakan kehamilan yang diharapkan saat terjadi pembuahan (*conception*). Sedangkan kehamilan yang tidak diinginkan adalah kehamilan yang tidak diharapkan setelah terjadi pembuahan. (Berliana, 2010).

Status kehamilan mempengaruhi pemberian ASI eksklusif. Hal ini dikarenakan ibu yang menginginkan dan merencanakan

kehamilan lebih siap untuk merawat bayi dan memberikan ASI eksklusif.

#### 4. Dukungan Keluarga

##### a. Konsep dukungan

Para ibu cenderung untuk menyusui bila mereka mempunyai jaringan pendukung. Dukungan bergantung pada norma-norma tentang menyusui bayi dan pengetahuan, pandangan, serta kepercahayaan keluarga dan teman-teman. Jaringan keluarga yang mendukung penting bagi beberapa ibu dalam mengatasi segala kesulitan yang mereka hadapi. Para ibu juga menghargai dukungan dari mereka yang dianggap sebagai “model peran” atau mereka yang sudah berpengalaman dalam menyusui, sering kali adalah ibu mereka sendiri. Sekalipun McInnes dan Chambers (2008) menemukan bahwa para ibu menghargai mereka yang sudah berpengalaman dalam menyusui, para ayah juga berperan penting. Apabila memberi dampak positif bagi menyusui, para ayah dapat memberikan dukungan praktis, fisik, serta emosional dalam keputusan untuk menyusui bayi serta mendukung kelanjutannya (Sheriff *et al.*, 2009). Namun sebagian pria tidak mempunyai pengetahuan tentang pentingnya menyusui dan berpendapat bahwa menyusui akan mengganggu hubungan mereka, khususnya dalam hubungan seks (Hewitt, 2008) <sup>23</sup>.

Jelaslah bahwa keluarga dan teman-teman juga perlu mendapat pendidikan tentang menyusui dan risiko pemberian susu formula, agar mereka dapat memberikan dukungan yang memadai kepada ibu-ibu yang menyusui. Beberapa wanita akan mencari dukungan dalam bentuk lain, seperti kelompok pendukung seperminatan, dan akan bergabung dengan organisasi-organisasi sukarela<sup>23</sup>.

Dukungan keluarga adalah suatu proses hubungan antara keluarga yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan. Dukungan keluarga dalam hal ini adalah motivasi ibu memberikan ASI saja kepada bayinya sampai umur 6 bulan. ASI merupakan makanan yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi. Pemberian ASI eksklusif dapat mengandung antibodi, mengurangi karies dentis dan terhindar alergi. Apabila bayi tidak diberikan ASI eksklusif memiliki risiko kematian karena diare.<sup>15</sup>

Pemberian Air susu ibu (ASI) oleh ibu menyusui memerlukan dukungan dari orang terdekat, seperti anggota keluarga, teman, saudara, dan rekan kerja. Keluarga dalam hal ini suami atau orang tua dianggap sebagai pihak yang paling mampu memberikan pengaruh kepada ibu untuk memaksimalkan pemberian ASI eksklusif. Dukungan atau *support* dari orang lain atau orang terdekat, sangatlah berperan dalam sukses tidaknya menyusui.

Semakin besar dukungan yang didapatkan untuk terus menyusui maka akan semakin besar pula kemampuan untuk dapat bertahan terus untuk menyusui<sup>3,6</sup>. ASI sangat diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan anak. Menurut penelitian, anak-anak yang tidak diberi ASI mempunyai IQ (*Intellectual Quotient*) lebih rendah 7-8 poin dibandingkan dengan anak-anak yang diberi ASI secara eksklusif (Yuliarti, 2010). Bayi akan mendapatkan kolostrum yaitu berupa cairan emas yang kaya akan antibodi dan sangat penting untuk pertumbuhan yang sangat dibutuhkan bayi, dapat dilakukan dengan mengupayakan bayi menyusu secara dini (Maryunani, 2005). ASI jika dikonsumsi bayi dapat menambah kadar DHA (Docosahexaenoic Acid) dalam otak. ASI mengandung banyak sekali DHA dan zat kebal yang mencegah infeksi atau penyakit pada bayi. Perkembangan otak bayi akan semakin baik apabila bayi semakin banyak meminum ASI<sup>9,27</sup>.

Dukungan atau *support* dari orang lain atau orang terdekat, sangatlah berperan dalam sukses tidaknya menyusui. Semakin besar dukungan yang didapatkan untuk terus menyusui maka akan semakin besar pula kemampuan untuk dapat bertahan terus untuk menyusui. Dukungan suami maupun keluarga sangat besar pengaruhnya, seorang ibu yang kurang mendapatkan dukungan suami, ibu, adik, atau bahkan ditakut-takuti, dipengaruhi untuk beralih ke susu formula<sup>2,3</sup>

b. Dukungan keluarga.

Dukungan dari lingkungan disekitar ibu, mempunyai peran yang besar terhadap keberhasilan menyusui. Dukungan keluarga itu berasal dari lingkungan disekitar ibu, seperti suami, nenek, atau mertua yang sudah mempunyai pengalaman menyusui. Peran nenek sibayi biasanya dominan terhadap ibu. Konsultan laktasi harus memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan menyusui termasuk peran nenek. Pada keluarga besar, banyak pendapat yang kadang-kadang membingungkan ibu, untuk itu kita harus hati-hati memberi penjelasan yang bisa diterima ibu. Selain itu pengaruh seperti media masa seperti TV, majalah, buku-buku tentang ASI dan internet yang bias diakses ibu/ayah sangat membantu keluarga dalam proses menyusui.

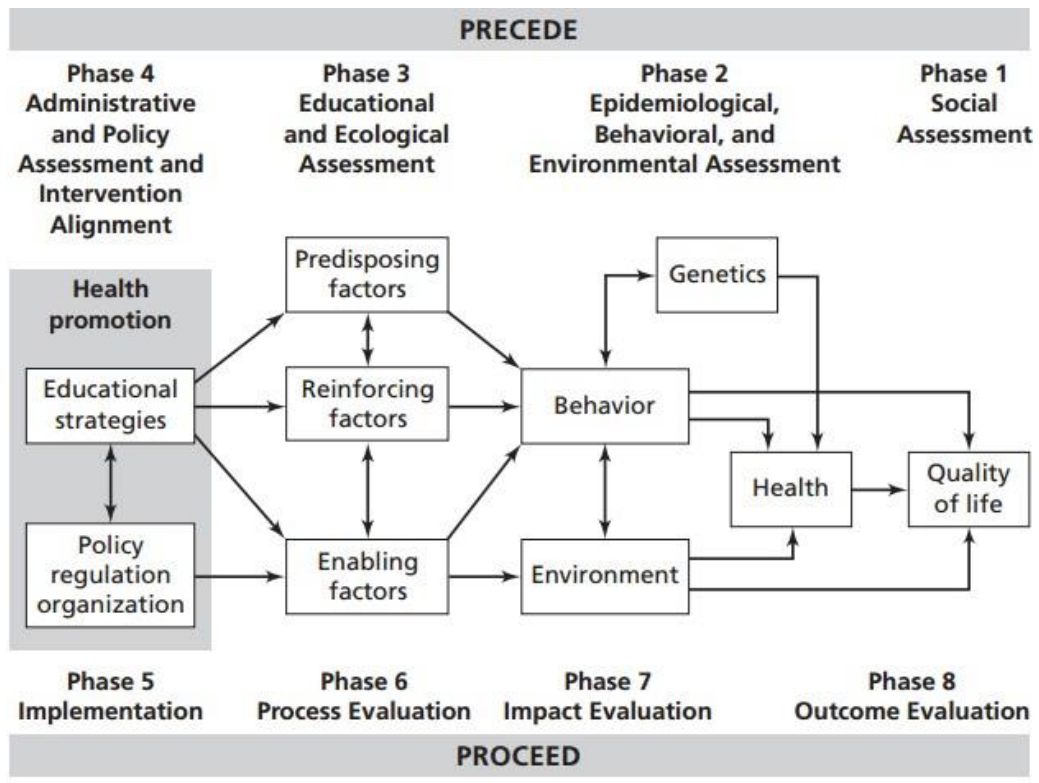
Hambatan yang paling sulit adalah berasal dari ayah sibayi, karena dapat menghambat inisiasi menyusui dini dan kelangsungan menyusui ASI secara eksklusif sampai 6 bulan. Agar sukses dalam proses menyusui, ayah harus ikut berpartisipasi aktif dalam mengambil keputusan, mempunyai sikap yang positif, dan mempunyai pengetahuan yang luas tentang keuntungan menyusui ternyata sangat mendukung ibu. Kelekatan ayah dengan bayi dapat ditingkatkan dengan cara ayah hadir dalam proses persalinan dan kontak lebih dekat dengan bayi selama masa neonatal. Ayah harus belajar mengenai sinyal-sinyal yang dikeluarkan oleh bayi, banyak

membaca, ikut perkumpulan orangtua, belajar dari orangtua atau teman-temannya, sehingga diharapkan ayah dapat berinteraksi lebih erat dengan bayinya. Membuat jaringan (*network*) dengan keluarga lain yang mempunyai pengalaman sebelumnya, memungkinkan ayah bertukar pikiran dengan mereka dan memahami pentingnya menyusui. Dari suatu penelitian, dikatakan bahwa ibu yang lebih lama menyusui mempunyai hubungan emosional yang baik dengan suami dan ibunya, dan lebih percaya diri dibandingkan dengan mereka yang lebih cepat menyapih.<sup>28</sup>

## **B. Kerangka Teori**

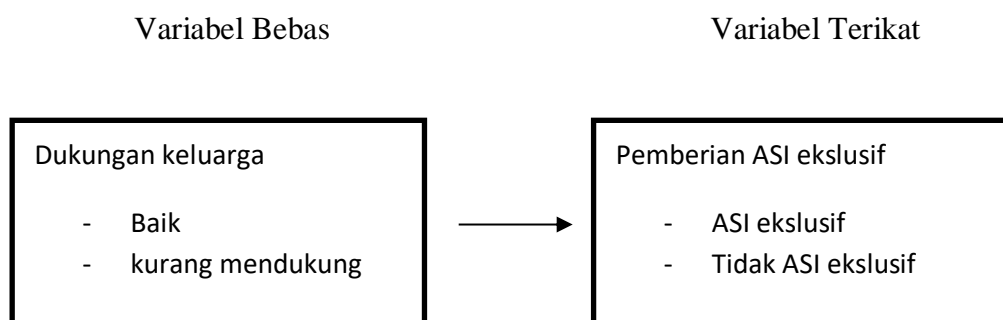
Kerangka teori dalam penelitian ini mengacu pada model PRECEDE yang dikembangkan Green dan Kreuter pada tahun 1980.





Gambar 1. Kerangka Teori Model PRECEDE-PROCEED. Sumber: Glanz, Rimer, dan Viswanath. (2005)

### C. Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep

**D. Hipotesis**

Ada hubungan dukungan keluarga dengan pemberian ASI Eksklusif di PMB Upi Marlina Amd.Keb Tanjung Selor Kalimantan Utara tahun 2020.