

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. ASI Eksklusif

a. Pengertian

ASI eksklusif adalah sumber asupan nutrisi bagi bayi baru lahir, yang sifatnya eksklusif karena diberikan berlaku bayi berusia 0 bulan sampai 6 bulan. Dalam fase ini harus diperhatikan dengan benar mengenai pemberian dan kualitas ASI agar tidak mengganggu perkembangan bayi, mengingat periode tersebut merupakan masa emas perkembangan anak sampai usia dua tahun.¹⁴

ASI eksklusif yaitu pemberian ASI saja tanpa makanan dan minuman lain. ASI eksklusif dianjurkan sampai 6 bulan pertama kehidupan bayi. ASI eksklusif merupakan pemberian ASI secara murni tidak dicampur atau bayi tidak diberi makanan tambahan maupun PASI sampai usia 6 bulan.¹⁵

b. Manfaat ASI

- 1) ASI merupakan nutrisi yang terpenting untuk bayi
- 2) ASI dapat meningkatkan daya tahan tubuh
- 3) ASI dapat meningkatkan kecerdasan
- 4) ASI dapat meningkatkan jalinan kasih sayang¹⁴

c. ASI sebagai nutrisi

ASI yang keluar pada hari-hari pertama atau kolostrum, berbeda komposisinya dengan ASI yang keluar pada hari 0 hari selanjutnya atau disebut ASI *mature*. Terdapat juga perbedaan antara komposisi ASI yang keluar saat permulaan ibu menyusui (*fore milk*) dengan komposisi ASI yang keluar pada saat akhir ibu menyusui (*hind milk*).¹⁶

ASI merupakan sumber gizi yang sangat ideal, berkomposisi seimbang dan secara alami disesuaikan dengan kebutuhan masa pertumbuhan bayi. ASI adalah makan yang paling sempurna baik kualitas maupun kuantitasnya. Dengan melaksanakan manajemen laktasi secara baik, ASI sebagai makanan tunggal akan mencukupi kebutuhan tumbuh bayi hingga enam bulan. Setelah enam bulan bayi harus mulai mendapatkan makanan padat, tetapi pemberian ASI dapat terus dilanjutkan sampai bayi berumur dua tahun atau lebih.¹⁶

d. ASI bagi daya tahan tubuh dan kesehatan bayi

Bayi baru lahir secara alamiah mendapatkan immunoglobulin atau zat kekebalan daya tahan tubuh dari ibunya melalui plasenta, tetapi kadar zat tersebut dengan cepat akan menurun segera setelah kelahirannya. Badan bayi baru lahir akan memproduksi sendiri immunoglobulin secara cukup saat mencapai usia empat bulan. Pada saat itu immunoglobulin dari ibu menurun dan yang dibentuk sendiri oleh tubuh bayi belum tercukupi, terjadilah suatu periode kesenjangan immunoglobulin pada bayi.¹⁶

Kesenjangan tersebut hanya dapat dihilangkan atau dikurangi dengan pemberian ASI. ASI merupakan cairan yang mengandung kekebalan atau daya tahan tubuh sehingga dapat menjadi perlindungan bayi dari berbagai penyakit infeksi bakteri, virus dan jamur. Kolostrum mengandung zat immunoglobulin 10-17 kali lebih banyak dari ASI *mature*. Selain itu, ASI akan merangsang terbentuknya antibodi bayi lebih cepat. Jadi ASI tidak hanya bersifat imunisasi pasif tetapi juga aktif.¹⁶

Suatu kenyataan bahwa mortalitas atau angka kematian dan morbiditas atau angka kematian pada bayi ASI eksklusif jauh lebih rendah dibandingkan dengan bayi yang tidak mendapatkan ASI.¹⁶

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan ASI eksklusif

a. Kecemasan

Kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.¹⁷

Ciri-ciri kecemasan seseorang yang mengalami kecemasan akan memperlihatkan ciri-ciri sebagai berikut:¹⁸

1) Ciri fisik dari kecemasan

Gelisah, gugup, banyak berkeringat, mulut atau kerongkongan terasa kering, sulit berbicara, sulit bernafas, bernafas pendek, jantung berdetak kencang, suara yang bergetar, pusing, merasa lemas, tangan yang dingin, sering buang

air kecil, terdapat gangguan sakit perut atau mual, muka memerah, leher atau punggung terasa kaku, merasa sensitif atau mudah marah.

2) Ciri *behavioral* dari kecemasan

Seseorang akan menunjukkan perilaku menghindar, perilaku melekat dan terikat ataupun perilaku terguncang.

3) Ciri kognitif dari kecemasan

Khawatir akan sesuatu yang hal sederhana, perasaan terganggu terhadap sesuatu yang terjadi di masa depan, keyakinan akan hal yang mengerikan yang terjadi tanpa ada penjelasan yang jelas, sangat waspada, khawatir akan ditinggal sendiri, sulit berkonsentrasi atau memfokuskan pikiran, pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, ketakutan akan ketidakmampuan menghadapi masalah, berpikir tentang hal-hal yang mengganggu secara berulang-ulang. Tingkat kecemasan dibagi menjadi:¹⁷

- a) Ansietas ringan adalah ketegangan dalam kehidupan sehari-hari yang menyebabkan orang menjadi waspada. Kecemasan dapat memotivasi belajar serta menghasilkan pertumbuhan dan kreatifitas.
- b) Ansietas sedang adalah memusatkan untuk hal yang penting dan mengesampingkan yang tidak penting. Sehingga seseorang mengalami perhatian yang selektif namun dapat melakukan sesuatu yang terarah.
- c) Ansietas berat adalah kecemasan seseorang yang terlalu rinci dan spesifik terhadap sesuatu sehingga tidak dapat memikirkan hal lain. Perilaku yang

ditunjukkan untuk mengurangi ketegangan. Perlu arahan dari orang lain untuk dapat memusatkan pada suatu hal yang lain.

- d) Tingkat panik dari ansietas adalah perasaan takut dan merasa ada terror. Tidak dapat melakukan sesuatu karena pola pikirnya terpecah. Terjadi peningkatan aktivitas motorik, menurunnya kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, persepsi menyimpang dan kehilangan pemikiran yang rasional, dapat terjadi kelelahan yang sangat bahkan kematian.

Skor kuesioner HARS:

Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan yang terdiri dari 14 pertanyaan (tentang gejala-gejala kecemasan). Setiap item pertanyaan diberi 5 tingkatan skor antara 0 (tidak cemas) sampai dengan 4 (kecemasan berat).¹⁹

Tabel 1. Skor kuesioner HARS

Cara Penilaian Kecemasan	Penentuan Derajat Kecemasan
0 = Tidak ada gejala sama sekali	Skor < 14 = tidak ada kecemasan
1 = satu dari gejala yang ada	Skor 14-20 = kecemasan ringan
2 = Sedang (separuh dari gejala yang ada)	Skor 21-27 = kecemasan sedang
3 = Berat (lebih dari ½ gejala yang ada)	Skor 28 – 41 = kecemasan berat
4 = Berat sekali (semua gejala ada)	Skor 42 – 56 = kecemasan berat sekali

3. Usia

Usia ibu melahirkan dibagi menjadi tiga kelompok yaitu remaja, usia produktif dan berisiko. Usia remaja < 20 tahun, produktif 20-30 tahun, dan berisiko > 35 tahun. Ibu yang memiliki usia kurang dari 20 tahun sangat berisiko terhadap kematian bayi baru lahir, karena organ reproduksi ibu yang belum matang, selain itu emosional juga belum stabil dan masih bergantung pada orang lain. Usia kehamilan di atas 35 tahun berbahaya karena di usia tersebut sering muncul penyakit hipertensi, penyakit *degenerative* pada persendian tulang belakang dan panggul.²⁰

4. Pendidikan

Pendidikan adalah suatu usaha sadar untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah yang berlangsung seumur hidup. Makin tinggi pendidikan seseorang, makin tinggi juga kesadaran tentang hak yang dimilikinya, hal ini akan meningkatkan tuntutan terhadap hak untuk memperoleh

informasi, hak untuk menolak atau menerima. Ibu dengan pendidikan yang cukup dinilai akan lebih banyak mendapat informasi yang dibutuhkannya, sedangkan ibu berpendidikan tinggi diharapkan lebih mudah menyerap informasi dan himbauan yang diterima.²⁰

5. Penghasilan

Penghasilan adalah penghasilan yang diperoleh dengan jalan menjual faktor-faktor produksi yang akan diperoleh imbalan jasa-jasa atas pengadaan faktor produksi tersebut dalam bentuk gaji, sewa tanah, modal kerja, dan sebagainya. Besarnya pendapatan akan menggambarkan ekonomi keluarga dalam masyarakat. Di mana jika penghasilan keluarga stabil maka dapat memenuhi kebutuhan pokok, baik itu kebutuhan akan makanan, pakaian, tempat tinggal, air minum yang bersih.²¹

6. Pengalaman

Pengalaman menyusui merupakan sumber utama pengetahuan dan pengembangan yang lebih baik., sikap positif dan kepercayaan diri ibu menjadi tinggi. Seorang ibu yang memiliki anak pertama kan mungkin tidak tahu cara menaruh bayi ke payudaranya. Pengalaman yang panjang tentang ASI dan menyusui berkaitan dengan pengetahuan, sikap, kepercayaan, dan efektifitas yang dirasakan dalam pemberian ASI.²²

7. Kepribadian

Kepribadian adalah suatu yang stabil karena kepribadian tidak akan berubah secara drastis. Kepribadian adalah suatu dorongan yang mengatur perilaku atau

memberi petunjuk ke arah tertentu. Hal ini akan membuat respon masalah dengan cara yang wajar sesuai dengan situasi yang dihadapi. Jadi kepribadian adalah sebuah cara yang dilakukan seseorang dalam merespon suatu atau cara bertindak yang disukai seseorang terhadap keadaan maupun orang tertentu.²³

8. Nilai Hidup

Nilai hidup dianggap penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan. Nilai hidup adalah hal-hal khusus yang dirasa penting dan diyakini sebagai sesuatu yang benar. Nilai hidup juga diartikan sebagai kesadaran adanya suatu kesempatan atau kemungkinan yang dilatarbelakangi oleh realitas, yaitu memanfaatkan yang terbaik dari setiap situasi.²⁴

9. Emosi

Emosi adalah sesuatu yang berkaitan dengan suasana hati atau luapan perasaan yang bisa berubah dalam waktu cepat karena adanya rangsangan-rangsangan, pengalaman, pemikiran, dan persepsi alami. Ketika emosi atau suasana hati terbentuk, secara bersamaan akan mendorong seseorang untuk bereaksi terhadap yang dialaminya.²⁵

10. Kecerdasan

Kecerdasan diartikan kemampuan seseorang untuk mengerti atau memahami dari suatu domain tertentu di mana pemahaman yang disimpan lebih baik dan lebih cepat dibandingkan seseorang pada umumnya. Kecerdasan dimiliki seseorang yang pandai melaksanakan atau mengaplikasikan pengetahuan yang

dimilikinya. Jika seseorang memiliki banyak pengetahuan, tetapi jika tidak dapat melaksanakannya dalam praktek atau tidak dapat mengimplementasikan ilmunya maka ia tidak bisa digolongkan ke dalam kecerdasan.²⁶

11. Etnis

Etnis adalah sebuah konstruksi sosial dimana orang-orang yang merasa memiliki kesamaan dengan suatu kelompok masyarakat maka mereka masuk ke dalam etnis tersebut. Kesamaan tersebut bisa dilihat dari beberapa faktor seperti budaya, kepercayaan, Bahasa, sejarah, adat, dan lain-lain. Pengertian lain etnis adalah bagian dari pandangan individu yang diperoleh dari pengetahuannya sebagai anggota dari kelompok sosial dengan nilai-nilai dan kelekatan emosional signifikan dengan kelompok tersebut.²⁷

12. Agama

Agama berperan penting dalam mengatur sendi-sendi kehidupan manusia dan mengarahkannya kepada kebaikan bersama. Agama dan beragama suatu kesatuan namun memiliki makna yang berbeda. Peranan agama dalam hidup keseharian sangat besar. Dalam menjalani rutinitas kehidupan, kebutuhan jasmani dan rohani menjadi kebutuhan dasar manusia. Keseimbangan antara jasmani dan rohani akan menghasilkan harmonisasi dalam kehidupan. Berpedoman ajaran agama dalam hidup akan menjadikan kita mampu untuk dapat menghormati dan menghargai perbedaan.²⁸

13. Pengetahuan

Pengetahuan adalah keseluruhan pengetahuan yang belum tersusun, baik mengenai metafisik maupun fisik. Dapat juga dikatakan pengetahuan adalah informasi yang tanpa memiliki metode, dan mekanisme tertentu. Pengetahuan berakar pada adat dan tradisi yang menjadi kebiasaan dan pengulangan-pengulangan. Pengetahuan tidak teruji karena kesimpulan ditarik berdasarkan asumsi yang tidak teruji lebih dahulu. Pencarian pengetahuan lebih cenderung *trial and error* dan berdasarkan pengalaman belaka.²⁹

14. Sikap

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu atimulus atau objek. Sikap secara nyata menunjukkan konotasi adanya kesesuaian reaksi terhadap stimulasi tertentu yang dalam kehidupan sehari-hari merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulasi sosial. Sikap belum merupakan suatu tindakan, tetapi predisposisi tindakan suatu perilaku. Sikap itu merupakan kesiapan untuk berekspresi terhadap objek di lingkungan tertentu sebagai suatu penghayatan terhadap objek.³⁰

15. *Theory of Planned Behavior*

Theory of Planned Behavior atau teori perilaku terencana dimaksudkan untuk mengatasi masalah kontrolvolisional yang belum lengkap dalam teori terdahulu. Teori perilaku terencana tetap berada pada faktor intensi perilaku namun determinan intensi tidak hanya dua (sikap terhadap perilaku yang bersangkutan dan norma-norma subjektif) melainkan tiga dengan

diikutsertakannya aspek kontrol perilaku yang dihayati (*perceived behavioral control*). Dalam teori perilaku terencana keyakinan-keyakinan berpengaruh pada sikap terhadap perilaku tertentu, pada norma-norma subjektif, dan pada kontrol perilaku yang dihayati. Ketiga komponen ini berinteraksi dan menjadi determinan bagi intensi yang pada gilirannya akan menentukan apakah perilaku yang bersangkutan akan dilakukan atau tidak.³¹

Sikap terhadap suatu perilaku dipengaruhi oleh keyakinan bahwa perilaku tersebut akan membawa kepada hasil yang diinginkan atau tidak diinginkan. Keyakinan mengenai perilaku apa yang bersifat normative (yang diharapkan oleh orang lain) dan motivasi untuk bertindak sesuai dengan harapan normative tersebut membentuk norma subjektif dalam diri individu. Kontrol perilaku ditentukan oleh pengalaman masa lalu dan perkiraan individu mengenai seberapa sulit atau mudahnya untuk melakukan perilaku yang bersangkutan. Kontrol perilaku ini sangat penting artinya ketika rasa percaya diri seseorang sedang berada dalam kondisi lemah.³¹

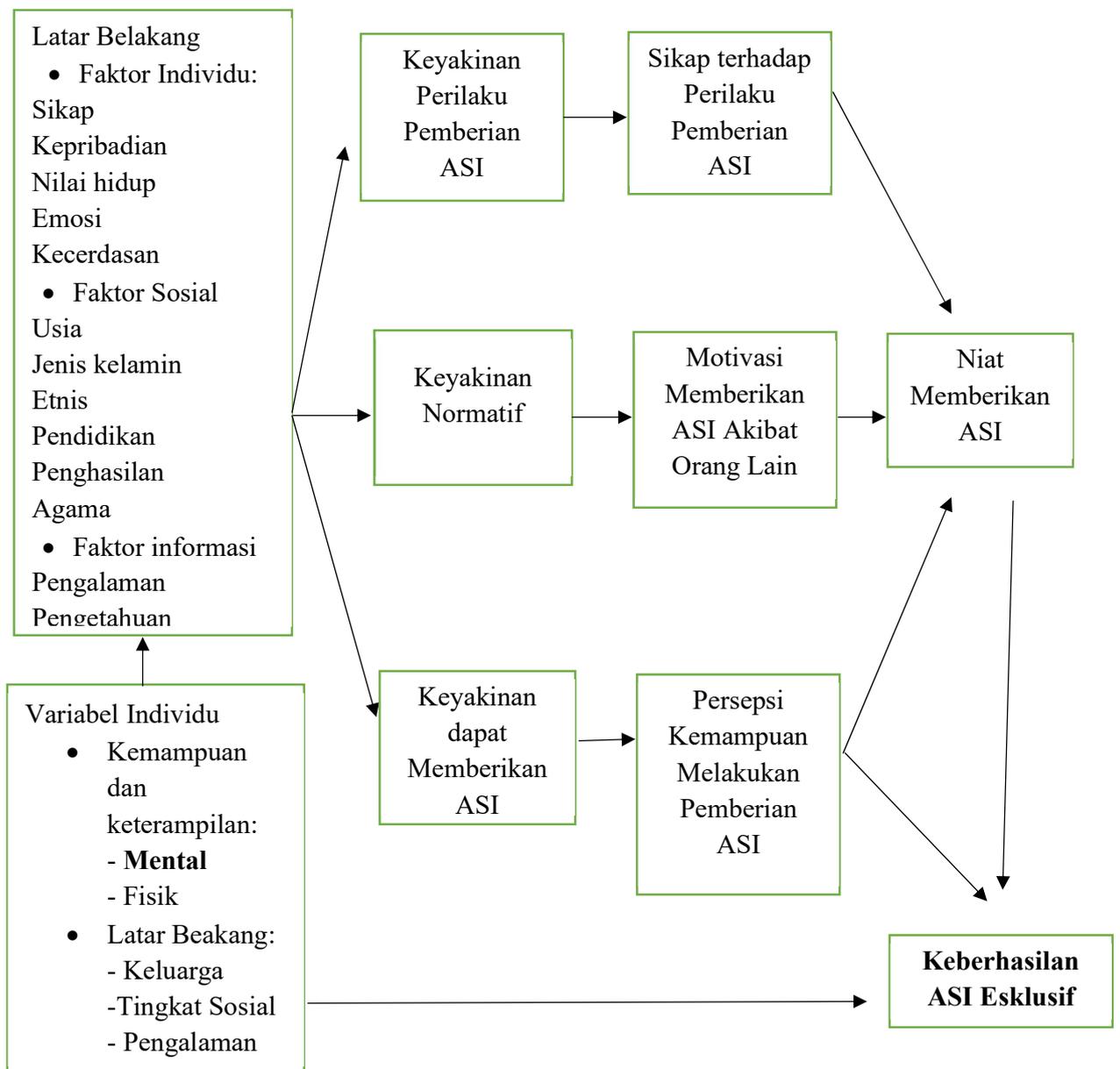
Menurut teori perilaku terencana, diantara berbagai keyakinan yang akhirnya akan menentukan intensi dan perilaku adalah keyakinan mengenai tersedia-tidaknya kesempatan dan sumber yang diperlukan. Keyakinan dapat berasal dari pengalaman dengan perilaku di masa lalu, dapat dari melihat orang lain, dan dapat juga dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.³¹

Perilaku manusia tidak sederhana untuk dipahami dan diprediksi. Banyak faktor-faktor internal dan eksternal dari masa lalu, saat ini dan masa yang

akan datang ikut mempengaruhi perilaku manusia. Dari beberapa faktor penting seperti hakikat stimulus itu sendiri, latar belakang pengalaman individu, motivasi status kepribadian dan sebagainya, memang sikap individu ikut memegang peranan menentukan bagaimana perilaku seseorang di lingkungannya. Lingkungan secara timbal balik akan mempengaruhi sikap dan perilaku. Interaksi antara situasi lingkungan dengan sikap dengan berbagai faktor di dalam maupun di luar individu akan membentuk suatu proses kompleks yang akhirnya menentukan bentuk perilaku seseorang.³¹

B. Kerangka Teori

1. Kerangka teori



Gambar 1. Modifikasi Kerangka Teori Planned Behavior (Ajzen, 2005) dan Gibson

