

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Pengertian Pengetahuan, Sikap dan Tindakan**

##### **2.1.1 Pengetahuan (*Knowledge*)**

Menurut Notoatmodjo (2010) yang dimaksud dengan pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan manusia terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba, sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan dalam kamus Bahasa Indonesia disebutkan bahwa pengetahuan atau tahu adalah mengerti sesudah dilihat atau sesudah menyaksikan, mengalami atau setelah diajari.

Pengetahuan didapat dari belajar, pengalaman, waktu dan situasi yang digunakan untuk memecahkan masalah, menyesuaikan dengan situasi baru atau sebagai modal untuk belajar, bahwa dengan pengetahuan yang baik diharapkan akan mempengaruhi sikap dan tindakan yang baik pula, sehingga dapat mencegah atau menanggulangi masalah yang ada. (SoekidjoNotoatmodjo, 2010) menjelaskan, pengetahuan yang dicakup di dalam domain kognitif mempunyai 6 tindakan yaitu:

- a. Tahu (*know*), diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya (*recall*) sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu tahu merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah.
- b. Memahami (*comprehension*), diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasi materi tersebut secara benar. Seseorang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.
- c. Aplikasi (*application*), diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi real.
- d. Analisis (*analysis*), suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen tetapi masih didalam suatu struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain.
- e. Sintesis (*synthesis*) atau sistematis menentukan pada kemampuan seseorang

untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian didalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Sintesis adalah kemampuan untuk Menyusun suatu formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

- f. Evaluasi (*evaluation*), Evaluasi berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu didasarkan pada suatu kriteria-kriteria yang telah ada. Untuk pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan kuesioner atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden. Untuk mengetahui ke dalam pengetahuan yang ingin diketahui atau diukur, dapat kita sesuaikan dengan tingkatan diatas.

### **2.1.2 Sikap (*Attitude*)**

Sikap merupakan suatu kesiapan untuk bereaksi terhadap suatu objek di lingkungan tertentu sebagai salah satu penghayatan terhadap objek. Sikap dalam hal ini dapat dipandang sebagai suatu tingkatan afeksi baik yang bersifat positif maupun negatif dalam hubungannya dengan objek-objek psikologis. Afeksi yang positif yaitu afeksi senang, sedangkan afeksi negatif adalah afeksi yang tidak menyenangkan.

Sikap mempengaruhi pengalaman seorang individu dan bersumber dari desakan atau dorongan didalam hati, kebiasaan-kebiasaan yang dikehendaki dan pengaruh lingkungan disekitar individu itu, dengan kata lain sikap dihasilkan dari keinginan-keinginan pribadi dan sejumlah stimulus. Sikap merupakan bagian dari kepribadian individu dan tumbuh kembang sebagaimana terjadi pola tingkah laku yang bersifat mental dan emosi.

Sikap bermula dari perasaan suka atau tidak suka yang terkait dengan kecenderungan seseorang dalam merespon sesuatu atau objek. Sikap juga sebagai ekspresi dari nilai-nilai atau pandangan hidup yang dimiliki oleh seseorang.

Suatu sikap bisa dibentuk sehingga terjadi perilaku atau tindakan yang diinginkan, (Soekidjo Notoatmodjo, 2010) menjelaskan bahwa sikap itu mempunyai 3 komponen pokok yaitu:

- a. Kepercayaan (*keyakinan*), ide dan konsep terhadap suatu objek.
- b. Kehidupan emosional atau evaluasi terhadap suatu objek.
- c. Kecenderungan untuk bertindak (*tend to behave*).

Ketiga komponen ini secara bersama-sama membentuk sikap yang utuh, dalam penentuan sikap yang utuh ini, pengetahuan, pikiran, keyakinan dan emosi

memegang perananan sangat penting. Sikap diperoleh dari hasil belajar merupakan cara-cara yang diperoleh siswa dalam mempelajari keterampilan, ilmu pengetahuan dan kebiasaan-kebiasaan lainnya. Seperti halnya pengetahuan, sikap terdiri dari beberapa tingkatan yaitu:

- a. Menerima (*receiving*) yaitu bahwa seseorang atau subjek mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan (objek) Menerima (*receiving*) yaitu bahwa seseorang atau subjek mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan (objek).
- b. Menanggapi (*responding*) yaitu memberi jawaban atau tanggapan terhadap pernyataan atau objek yang dihadapi.
- c. Menghargai (*valuing*) yaitu mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah adalah suatu indikasi sikap tingkat tiga (kecenderungan untuk bertindak).
- d. Bertanggung jawab (*responsible*) yaitu yang bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala resiko adalah merupakan sikap yang paling tinggi. Pengukuran sikap dapat dilakukan secara langsung atau tidak langsung. Secara langsung dapat ditanyakan bagaimana pendapat atau pernyataan responden terhadap suatu objek yang bersangkutan. Pertanyaan secara langsung juga dapat dilakukan dengan cara memberikan pendapat dengan menggunakan kata “setuju” atau “tidak setuju” terhadap pernyataan-pernyataan terhadap suatu objek.

### **2.1.3 Tindakan (*Practice*)**

Tindakan merupakan suatu perbuatan subjek terhadap objek. Dapat dikatakan tindakan merupakan tindak lanjut dari sikap. Suatu sikap tidak otomatis terwujud dari suatu tindakan baru untuk mewujudkan diperlukan faktor dan dukungan dari pihak lain. Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku merupakan kumpulan berbagai faktor yang saling berinteraksi. Sehingga kadang-kadang kita tidak sempat memikirkan penyebab seseorang menerapkan perilaku tertentu. Karena itu kita dapat menelaah alasan dibalik perilaku individu, sebelum ia mampu mengubah perilaku tersebut. Tingkat-tingkat tindakan yaitu:

- a. Persepsi (*Perception*), yaitu mengenal dan memilih berbagai objek sehubungan dengan tindakan yang akan diambil. Ini merupakan tindakan tingkat pertama.
- b. Respon terpimpin (*Guided Respons*), yaitu dapat melakukan sesuatu sesuai dengan urutan yang benar sesuai contoh. Ini merupakan indikator tingkat dua.
- c. Mekanisme (*Mecanism*), yaitu apabila seseorang telah dapat melakukan

sesuatu dengan benar secara otomatis atau sudah merupakan kebiasaan maka dia sudah mencapai tingkat ketiga.

- d. Adaptasi (*Adaptation*), yaitu suatu tindakan yang sudah berkembang dengan baik.
- e. Respon terpimpin (*Guided Respons*), yaitu dapat melakukan sesuatu sesuai dengan urutan yang benar sesuai contoh. Ini merupakan indikator tingkat dua.
- f. Mekanisme (*Mecanism*), yaitu apabila seseorang telah dapat melakukan sesuatu dengan benar secara otomatis sudah merupakan kebiasaan maka dia sudah mencapai tingkat ketiga.
- g. Adaptasi (*Adaptation*), yaitu suatu tindakan yang sudah berkembang dengan baik.

Untuk mengukur perilaku dapat dilakukan dengan cara langsung dan tidak langsung. Secara langsung dapat dilakukan dengan melihat tindakan atau kegiatan responden, secara tidak langsung dapat melakukan wawancara terhadap kegiatan-kegiatan yang telah dilakukan responden di masa lalu.

## **2.2 Daun Bangun-bangun (*Coleus amboinicus* L.)**

Tanaman bangun-bangun (*Coleus amboinicus* L.) tumbuh di liar di dataran rendah sampai ketinggian 1100 m di atas permukaan laut dan diduga berasal dari India dan Afrika selatan. Daun bangun-bangun memiliki tulang lunak, beruas, melingkar, dengan diameter sekitar 15 mm, bagian tengah dan ujungnya sekitar 10 mm  $\pm$  5 mm, dapat berkembang-biak dengan mudah.

Daun bangun bangun merupakan salah satu sumber bahan baku yang dapat dijadikan sebagai suplemen alami. Tanaman ini banyak mengandung zat-zat gizi dan banyak mengandung manfaat bagi kesehatan karena dapat menyembuhkan berbagai macam penyakit dan kandungan senyawa kimia yang terkandung dalam daun bangun-bangun adalah: Alkaloida, Flavonoid, Tanin (Permenkes no.6 tahun 2016).

Tanaman bangun-bangun (*Coleus amboinicus* L.) juga memiliki nama yang berbeda di setiap wilayah antara lain Sumatera Utara (Bangun-bangun), Melayu (Sukan), Sunda (Ajiran), Jawa Tengah (Jinten), Madura (Daun kambing), Bali (iwak), Nusa Tenggara Timur (kunuete) (Kepmenkes no.187 tahun 2017). Tanaman ini juga dapat ditanam langsung pada lahan secara hamparan atau dalam pot/ polybag untuk koleksi tanaman obat keluarga dipekarangan. Memiliki tampilan yang sangat menarik, daunnya yang berwarna hijau segar dan berbentuk bulat telur dengan tepi yang bergerigi sehingga terlihat sangat

sederhana namun cocok ditanam sebagai tanaman hias dalam pot. Cara menanam tanaman ini cukup tergolong mudah dan tidak perlu membutuhkan biaya yang banyak yaitu dengan stek batang.

### 2.2.1 Taksonomi dan Morfologi

#### a. Taksonomi

Sistematika taksonomi bangun-bangun adalah sebagai berikut:

|         |                                 |
|---------|---------------------------------|
| Kingdom | : <i>Plantae</i>                |
| Divisi  | : <i>Magnoliophyta</i>          |
| Kelas   | : <i>Dicotyledonae</i>          |
| Ordo    | : <i>Solanales</i>              |
| Family  | : <i>Labiatae(Lamiales)</i>     |
| Genus   | : <i>Coleus (Amboinicus)</i>    |
| Spesies | : <i>Coleus amboinicus Lour</i> |



**Gambar 2.1** daun bangun-bangun

#### b. Morfologi

Tanaman bangun-bangun merupakan tanaman perdu dari keluarga *Lamiaceae* yang batangnya tebal, lunak dan sedikit berkayu. Tinggi tanaman hampir 1 meter dan memiliki cabang-cabang:

##### i. Akar

Akar pada tanaman Torbangun termasuk ke dalam akar serabut dan akar tersebut dapat keluar dari ruas-ruas yang terdapat pada batang apabila bagian batangnya menyentuh tanah (Zakaria, 2012). Akar tanaman dapat berkembang dengan baik pada tanah yang gembur.

##### ii. Batang

Tanaman bangun-bangun memiliki ciri batang berbentuk bulat dan tebal, berkayu lunak dan beruas-ruas. Diameter pangkal batang  $\pm 15$  mm, batang tengah  $\pm 10$  mm dan ujung batang  $\pm 5$  mm. Batang bangun-bangun memiliki

karakteristik lunak dan terdapat ruas-ruas yang bila menyentuh tanah, maka bisa keluar akar pada bagian tersebut.

iii. Daun

Daun bangun-bangun memiliki tulang lunak, beruas, melingkar, dengan diametersekitar 15 mm, bagian tengah dan ujungnya sekitar 10 mm  $\pm$  5 mm. Daun yang masih segar bentuknya tebal, berwarna hijau tua, kedua permukaandaun licin (Permenkes no 6 tahun 2016) bagian pangkalnya, pertulangan menyirip dan bercabang-cabang membentuk gambaran seperti jala, permukaan berambut tebal.

iv. Bunga

Bunga daun bangun-bangun berwarna putih keunguan dengan interval jarak menyatu pada raceme yang panjang dan ramping dalam kumpulan yang padat. Tangkai sari menyatu di bagian bawah membentuk tabung mengelilingi putik. Biji Torbangun berwarna coklat pucat, berbentuk agak bulat, pipih dan permukaannya licin (Siagian, 2000 dalam Gurning, 2014).

### **2.2.2 Manfaat Daun Bangun-bangun**

Bangun-bangun (*Coleus ambonicus L.*) merupakan tanaman yang memiliki aktivitas sebagai antiepileptik, antimutagen, antitumor, antigenotosik, antiklastogenisitas, antiinflamasi, diuretik, antioksidan dan radioprotektif (Sulaiman dkk., 2018).

**Tabel 2.1** Kandungan gizi yang terdapat pada daun bangun-bangun

| Kandungan Gizi per 100 gr | Daun Bangun-bangun |
|---------------------------|--------------------|
| Energi (kkal)             | 27                 |
| Protein (mg)              | 1,3                |
| Lemak (g)                 | 0,6                |
| Karbohidrat total (g)     | 4                  |
| Serat pangan (g)          | 1                  |
| Abu (g)                   | 1,6                |
| Fosfor (mg)               | 40                 |
| Natrium (mg)              | 4                  |
| Kalium (mg)               | 144                |
| Tembaga (mg)              | 0                  |
| Kalsium (g)               | 27,9               |
| Besi (g)                  | 13,6               |
| Karoten (g)               | 13,28              |
| B-Karoten (mcg)           | 1489               |
| Vitamin A (mcg)           | 0                  |
| Vitamin B1 (mg)           | 0,16               |
| Vitamin B2 (mg)           | 0,1                |
| Vitamin B3 (mg)           | 0                  |
| Vitamin C (mg)            | 5                  |
| Air (g)                   | 92,5               |

Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI) 2019)

### 2.2.3 Standar Operasional Prosedur Daun Bangun-bangun

Daun bangun-bangun disajikan sebagai sup. Sup daun bangun-bangun dimasak oleh sebagian besar wanita Batak di Simalungun sebagai berikut:

- 200 gr daun bangun-bangun muda dan batangnya (0,5-1 cm dariujung)
- Cabang dibilas dan dibersihkan. Daunnya direndam kedalam air laludiperas untuk menghilangkan air yang rasanya pahit.
- Kemudian daun direbus sampai mendidih. Kemudian daun dimakan dan air rebusan di minum.

## 2.3 ASI

### 2.3.1 Defenisi ASI

Air Susu Ibu (ASI) merupakan cairan kehidupan terbaik yang mengandung berbagai zat dan sangat dibutuhkan oleh bayi. ASI sangat baik untuk pertumbuhan bayi dan sesuai kebutuhannya. Selain itu, ASI dapat meningkatkan kekebalan

tubuh sehingga bisa menjadi pelindung (imun) bagi bayi dari semua jenis infeksi (Bidan dan Dosen Kebidanan Indonesia, 2018). Undang Undang No.36 Tahun 2009 tentang Kesehatan, pada pasal 128 ayat (1) menyebutkan bahwa setiap bayi berhak mendapatkan Air Susu Ibu Eksklusif sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan, kecuali atas indikasi medis.

### **2.3.2 Kandungan Zat Gizi ASI**

#### **a. Karbohidrat**

Karbohidrat pada ASI berbentuk laktosa (gula susu) yang sangat tinggi dibandingkan dengan susu formula. Jumlah laktosa yang lebih banyak terkandung dalam ASI membuat rasa ASI menjadi lebih manis dibandingkan dengan susu formula. Laktosa akan difermentasikan menjadi asam laktat dalam pencernaan bayi, suasana asam memberi beberapa keuntungan bagi pencernaan bayi, antara lain:

- i. Menghambat pertumbuhan bakteri patologis.
- ii. Memacu pertumbuhan mikroorganisme yang memproduksi asam organik dan mensintesis protein.
- iii. Memudahkan terjadinya pengendapan dari Ca-caseinat.
- iv. Memudahkan absorpsi dari mineral seperti kalsium, fosfor dan magnesium.

#### **b. Protein**

ASI mengandung protein yang lebih rendah dibandingkan dengan susu formula, namun protein ASI yang disebut "*whey*" ini bersifat lebih lembut sehingga mudah dicerna oleh pencernaan bayi. Protein dalam ASI mengandung alfa-laktal bumin, sedangkan susu sapi mengandung laktoglobulin dan bovine serum albumin yang lebih sering menyebabkan alergi pada bayi (Rukiyah Aiyeyeh, dkk, 2011).

#### **c. Lemak**

Kadar lemak antara ASI dengan susu formula relatif sama, namun lemak dalam ASI mempunyai beberapa keistimewaan, antara lain:

- a. Bentuk emulsi lemak lebih sempurna karena ASI mengandung enzim lipase yang memecah trigliserida menjadi digliserida kemudian menjadi monogliserida sehingga lemak dalam ASI lebih mudah dicerna dalam pencernaan bayi.
- b. ASI mengandung asam lemak tak jenuh yaitu omega-3, omega-6 dan DHA yang dibutuhkan oleh bayi untuk membentuk jaringan otak.

#### **c. Vitamin**

Vitamin dalam ASI cukup lengkap, vitamin A, D, dan C cukup, sedangkan golongan vitamin B, kecuali riboflavin dan asam pantothenik kurang. Vitamin lain yang tidak terkandung dalam ASI bergantung pada diet ibu.

d. Air

ASI terdiri dari 88% air, air berguna untuk melarutkan zat-zat yang terkandung dalam ASI. Kandungan air dalam ASI yang cukup besar juga bisa meredakan rasa haus pada bayi.

### **2.3.3 Tanaman yang Dapat Meningkatkan Produksi ASI**

a. Daun Bangun-bangun

Daun bangun-bangun terdapat galactagogue yang ditunjukkan dengan adanya saponin flavanoid dan polifenol. Zat galactogue ini sendiri dapat meningkatkan hormon prolaktin dan oksitosin sehingga dapat meningkatkan produksi ASI.

b. Daun Katuk

Daun katuk mengandung polifenil dan steroid yang berperan dalam merangsang alveoli untuk memproduksi ASI, serta merangsang hormon oksitosin untuk memacu pengeluaran dan pengaliran ASI dapat memperlancar pengeluaran ASI ibu yang menyusui.

c. Klabet

Klabet mengandung phytoestrogen, sebuah zat yang serupa dengan hormon estrogen pada tubuh wanita. Karena phytoestrogen memiliki sifat yang sama dengan hormon estrogen, maka zat ini juga dapat pada reseptor hormon estrogen yang pada akhirnya meningkatkan produksi ASI.

d. Daun Kelor

Daun kelor mengandung senyawa fito lesterol yang dapat merangsang dan melancarkan produksi ASI.

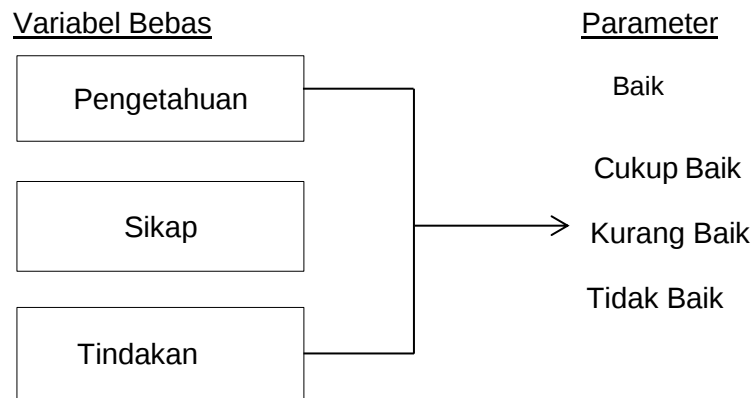
e. Kacang hijau

Asam folat pada kacang hijau, akan membantu kamu yang mengalami kesulitan menyusui, seperti ASI cepat kering atau produksi ASI terhambat. Konsumsi kacang hijau secara rutin sejak masa kehamilan, akan membantu dalam memperlancar ASI pasca melahirkan.

f. Buah Pepaya

Buah pepaya hijau juga bisa membantu untuk memperlancar produksi ASI karena mengandung galactagogue. Galactagogue yang ada di dalam sumber makanan ini dipercaya bisa meningkatkan persediaan ASI (Aliyanto2019).

## 2.4 Kerangka Konsep



**Gambar 2.4.** Kerangka konsep