

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. ASI Eksklusif

1. Definisi ASI Eksklusif

ASI (Air Susu Ibu) adalah istilah untuk cairan putih yang dihasilkan oleh kelenjar payudara wanita melalui proses laktasi. ASI juga merupakan makanan pertama dan utama pada bayi. ASI eksklusif diberikan kepada bayi selama enam bulan tanpa tambahan cairan lain seperti susu formula, air jeruk, madu, air teh, air putih dan tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, pepaya, bubur susu, biskuit, bubur nasi dan tim. Selanjutnya ASI yang akan dilanjutkan sampai usia 2 tahun dengan yaitu dengan bantuan MPASI. (Roesli, 2014) dalam (Ampu, 2018).

ASI Eksklusif juga sebagai sumber gizi yang ideal karena komposisinya seimbang secara alami dan sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan bayi. Selain mudah didapat dan juga pemberiannya bisa dilakukan setiap hari serta menjadi makanan pertama yang sempurna untuk bayi. Kandungan gizinya yang tinggi serta melengkapi nutrisi bayi membuat ASI Eksklusif tidak dapat digantikan dengan susu formula (Puspitaningrum, 2018).

2. Macam-Macam ASI

Menurut (Maryunani, 2012) ASI dibedakan dalam tiga stadium yaitu: kolostrum, air susu transisi, dan air susu matur. Komposisi ASI hari 1-4 (kolostrum), ASI hari ke 5-10 (transisi) dan ASI matur. Masing-masing dibedakan sebagai berikut:

a. Kolostrum

- 1) Kolostrum adalah air susu yang pertama kali keluar.
- 2) Kolostrum merupakan cairan yang pertama kali disekresi oleh kelenjar mammae yang mengandung tissue debris dan residual material yang terdapat dalam alveoli dan duktus pada kelenjar mammae, sebelum dan segera sesudah melahirkan.
- 3) Kolostrum ini disekresi oleh kelenjar payudara pada hari pertama sampai sampai hari keempat pasca persalinan.

- 4) Kolostrum merupakan cairan dengan viskositas kental, lengket dan berwarna kekuningan.
- 5) Kolostrum merupakan cairan yang pertama kali keluar, berwarna kekuning-kuningan. Banyak mengandung protein, antibodi (kekebalan tubuh), imunoglobulin.
- 6) Kolostrum berfungsi sebagai perlindungan terhadap infeksi pada bayi, dapat dijelaskan sebagai berikut:
 - a) Apabila ibu terinfeksi, maka sel darah putih dalam tubuh membuat perlindungan terhadap tubuh.
 - b) Sebagian sel darah putih menuju payudara dan membentuk antibodi.
 - c) Antibodi yang terbentuk, keluar melalui ASI sehingga melindungi bayi.
- 7) Kolostrum mengandung tinggi protein, mineral, garam, vitamin A, nitrogen, sel darah putih dan antibodi yang tinggi dari pada ASI matur.
- 8) Kolostrum mengandung protein, vitamin A yang tinggi dan mengandung karbohidrat dan lemak rendah, sehingga sesuai dengan kebutuhan gizi bayi pada hari pertama kelahiran.
- 9) Selain itu, kolostrum masih mengandung rendah lemak dan laktosa.
- 10) Protein utama pada kolostrum adalah imunoglobulin (IgG, IgA, dan IgM) yang digunakan sebagai zat antibodi untuk mencegah dan menetralkan bakteri, virus, jamur, dan parasite.
- 11) Kolostrum mengandung zat kekebalan terutama IgA untuk melindungi bayi dari berbagai penyakit infeksi terutama diare.
- 12) Jumlah kolostrum yang diproduksi bervariasi tergantung dari hisapan bayi pada hari pertama kelahiran.
- 13) Walaupun sedikit namun cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi. Oleh karena itu kolostrum harus diberikan pada bayi.
- 14) Meskipun kolostrum yang keluar sedikit menurut ukuran kita, tetapi volume kolostrum antara 150-300 ml/24 jam.

15) Kolostrum juga merupakan pencacah ideal untuk membersihkan zat yang tidak terpakai dari usus bayi yang baru lahir dan mempersiapkan saluran pencernaan makanan bagi bayi. Artinya, membantu mengeluarkan mekonium yaitu kotoran bayi yang pertama berwarna hitam kehijauan.

16) Perbandingan Kolostrum dengan ASI matur:

- a) Kolostrum lebih kuning dibandingkan dengan ASI matur.
- b) Kolostrum lebih banyak mengandung protein dibandingkan dengan ASI matur, sedangkan ASI matur protein yang utama adalah casein, pada kolostrum adalah globulin, sehingga dapat memberikan daya perlindungan bagi bayi sampai enam bulan pertama.
- c) Kolostrum lebih rendah kadar karbohidrat dan lemaknya dibandingkan dengan ASI matur.
- d) Total energi lebih rendah dibandingkan ASI matur yaitu 58 kalori/100 ml kolostrum.
- e) Kolostrum bila dipanaskan menggumpal, sementara ASI matur tidak.
- f) Kolostrum lemaknya lebih banyak mengandung kolesterol dan lecithin dibandingkan dengan ASI matur.

b. Air Susu Transisi/Peralihan

- 1) ASI peralihan adalah ASI yang keluar setelah kolostrum sampai sebelum ASI matang, yaitu sejak hari keempat sampai hari kesepuluh.
- 2) Merupakan ASI peralihan dari kolostrum menjadi ASI matur. Terjadi pada hari keempat sampai hari kesepuluh, berisi karbohidrat dan lemak dan volume ASI meningkat.
- 3) Kadar protein semakin rendah, sedangkan kadar lemak dan karbohidrat semakin tinggi.
- 4) Selama dua Minggu, volume air susu bertambah banyak dan berubah warna serta komposisinya.
- 5) Kadar imunoglobulin dan protein menurun, sedangkan lemak dan laktosa meningkat.

c. Air Susu Matur

- 1) ASI matur disekresi pada hari ke sepuluh dan seterusnya.
- 2) ASI matur tampak berwarna putih kekuning-kuningan, karena mengandung casein, riboflavin dan karotin.
- 3) Kandungan ASI matur relatif konstan, tidak menggumpal bila dipanaskan.
- 4) Merupakan makanan yang dianggap aman bagi bayi, bahkan ada yang mengatakan pada ibu yang sehat ASI merupakan makanan satu-satunya yang diberikan selama enam bulan pertama bagi bayi.
- 5) Air susu yang mengalir pertama kali atau saat lima menit pertama disebut foremilk.
 - a) Foremilk lebih encer.
 - b) Foremilk mempunyai kandungan rendah lemak dan tinggi laktosa, gula, protein, mineral, dan air.
- 6) Selanjutnya, air susu berubah menjadi hindmilk.
 - a) Hindmilk kaya akan lemak dan nutrisi.
 - b) Hindmilk membuat bayi akan lebih cepat kenyang.
- 7) Dengan demikian, bayi akan membutuhkan keduanya baik foremilk maupun hindmilk.
- 8) Komposisi Foremilk (ASI permulaan) berbeda dengan Hindmilk (ASI paling akhir).
- 9) Volume 300-850ml/24 jam.

3. Komposisi ASI Eksklusif

Kandungan ASI nyaris tak tertandingi. ASI mengandung zat gizi yang secara khusus diperlukan untuk menunjang proses tumbuh kembang otak dan memperkuat daya tahan alami tubuhnya, (Maryunani, 2012a)

a. Laktosa (Karbohidrat)

- 1) Laktosa merupakan jenis karbohidrat utama dalam ASI yang berperan penting sebagai sumber energi.
- 2) Laktosa (gula susu) merupakan satu-satunya karbohidrat yang terdapat dalam ASI murni.

- 3) Sebagai sumber penghasil energi, sebagai karbohidrat utama, meningkatkan penyerapan kalsium dalam tubuh, merangsang tumbuhnya laktobasilus bifidus.
- 4) Laktobasilus bifidus berfungsi menghambat pertumbuhan mikroorganisme dalam tubuh bayi yang dapat menyebabkan berbagai penyakit atau gangguan kesehatan.
- 5) Selain itu laktosa juga akan diolah menjadi glukosa dan galaktosa yang berperan dalam perkembangan sistem saraf.
- 6) Zat gizi ini membantu penyerapan kalsium dan magnesium di masa pertumbuhan bayi.
- 7) Komposisi laktosa dalam ASI: 7gr/100ml.

b. Lemak

- 1) Lemak merupakan zat gizi terbesar kedua di ASI dan menjadi sumber energi utama bayi serta berperan dalam pengaturan suhu tubuh bayi.
- 2) Berfungsi sebagai penghasil kalori/energi utama, menurunkan risiko penyakit jantung di usia muda.
- 3) Lemak di ASI mengandung komponen asam lemak esensial yaitu: asam linoleat dan asam alfa linolenat yang akan diolah oleh tubuh bayi menjadi AA dan DHA.
 - a. Arachidonic Acid (AA) dan Decosahexanoic Acid (DHA) adalah asam lemak tak jenuh rantai panjang (polyunsaturated fatty acids) yang diperlukan untuk pembentukan sel-sel otak yang optimal.
 - b. Jumlah DHA dan AA dalam ASI sangat mencukupi untuk menjamin pertumbuhan dan kecerdasan anak.
 - c. Disamping itu, DHA dan AA dalam tubuh dapat dibentuk/disintesa dari substansi pembentuknya (precursor) yaitu masing-masing dari Omega 3 (asam linolenat) dan Omega 6 (asam linoleat).
 - d. AA dan DHA sangat penting untuk perkembangan otak bayi.
 - e. AA dan DHA merupakan zat yang diperoleh dari perubahan omega 3 dan omega 6 yang berfungsi untuk perkembangan otak janin dan bayi.

- 4) Komposisi lemak dalam ASI : 3,7 - 4,8 gr/100ml
- 5) Ciri ciri khas 'Lemak dalam ASI' secara rinci dapat dijelaskan sebagai berikut :
 - a. Kadar lemak dalam ASI pada mulanya rendah kemudian meningkat jumlahnya.
 - b. Lemak dalam ASI berubah kadarnya setiap kali dihisap oleh bayi dan hal ini terjadi secara otomatis. Komposisi lemak pada lima menit pertama isapan akan berbeda dengan 10 menit kemudian.
 - c. Kadar lemak pada hari pertama berbeda dengan hari kedua dan akan terus berubah menurut perkembangan bayi dan kebutuhan energi yang diperlukan.
 - d. Jenis lemak yang ada dalam ASI mengandung lemak rantai panjang yang dibutuhkan oleh sel jaringan otak dan sangat mudah dicerna karena mengandung enzim lipase.
 - e. Lemak dalam bentuk Omega 3, Omega 6, dan DHA yang sangat diperlukan untuk pertumbuhan sel-sel jaringan otak.
 - f. Susu formula tidak mengandung enzim, karena enzim akan mudah rusak bila dipanaskan. Dengan tidak adanya enzim, bayi akan sulit menyerap lemak PASI sehingga menyebabkan bayi lebih mudah terkena diare.
 - g. Jumlah asam linoleat dalam ASI sangat tinggi dan perbandingannya dengan PASI yaitu: 6:1.
 - h. Asam linoleat adalah jenis asam lemak yang tidak dapat dibuat oleh tubuh yang berfungsi untuk memacu perkembangan sel saraf otak bayi.

c. Protein

- 1) Memiliki fungsi untuk pengatur dan pembangun tubuh bayi
- 2) Komponen dasar dari protein adalah asam amino, berfungsi sebagai pembentuk struktur otak.
- 3) Protein dalam susu adalah whey dan casein/kasein.
 - a. ASI memiliki perbandingan antara Whey dan Casein yang sesuai untuk bayi.

- b. Rasio Whey dengan Casein merupakan salah satu keunggulan ASI dibandingkan dengan susu sapi.
 - c. ASI mengandung whey lebih banyak yaitu 65:35
 - d. Komposisi ini menyebabkan protein ASI lebih mudah diserap.
 - e. Sedangkan pada susu sapi mempunyai perbandingan Whey : Casein adalah 20: 80, sehingga tidak mudah diserap.
 - f. Whey lebih mudah dicerna dibandingkan dengan casein (yang merupakan protein utama susu sapi).
- 4) Beberapa jenis asam amino tertentu, yaitu sistin, taurin, triptofan, dan fenilalanin merupakan senyawa yang berperan dalam proses ingatan.
- 5) Sistin dan taurin merupakan dua macam asam amino yang tidak terdapat dalam susu sapi.
- a) Sistin: diperlukan untuk pertumbuhan somatik.
 - b) Taurin: Neotransmitter yang baik untuk perkembangan otak anak.
- 6) Komposisi dalam ASI: Protein- 0,8-1,0gr/100ml.
- 7) Ciri-ciri khas 'Protein dalam ASI secara rinci dapat dijelaskan sebagai berikut :
- a. Protein dalam ASI lebih rendah dibandingkan dengan PASI
 - b. Namun demikian protein ASI sangat cocok karena unsur protein di dalamnya hampir seluruhnya terserap oleh sistem pencernaan bayi yaitu protein unsur Whey
 - c. Perbandingan protein unsur Whey dan casein dalam ASI adalah 80:40, sedangkan dalam PASI 20:30
 - d. Artinya protein pada PASI hanya sepertiganya protein ASI yang dapat diserap oleh sistem pencernaan bayi dan harus membuang dua kali lebih banyak protein yang sukar diabsorpsi
 - e. Hal ini yang memungkinkan bayi akan sering menderita diare dan defekasi dengan feses berbentuk biji cabe yang menunjukkan adanya makanan yang sukar diserap bila bayi diberikan PASI.

d. Garam dan Mineral

- 1) ASI mengandung mineral yang lengkap walaupun kadarnya relatif rendah, tetapi bisa mencukupi kebutuhan bayi sampai berumur 6 bulan.
- 2) Zat besi dan kalsium dalam ASI merupakan mineral yang sangat stabil dan mudah diserap dan jumlahnya tidak dipengaruhi oleh diet ibu.
 - a. Zat besi: zat yang membantu pembentukan darah untuk menghindarkan bayi dari penyakit kurang darah atau anemia.
 - b. Ferum : Fe rendah tapi mudah diserap.
- 3) Dalam PASI kandungan mineral jumlahnya tinggi, tetapi sebagian besar tidak dapat diserap hal ini akan memperberat kerja usus bayi serta mengganggu keseimbangan dalam usus dan meningkatkan pertumbuhan bakteri yang merugikan sehingga mengakibatkan kontraksi usus bayi tidak normal. Bayi akan kembung, gelisah karena obstipasi atau gangguan metabolisme.

e. Vitamin

- 1) ASI mengandung berbagai vitamin yang diperlukan bayi.
- 2) ASI mengandung vitamin yang lengkap yang dapat mencukupi kebutuhan bayi sampai 6 bulan kecuali vitamin K, karena bayi baru lahir ususnya belum mampu membentuk vitamin K.
- 3) Vitamin-vitamin tersebut, adalah Vitamin : ADEK antara lain:
 - a. Vitamin A: Vitamin yang sangat berguna bagi perkembangan penglihatan bayi.
 - b. Vitamin D
 - c. Vitamin E: terdapat terutama dalam kolostrum.
 - d. Vitamin K: berfungsi sebagai katalisator pada proses pembekuan darah terdapat dalam ASI dengan jumlah yang cukup dan mudah diserap. Karena bayi baru lahir ususnya belum mampu membentuk vitamin K. Maka setelah lahir, biasanya bayi diberikan tambahan vitamin K.

Komposisi Kolostrum, ASI Transisi dan ASI Matur menurut (Maryunani, 2012) ditunjukkan dalam tabel 1 sebagai berikut:.

Tabel 1. Komposisi Kolostrum, ASI Transisi dan ASI Matur

Komposisi	Kolostrum	ASI Transisi	ASI Matur
Energi (kkal)	57,0	63,0	65,0
Laktosa (gr/100ml)	6,5	6,7	7,0
Lemak (gr/100 ml)	2,9	3,6	3,8
Protein (gr/100 ml)	1,195	0,965	1,324
Mineral (gr/100 ml)	0,3	0,3	0,2
Imunoglobulin:			
Ig A (mg/100 ml)	335,9	-	119,6
Ig G (mg/100 ml)	5,9	-	2,9
Ig M (mg/100 ml)	17,1	-	2,9
Lisosin (mg/100 ml)	14,2-16,4	-	24,3-27,5
Laktoferin	420-520	-	250-270

Sumber : (Maryunani, 2012)

4. Manfaat ASI Eksklusif

Manfaat pemberian ASI eksklusif menurut (Mufdillah, 2017) yaitu :

a. Bagi bayi

- 1) Sebagai nutrisi lengkap.
- 2) Meningkatkan daya tahan tubuh.
- 3) Meningkatkan kecerdasan mental dan emosional yang stabil serta spiritual yang matang diikuti perkembangan sosial yang baik.
- 4) Mudah dicerna dan diserap.
- 5) Gigi, langit-langit dan rahang tumbuh secara sempurna.
- 6) Memiliki komposisi lemak, karbohidrat, kalori, protein, vitamin.
- 7) Perlindungan penyakit infeksi meliputi otitis media akut, diare dan saluran pernapasan.
- 8) Perlindungan alergi karena dalam ASI mengandung antibodi.
- 9) Memberikan rangsang intelegensi dan saraf.
- 10) Meningkatkan kesehatan dan kecerdasan secara optimal.

b. Bagi ibu

- 1) Terjalin kasih sayang.
- 2) Membantu menunda kehamilan (KB alami).
- 3) Mempercepat pemulihan kesehatan.
- 4) Mengurangi risiko perdarahan dan kanker payudara.
- 5) Lebih ekonomis dan hemat.
- 6) Mengurangi risiko penyakit kardio vaskuler.
- 7) Secara psikologi memberikan kepercayaan diri.
- 8) Memberikan kepuasan ibu karena kebutuhan bayi dapat

terpenuhi.

5. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif

Dalam buku Promosi kesehatan dan Perilaku (Martina pakpahan, 2021) terdapat beberapa teori yang mempengaruhi perilaku salah satunya teori Lawrence Green, bahwa kesehatan seseorang dipengaruhi oleh faktor perilaku dan faktor diluar perilaku yang dapat dikaitkan dengan perubahan perilaku seseorang dalam melakukan pemberian ASI eksklusif yaitu :

a. Faktor Predisposisi

Faktor predisposisi merupakan faktor yang terdapat dalam diri guna mempermudah, mendasari atau memotivasi untuk melakukan suatu tindakan tertentu. Secara umum, dapat dikatakan faktor predisposisi sebagai pertimbangan-pertimbangan personal dari suatu individu atau kelompok yang mempengaruhi terjadinya suatu perilaku. Pertimbangan tersebut dapat mendukung atau menghambat terjadinya perilaku. Salah satu faktor predisposisi yang dimaksud adalah pengetahuan. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Maka seseorang yang memiliki pengetahuan yang baik akan cenderung melakukan hal-hal yang positif termasuk dalam praktik memberikan ASI eksklusif.

b. Faktor Pemungkin

Faktor pemungkin yaitu faktor yang memungkinkan untuk terjadinya perilaku tertentu atau menungkinkan suatu motivasi direalisasikan. Faktor pemungkin juga meliputi keterampilan baru yang diperlukan seseorang, organisasi atau masyarakat untuk membuat suatu perubahan perilaku atau lingkungan. Faktor pemungkin menjadi target antara dari intervensi program pada masyarakat atau organisasi. Dalam hal pemberian ASI eksklusif dapat berupa penyediaan fasilitas kesehatan menyusui, pemberian informasi dan anjuran terkait ASI eksklusif melalui informasi tertulis dan gambar tentang ASI eksklusif seperti memasang spanduk di halaman, pesan gambar yang ditempelkan pada dinding di tempat pelayanan kesehatan. Hal ini

berkaitan dengan keterampilan petugas kesehatan dalam menarik perhatian masyarakat sehingga masyarakat sekitar dapat dengan mudah menangkap pesan yang disampaikan tersebut (Susila, 2018)

c. Faktor Pendukung

Faktor pendukung adalah faktor yang ada diluar diri individu dapat terjadi di lingkungan, dan dapat memperkuat terjadinya perilaku tertentu dengan bantuan orang lain. Dukungan keluarga dapat mempengaruhi sikap dan perilaku ibu. Ketika keluarga mendukung ibu, maka ibu memiliki motivasi yang lebih untuk bertindak, yang akan menimbulkan rasa kepercayaan dan senang ibu, sehingga ibu akan memiliki kemauan yang tinggi yaitu untuk mencapai kesehatan anak (Simanjuntak et al., 2022).

B. Pengetahuan

1. Definisi Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan muncul dari pengalaman seseorang yang berasal dari penginderaan terhadap objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui fungsi panca indra yaitu dengan cara melihat, mencium, mendengar, merasakan dengan lidah dan meraba dengan kulit. Sehingga, dari hal itulah seseorang bisa melakukan suatu tindakan atas apa yang dia peroleh yang baik, tetapi tidak seluruhnya yang menyusui bayinya secara Eksklusif (Ramli,2020).

Pengetahuan ibu yang kurang tentang ASI eksklusif akan menyebabkan gagalnya pemberian ASI eksklusif karena ibu tidak mempunyai motivasi untuk memberikan ASI kepada bayinya dan sebaliknya pengetahuan ibu yang baik akan menyebabkan keberhasilan dalam pemberian ASI eksklusif sehingga ibu termotivasi untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayinya (Astuti, 2013) dalam (Polwandari & Wulandari, 2021).

2. Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo dalam (A Wawan dan Dewi M), Tingkat pengetahuan dibagi atas 6 tingkatan yaitu:

- 1) Tahu (know) yang diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Pengetahuan dalam tingkat ini kebal terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari. Oleh karena itu tahu merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, menguraikan, menyatakan dan sebagainya.
- 2) Memahami (comprehension) diartikan sebagai kemampuan menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasi materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari. Misalnya dapat menjelaskan mengapa harus makan makanan yang bergizi.
- 3) Aplikasi (application) diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi (sebenarnya). Aplikasi di sini dapat diartikan aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi lain.
- 4) Analisis (analysis) adalah suatu kemampuan menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam suatu struktur organisasi tersebut, dan masih ada kaitannya satu sama lain.
- 5) Sintesis (synthesis) menunjukkan kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis itu suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.
- 6) Evaluasi (evaluation) berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang ada.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut (Notoatmodjo, 2010) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu:

1) Pendidikan

Pendidikan adalah salah satu usaha untuk meningkatkan karakter seseorang agar orang tersebut dapat memiliki kemampuan yang baik.

2) Informasi

Informasi adalah suatu pengetahuan yang didapatkan dari pembelajaran, pengalaman, atau instruksi. Informasi ini juga sebenarnya dapat ditemui di dalam kehidupan sehari-hari karena informasi ini bisa kita jumpai disekitar lingkungan kita baik itu keluarga, kerabat, atau media lainnya.

3) Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada disekitar individu, baik itu lingkungan fisik, biologis, maupun sosial.

4) Usia

Usia dapat mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia maka akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuannya semakin membaik.

C. Dukungan Keluarga

1. Definisi Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Ibu membutuhkan dukungan keluarga untuk merawat bayinya. Kurangnya dukungan dapat mempengaruhi sikap dan perilaku ibu. Ketika keluarga mendukung ibu, ibu mempunyai semangat lebih untuk melakukan hal-hal positif yang bermanfaat bagi kesehatan (Simanjuntak et al., 2022).

Dukungan keluarga dapat dipengaruhi oleh tipe keluarga. Menurut (Suyasa, 2014) pembagian tipe keluarga tergantung pada konteks

keilmuan dan orang yang mengelompokkan. Secara tradisional tipe keluarga dibagi menjadi dua yaitu:

- a. Keluarga inti (*nuclear family*) adalah keluarga yang terdiri dari ayah, ibu dan anak yang diperoleh dari keturunannya atau keduanya.
- b. Keluarga besar (*extended family*) adalah keluarga inti ditambah anggota keluarga lain yang masih memiliki hubungan darah seperti kakek, nenek, paman, bibi.

2. Bentuk Dukungan Keluarga

Friedman (2013) dalam (Susanti & Hety, 2021) bentuk dukungan keluarga dibagi menjadi empat dimensi yaitu :

1) Dukungan Emosional

Dukungan emosional adalah dukungan keluarga sebagai tempat yang aman dan damai untuk istirahat dan pemulihan serta membantu penguasaan terhadap emosi. Aspek-aspek dari dukungan emosional meliputi dukungan yang diwujudkan dalam bentuk afeksi, adanya kepercayaan, perhatian, mendengarkan dan didengarkan. Dukungan emosional melibatkan ekspresi empati, perhatian, pemberi semangat, kehangatan pribadi, cinta atau bantuan emosional.

2) Dukungan Instrumental

Dukungan instrumental adalah keluarga merupakan sumber pertolongan praktis dan konkrit, diantaranya yaitu dalam kebutuhan keuangan, makan, minum, dan istirahat.

3) Dukungan Informasional

Dukungan informasional adalah keluarga berfungsi sebagai pemberi informasi, dimana keluarga menjelaskan tentang pemberian saran, sugesti, informasi yang dapat mengungkapkan suatu masalah. Aspek-aspek dalam dukungan ini adalah nasehat, usulan, saran, petunjuk dan pemberian informasi.

4) Dukungan Penilaian atau Penghargaan

Dukungan penilaian atau penghargaan adalah keluarga

bertindak membimbing dan menengahi pemecahan masalah, sebagai sumber validator identitas anggota keluarga diantaranya memberikan support, penghargaan, dan penilaian.

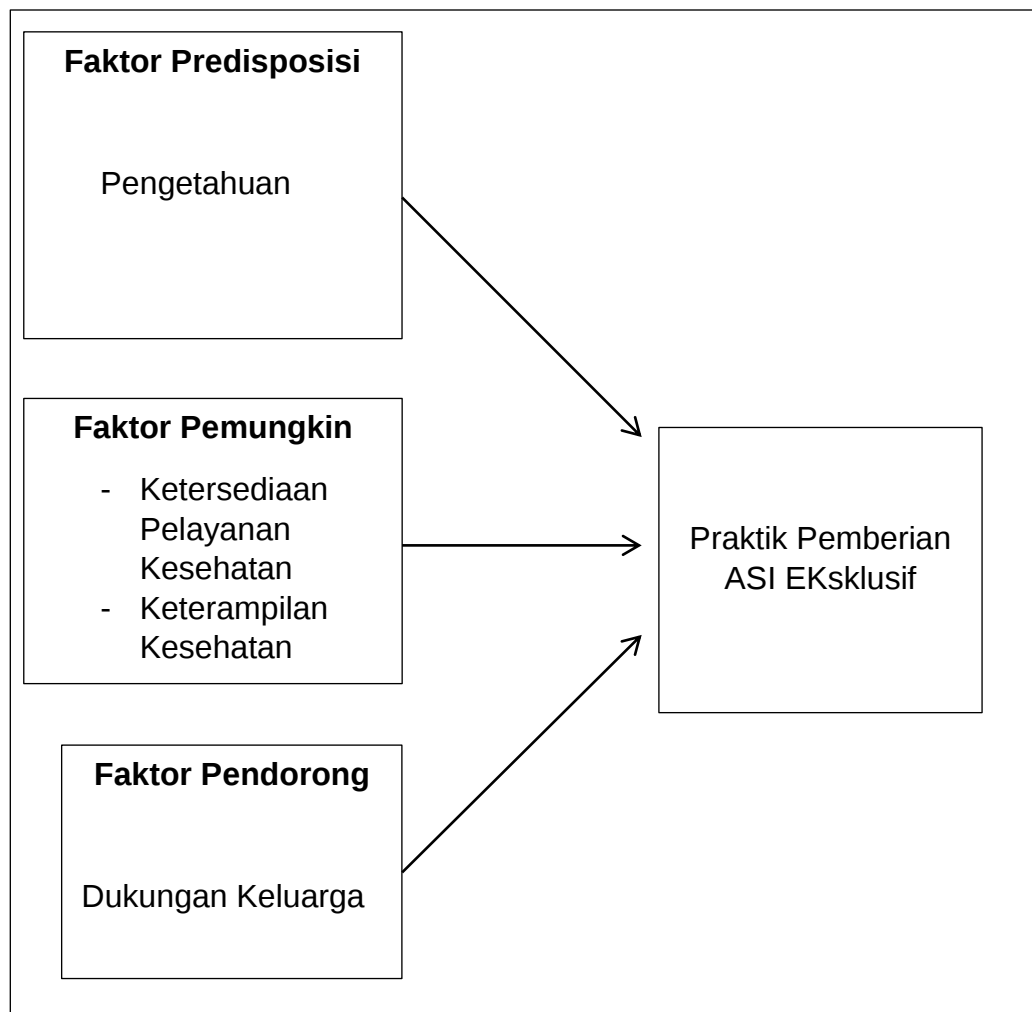
Adapun faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga adalah kelas sosial ekonomi meliputi tingkat pendapatan atau pekerjaan dan tingkat pendidikan. Dalam keluarga kelas menengah, suatu hubungan yang lebih demokratis dan adil mungkin ada, sementara dalam keluarga kelas bawah, hubungan yang ada lebih otoritas dan otokrasi. Selain itu orangtua dan kelas sosial menengah mempunyai tingkat dukungan, afeksi dan keterlibatan yang lebih tinggi daripada orangtua kelas sosial bawah. Faktor lainnya adalah tingkat pendidikan, semakin tinggi tingkat pendidikan kemungkinan semakin tinggi dukungan yang diberikan pada keluarga yang sakit.

3. Cara Menilai Dukungan Keluarga

Untuk mengetahui dukungan keluarga dapat diukur dengan menggunakan kuesioner yang terdiri dari empat jenis dukungan keluarga yaitu dukungan emosional, dukungan penilaian, dukungan instrumental, dan dukungan informasional. Sesuai pendapat (Nursalam, 2008) dalam (Luthfiyaningtyas, 2016) tentang hasil pengukuran yang diukur menggunakan skala likert kemudian dikategorikan sebagai berikut :

- a) Keluarga mendukung jika hasil persentase >70
- b) Keluarga tidak mendukung jika hasil persentase < 70

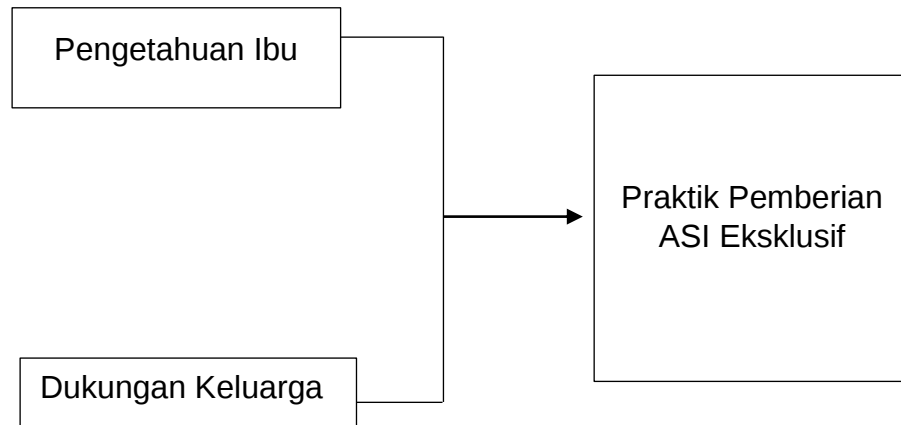
D. Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori

Sumber: (Buku Promosi dan Perilaku Kesehatan, 2021)

D. Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep

Keterangan

Variabel Dependent : Praktik Pemberian ASI Eksklusif

Variabel Independent : Pengetahuan Ibu tentang ASI eksklusif dan Dukungan Keluarga

E. Definisi Operasional

Tabel 2. Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Skala Ukur
1.	Pengetahuan Ibu Tentang ASI Eksklusif	Kemampuan ibu mengenai ASI Eksklusif meliputi definisi ASI Eksklusif, manfaat ASI bagi ibu dan bayi dinilai berdasarkan kuesioner yang terdiri dari 10 pertanyaan pada jawaban benar diberi skor 1 dan pada jawaban salah diberi skor 0 dengan persentase: $\frac{\sum skor\ benar}{10} \times 100\%$ 1. Baik, bila hasil persentase benar 76-100% 2. Tingkat pengetahuan cukup bila nilai jawaban benar 56-75% 3. Tingkat pengetahuan kurang bila nilai jawaban benar <56%	Ordinal
2.	Dukungan Keluarga	Bentuk dorongan keluarga kepada ibu terkait pemberian ASI eksklusif yang terdiri dari dukungan emosional, dukungan Penilaian, dukungan instrumental, dukungan informasional yaitu: 1. Keluarga mendukung praktik pemberian ASI Eksklusif jika hasil persentase >70 2. Keluarga tidak mendukung praktik pemberian ASI Eksklusif jika hasil persentase <70	Ordinal
3.	Praktik pemberian ASI Eksklusif	Pemberian ASI pada bayi tanpa tambahan makanan apapun diukur oleh jangka waktu pemberian ASI minimal hingga 6 bulan yang dinilai menggunakan kuesioner sebanyak 5. 1. ASI Eksklusif jika semua jawaban "Ya" pada soal 1-5 2. Tidak ASI Eksklusif jika jawaban "Tidak" pada soal 1	Ordinal

F. Hipotesis

- Ho₁ : Tidak ada hubungan Pengetahuan Ibu tentang ASI Eksklusif dengan Praktik Pemberian ASI Eksklusif Pada Anak Usia 6-24 Bulan Di Desa Pagar Jati Kecamatan Lubuk Pakam
- Ho₂ : Tidak ada hubungan Dukungan Keluarga dengan Praktik Pemberian ASI Eksklusif Pada Anak Usia 6-24 Bulan Di Desa Pagar Jati Kecamatan Lubuk Pakam
- Ha₁ : Ada hubungan Pengetahuan Ibu tentang ASI Eksklusi dengan Praktik Pemberian ASI Eksklusif Pada Anak Usia 6-24 Bulan Di Desa Pagar Jati Kecamatan Lubuk Pakam
- Ha₂ : Ada hubungan dukungan keluarga dengan Praktik Pemberian ASI Eksklusif Pada Anak Usia 6-24 Bulan Di Desa Pagar Jati Kecamatan Lubuk Pakam