BAB II
TINJAUAN PUSTAKA

A. Edukasi Gizi

1. Pengertian

Edukasi gizi merupakan rangkaian pengalaman pembelajaran yang dirancang untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, serta sikap individu atau kelompok, melalui penyuluhan dan media edukasi. Untuk mendorong perubahan kebiasaan yang baik. Tujuan edukasi gizi tidak hanya untuk menyampaikan informasi tetapi juga mendorong perubahan perilaku yang mendukung perilaku yang positif dan kesehatan optimal. Edukasi gizi melibatkan strategi pembelajaran, interaksi antar sasaran dan penyampaian materi yang didukung oleh lingkungan yang kondusif bagi perubahan perilaku gizi tersebut (Hanik , Amelia, 2021).

2. Tujuan Edukasi Gizi

Meningkatkan pengetahuan individu atau kelompok sehingga memiliki pemahaman yang lebih baik (Hanik , Amelia, 2021).

a. Meningkatkan pengetahuan suami tentang ASI
b. Mendorong perubahan perilaku, sikap positif suami terhadap pemberian ASI
c. Meningkatkan kemampuan praktis atau keterampilan dalam dukungan nyata
d. Mendorong perubahan perilaku keluarga dalam mendukung praktik pemberian ASI
e. Meningkatan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

B. Media

1. Pengertian Media

Media atau alat peraga, salah satu sarana yang penting untuk proses pendidikan dan konsultasi gizi. Media memiliki fungsi sebagai alat bantu untuk menyampaikan informasi agar yang diberikan lebih mudah dipahami oleh sasaran. Peran media sangat strategis dalam memperjelas pesan untuk meningkatkan efektivitas dalam proses konseling. Melalui media, pesan gizi yang disampaikan akan jauh lebih menarik,sistematis, dan interaktif untuk meningkatkan perhatian, pemahaman, serta perubahan pengetahuan dan sikap sasaran (Femyliati and Kurniasari, 2021).

Seorang penyuluh atau konselor gizi harus mengenal, memilih, menggunakan, dan menilai alat peraga untuk menyesuaikan dengan sasaran, tujuan, dan situasi tempat. Diharapkan dengan menggunakan media dapat meningkatkan proses

edukasi gizi. Salah satu media edukasi yang mudah dan interaktif adalah kartu ASI (Caliston, 2025).

Kartu ASI merupakan media edukatif seperti kartu informasi yang isinya seputar ASI eksklusif, manfaat, serta pentingnya peran suami cara edukatifnya seperti bermain kartu. Media kartu ASI didesain dengan visual yang menarik, menggunakan bahasa komunikatif, dan pendekatan yang menyenangkan mampu melibatkan sasaran terkhusus suami (Purbasary, 2022). Menggunakan media yang berbentuk kartu ASI mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap sesuai dengan topik yang diberikan dalam konteks tentang ASI, kartu ini mampu memperkuat diskusi serta komitmen untuk pemberian ASI eksklusif (Jasiah, 2023).

2. Manfaat Alat Peraga

Manfaat dari alat peraga mampu untuk memperjelas pesan pesan yang akan disampaikan, di samping itu alat peraga mampu menambah efektivitas proses Pendidikan dan konsultasi gizi, secara perincian manfaat dari alat peraga adalah (Priawantiputri, Rahmat and Purnawan, 2019).

a. Meningkatkan minat dari kelompok sasaran
b. Membuat kelompok sasaran lebih mengerti
c. Membuat kelompok sasaran dapat mengingat lebih baik
d. Membuat kelompok sasaran meneruskan apa yang didapat kepada orang lain
e. Membuat kelompok sasaran menerapkan apa yang telah dipelajari
f. Mampu mencapai sasaran lebih banyak
g. Membuat kelompok sasaran belajar lebih banyak

3. Jenis Media

Pengelompokan media pembelajaran secara umum dapat dilihat berdasarkan kemampuannya dalam merangsang indera penerima pesan. Berdasarkan rangsangan indera tersebut, media pembelajaran dibedakan menjadi beberapa jenis yaitu sebagai berikut:

a. Media Berbasis Cetak

Media berbasis cetak merupakan media yang paling umum digunakan dalam proses pembelajaran. Media ini meliputi buku teks, buku panduan, jurnal, majalah, serta lembar informasi. Dalam perancangan media cetak, terdapat beberapa aspek penting yang perlu diperhatikan, antara lain konsistensi penyajian, format,

sistematika isi, daya tarik visual, ukuran huruf, serta penggunaan ruang kosong agar informasi mudah dibaca dan dipahami.

b. Media Audio

Media audio adalah media pembelajaran yang mengandalkan indera pendengaran. Media ini menyampaikan pesan melalui suara atau bunyi, sehingga cocok digunakan untuk memperkuat informasi verbal. Contoh media audio antara lain radio, alat perekam suara, piringan hitam, serta laboratorium bahasa.

c. Media Visual

Media visual merupakan media yang hanya dapat dilihat tanpa disertai unsur suara. Media ini menyajikan pesan pembelajaran dalam bentuk gambar, tulisan, simbol, atau objek visual lainnya. Media visual berfungsi untuk membantu memperjelas informasi dan meningkatkan daya tarik pembelajaran melalui indera penglihatan.

d. Media Audio Visual

Media audio visual adalah media yang menggabungkan unsur suara dan gambar secara bersamaan. Media ini memungkinkan sasaran untuk melihat sekaligus mendengar materi yang disampaikan, sehingga pesan lebih mudah dipahami. Contoh media audio visual antara lain video pembelajaran, film bersuara, televisi edukasi, dan sound slide. Media audio visual dinilai efektif karena mampu menyajikan informasi secara lebih menarik dan realistis.

e. Media Kartu ASI

Salah satu media edukasi yang dapat digunakan dalam penyampaian informasi mengenai ASI adalah media kartu ASI. Media kartu ASI merupakan media pembelajaran berbasis cetak yang disajikan dalam bentuk kartu bergambar dan berisi pesan singkat terkait ASI, seperti manfaat ASI, peran suami dalam mendukung pemberian ASI, mitos dan fakta seputar ASI, serta cara mendukung ibu menyusui. Media ini dirancang dengan bahasa sederhana, visual menarik, dan ukuran praktis sehingga mudah digunakan dalam kegiatan edukasi.

Penggunaan media kartu ASI dinilai efektif karena bersifat interaktif dan mampu meningkatkan partisipasi sasaran, khususnya suami atau diskusi menggunakan kartu ASI, sasaran tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga terlibat aktif dalam proses pembelajaran. Hal ini sejalan dengan teori

pembelajaran yang menekankan pentingnya pengalaman langsung dan keterlibatan aktif untuk meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif. Oleh karena itu, media kartu ASI dapat menjadi alternatif media edukasi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap suami terhadap pemberian ASI.

C. Pengetahuan dan Sikap Suami

1. Pengetahuan

Pengetahuan suami tentang ASI eksklusif mencakup pemahaman dasar seperti pemberian ASI secara eksklusif, yaitu pemberian ASI saja kepada bayi yang baru lahir hingga usia 6 bulan tanpa tambahan makanan atau minuman lain, kecuali obat dan vitamin sesuai anjuran tenaga kesehatan. Pemahaman ini salah satu landasan penting bagi suami untuk memberi dukungan yang tepat selama periode menyusui secara eksklusif. Suami yang memahami konsep ini cenderung lebih menyadari pentingnya waktu dan cara pemberian ASI yang benar kepada bayi (Meutia, Angraini and Wijaya, 2021).

ASI eksklusif, mengandung zat gizi lengkap dan komponen imunologis yang dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh bayi, membantu pertumbuhan optimal, serta menurunkan risiko infeksi seperti diare dan infeksi saluran pernapasan. Pengetahuan tentang manfaat fisiologis ini membantu suami melihat ASI eksklusif bukan hanya sekadar makanan, tetapi sebagai sarana perlindungan kesehatan anak. Selain bermanfaat bagi bayi, ASI juga bermanfaat bagi ibu, seperti membantu pemulihan pascapersalinan, mengurangi risiko perdarahan serta menurunkan risiko kanker payudara dan ovarium. Pengetahuan ini mendorong suami untuk mendukung istri secara emosional dan praktis (WIrawati Cambaya *et al.*, 2023).

Tingkat pengetahuan suami yang cukup tinggi berhubungan dengan praktik dukungan aktif kepada ibu dalam proses menyusui eksklusif. Kurangnya pengetahuan suami tentang ASI eksklusif dapat menyebabkan keputusan keluarga berpindah pada pemberian susu formula atau makanan tambahan sebelum bayi berusia 6 bulan, yang berpotensi menurunkan keberhasilan ASI eksklusif. Dengan pemahaman yang kurang ini, suami mungkin tidak menyadari pentingnya dukungan aktif seperti membantu pekerjaan rumah, memberi semangat, dan berkonsultasi dengan tenaga kesehatan (Sistha *et al.*, 2022).

2. Sikap

Sikap suami terhadap ASI eksklusif mencerminkan respon emosional, keyakinan, dan kecenderungan perilaku suami berkaitan dengan pemberian ASI eksklusif oleh istri. Sikap positif terlihat ketika suami menghargai pentingnya ASI eksklusif, mendukung keputusan istri, dan aktif terlibat dalam proses menyusui. Sebaliknya, sikap negatif bisa berupa kurangnya dukungan, keraguan terhadap manfaat ASI eksklusif, atau bahkan preferensi terhadap susu formula. Sikap suami ini dipengaruhi oleh pengetahuan, pengalaman budaya, nilai-nilai keluarga, dan informasi yang diperolehnya. Mengatakan bahwa sikap suami merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan dukungan suami dalam pemberian ASI eksklusif kepada bayi (yulinda et.al., 2021).

Sikap suami yang positif terkait ASI eksklusif dapat terwujud melalui berbagai bentuk dukungan, seperti memberikan semangat, membantu pekerjaan rumah tangga, dan menghadiri sesi konseling laktasi bersama istri. Suami dengan sikap positif cenderung lebih percaya bahwa ASI eksklusif memiliki manfaat kesehatan yang besar bagi bayi dan ibu, sehingga mereka lebih termotivasi untuk mendukung praktik tersebut. Penelitian menunjukkan bahwa sikap suami yang mendukung berhubungan dengan perilaku suami dalam memberikan dukungan terhadap pemberian ASI eksklusif di keluarga (Elisa, 2025).

Sikap suami yang positif secara langsung berdampak pada keberhasilan pelaksanaan ASI eksklusif. Suami yang mendukung secara emosional cenderung menciptakan suasana rumah yang kondusif bagi ibu untuk menyusui, mengurangi tekanan psikologis pada ibu, serta meningkatkan kepercayaan diri ibu menyusui. Sebaliknya, sikap suami yang kurangmendukung atau ragu-ragu dapat mengurangi motivasi ibu untuk menyusui secara eksklusif selama 6 bulan. Studi empiris memperlihatkan hubungan antara sikap suami, dukungan suami, dan praktik pemberian ASI eksklusif di beberapa wilayah (Syahira, 2023).

D. Inisiasi Menyusu Dini (IMD)

1. Pengertian Inisiasi Menyusu Dini (IMD)

Inisiasi Menyusu Dini (IMD) adalah proses di mana bayi dibiarkan mencari dan menghisap puting susu ibunya secara mandiri segera setelah lahir. Proses ini dilakukan dengan meletakkan bayi di atas dada atau perut ibu sehingga terjadi kontak langsung antara kulit bayi dan kulit ibu (skin to skin contact) minimal selama satu jam pertama setelah kelahiran (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

IMD bukan berarti ibu yang menyodorkan puting susu kepada bayinya, melainkan bayi yang secara aktif bergerak mencari sendiri sumber makanannya. Proses alami ini memanfaatkan naluri bawaan bayi yang sudah ada sejak dalam kandungan. Dengan demikian, IMD menjadi langkah pertama yang sangat penting dalam mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Nidaa and Hadi, 2022).

2. Manfaat Inisiasi Menyusu Dini (IMD)

Pelaksanaan IMD memberikan manfaat yang besar, baik bagi bayi maupun bagi ibu. Berikut adalah manfaat IMD yang perlu diketahui:

a. Manfaat IMD bagi Bayi

1) Bayi mendapatkan kolostrum, yaitu ASI pertama yang berwarna kekuningan dan kaya akan antibodi, sehingga dapat melindungi bayi dari berbagai penyakit infeksi sejak hari pertama kehidupannya.
2) Kontak kulit antara ibu dan bayi membantu menjaga suhu tubuh bayi agar tetap hangat dan stabil, sehingga mengurangi risiko hipotermia (kedinginan) pada bayi baru lahir.
3) IMD merangsang refleks hisap bayi sehingga bayi lebih terlatih dalam menyusu dan mengurangi kemungkinan kesulitan menyusu di kemudian hari.
4) Membantu menurunkan angka kematian bayi baru lahir, karena bayi yang melakukan IMD terbukti lebih sehat dan memiliki daya tahan tubuh yang lebih baik (Fiantika, 2021).
5) Mendukung perkembangan emosional dan psikologis bayi melalui rasa aman dan nyaman saat berada di dekat ibu.

b. Manfaat IMD bagi Ibu

1) Merangsang pengeluaran hormon oksitosin yang membantu kontraksi rahim sehingga mempercepat pemulihan ibu pasca persalinan dan mengurangi risiko perdarahan.
2) Merangsang produksi ASI lebih cepat dan lebih banyak karena proses hisapan bayi pada puting susu ibu merupakan rangsangan alami yang paling efektif.
3) Mempererat ikatan batin (bonding) antara ibu dan bayi, yang berdampak positif pada kesehatan mental ibu.
4) Menurunkan risiko ibu mengalami kanker payudara dan kanker ovarium di kemudian hari.

3. Prosedur Pelaksanaan Inisiasi Menyusu Dini (IMD)

Menurut Kementerian Kesehatan RI 2020, pelaksanaan IMD dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:
(Kemenkes RI 2020).

a. Segera setelah bayi lahir, bidan atau tenaga kesehatan mengeringkan tubuh bayi secara cepat kecuali bagian telapak tangan, karena aroma cairan ketuban yang menempel di tangan bayi akan membantu bayi menemukan puting susu ibunya.
b. Bayi diletakkan dalam posisi tengkurap di atas dada atau perut ibu. Kepala bayi berada di antara kedua payudara ibu dengan posisi lebih rendah dari puting susu.
c. Ibu dan bayi diselimuti bersama untuk menjaga kehangatan. Jika perlu, bayi dapat memakai topi kecil untuk mencegah kehilangan panas melalui kepala.
d. Ibu dan tenaga kesehatan membiarkan bayi bergerak sendiri mencari puting susu ibu. Proses ini tidak boleh terburu-buru karena setiap bayi memiliki waktu yang berbeda-beda.
e. Proses IMD dilakukan minimal selama 1 jam atau hingga bayi berhasil menghisap puting susu ibu dengan baik dan terlepas sendiri.
f. Selama proses IMD berlangsung, ayah atau keluarga dianjurkan untuk mendampingi dan memberikan dukungan kepada ibu agar ibu merasa nyaman dan tenang.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pelaksanaan IMD

Keberhasilan pelaksanaan IMD tidak selalu berjalan dengan lancar. Terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi apakah IMD dapat dilakukan atau tidak, antara lain:

a. Faktor Pendukung

1) Pengetahuan ibu dan suami yang baik tentang pentingnya IMD sehingga mereka dapat meminta dan mendukung pelaksanaannya kepada tenaga kesehatan.
2) Dukungan tenaga kesehatan yang terlatih dan memahami prosedur IMD dengan benar.
3) Dukungan dari suami dan keluarga selama proses persalinan berlangsung.
4) Kondisi ibu dan bayi yang sehat sehingga memungkinkan dilaksanakannya IMD segera setelah lahir.

b. Faktor Penghambat

1) Kondisi ibu yang memerlukan tindakan medis darurat pasca persalinan sehingga IMD harus ditunda.
2) Kondisi bayi yang lahir prematur atau memerlukan perawatan khusus di ruang perawatan intensif.
3) Kurangnya pengetahuan ibu, suami, dan keluarga tentang IMD sehingga tidak meminta atau mendukung pelaksanaannya.
4) Kebijakan fasilitas kesehatan yang belum sepenuhnya mendukung pelaksanaan IMD

5. Hubungan IMD dengan Keberhasilan ASI Eksklusif

IMD memiliki hubungan yang erat dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Bayi yang berhasil melakukan IMD cenderung lebih mudah dan lebih lama menyusu dibandingkan bayi yang tidak melakukan IMD. Hal ini disebabkan karena melalui IMD, refleks menghisap bayi telah terstimulasi sejak awal dan produksi ASI ibu sudah mulai dirangsang sejak menit-menit pertama setelah persalinan (Nidaa and Hadi, 2022).

Berdasarkan hasil tinjauan literatur yang dilakukan oleh Hadi 2022, IMD merupakan salah satu faktor penting yang berkontribusi pada keberhasilan ASI eksklusif. Bayi yang melakukan IMD mendapatkan kolostrum lebih awal, yang tidak hanya bermanfaat sebagai nutrisi pertama tetapi juga sebagai imunisasi alami.

Kondisi ini mendorong ibu untuk terus menyusui secara eksklusif hingga bayi berusia enam bulan (Nidaa and Hadi, 2022).

E. Air Susu Ibu (ASI)

1. Pengertian ASI

Air susu ibu (ASI), merupakan cairan biologis kompleks yang diproduksi kelenjar payudara ibu yang didalamnya terkandung semua nutrisi yang dibutuhkan bayi untuk proses tumbuh kembang secara optimal selama enam bulan pertama kehidupannya. ASI merupakan makanan alamiah yang ideal untuk bayi dan berfungsi sebagai sistem imunologi pertama yang melindungi bayi dari berbagai penyakit (Rofiah *et al.*, 2022).

ASI memiliki kandungan nutrisi yang optimal, meliputi lemak, karbohidrat, protein, vitamin, mineral, enzim, serta antibodi yang secara alami menyesuaikan dengan kebutuhan bayi. ASI eksklusif berdampak positif pada perkembangan kognitif anak, dimana bayi yang mendapatkan ASI eksklusif menunjukkan performa yang lebih baik dalam tes kemampuan intelektual (Widyaningrum *et al.*, 2021).

Menurut World Health Organization (WHO), ASI eksklusif adalah pemberian ASI saja tanpa tambahan makanan atau minuman lain, termasuk air putih, kepada bayi sejak lahir hingga berusia 6 bulan WHO dan UNICEF merekomendasikan pemberian ASI eksklusif karena memberikan manfaat kesehatan jangka pendek dan jangka panjang baik bagi ibu maupun bayi (Yuliana, Murdiningsih and Indriani, 2022).

2. Fisiologi Menyusui

Hormon estrogen dan progesteron memainkan peran krusial dalam kehamilan dengan mendorong pertumbuhan kelenjar payudara, membentuk alveoli (kantong kecil tempat ASI diproduksi) dan saluran laktiferus (saluran yang men galirkan ASI). Setelah melahirkan, kadar estrogen menurun tajam. Penurunan ini secara langsung merangsang peningkatan hormon prolaktin, yang merupakan pendorong utama dimulainya produksi ASI (Umi Kalsum and Dwi Ghita, 2022).

Produksi ASI melibatkan interaksi antara sistem hormonal dan mekanisme refleks. Ketika bayi menyusu, dua refleks utama akan bekerja, refleks prolaktin

yang dipicu oleh hormon prolaktin untuk merangsang produksi ASI, dan refleks oksitosin yang mendorong pengeluaran ASI dari payudara (Aprilianti, 2019).

Prolaktin, yang disekresikan oleh lobus anterior kelenjar hipofisis, bertanggung jawab dalam stimulasi produksi ASI. Saat bayi mengisap puting, rangsangan saraf sensorik pada payudara akan mengirim sinyal ke hipofisis untuk melepaskan prolaktin. Hormon ini kemudian mencapai jaringan kelenjar payudara melalui aliran darah dan merangsang sintesis ASI. Mekanisme ini disebut sebagai refleks prolaktin (Agustin and Rahmawati, 2024).

Sementara itu, oksitosin diproduksi oleh lobus posterior kelenjar hipofisis. Hormon ini disekresikan sebagai respons terhadap rangsangan dari isapan bayi yang diteruskan oleh saraf sensorik di payudara. Oksitosin akan menyebabkan kontraksi sel mioepitel di sekitar alveoli, sehingga ASI terdorong keluar melalui saluran laktiferus (Agustin and Rahmawati, 2024).

Uniknya, oksitosin mulai aktif bahkan sebelum proses menyusu dimulai, yaitu saat ibu memiliki keinginan atau niat untuk menyusui. Gangguan pada refleks oksitosin dapat menghambat pengeluaran ASI, meskipun produksi tetap berlangsung. Selain itu, oksitosin juga mendukung kontraksi uterus pascapersalinan dan membantu mengurangi perdarahan (Sabriana *et al.*, 2022).

3. Kandungan ASI

Kandungan nutrisi yang sangat kompleks terkandung di dalam ASI sangat baik untuk proses tumbuh kembang bayi, Komposisi yang terdapat pada ASI berubah sesuai dengan yang dibutuhkan oleh bayi. Tahap pertumbuhan bahkan dapat menyesuaikan dengan kondisi lingkungan serta status Kesehatan ibu (Pasaribu and Hutasoit, 2021).

Berikut kandung komponen dari ASI:

a. Karbohidrat, utama terdapat pada laktosa yang memiliki peran penting untuk perkembangan otak bayi.
b. Protein, whey dan kasein merupakan kandungan protein yang terdapat pada ASI dengan perbandingan 60 :40 yang mudah dicerna oleh sistem pencernaan bayi. Asam amino esensial yang terkandung didalam protein asi juga diperlukan untuk proses tumbuh kembang bayi.

c. Lemak, merupakan sumber energi utama bagi bayi karma memiliki kandungan asam lemak tak jenuh rantai panjang (LC-PUFA) seperti DHA (docosahexaenoic acid) dan AA (arachidonic acid) yang berperan penting dalam perkembangan otak dan retina mata bayi.
d. Vitamin dan mineral, merupakan kandungan yang terdapat pada ASI yang dibutuhkan oleh bayi dengan jumlah yang seimbang termasuk vitamin A, D, E, K, dan mineral seperti kalsium, fosfor, zat besi, dan zinc.
e. Faktor imunologi, ada berbagai faktor yang terkandung di ASI seperti immunoglobulin A (IgA), laktoferin, lisozim, dan sel darah putih yang melindungi bayi dari infeksi.
f. Enzim, dapat membantu proses pencernaan dan penyerapan nutrisi seperti lipase dan amilase yang terkandung pada ASI.

4. Manfaat ASI

Perlu kita ketahui bahwa manfaat ASI bukan hanya untuk bayi tapi juga untuk ibu,keluarga, dan Masyarakat (Rivanica *et al.*, 2023).

a. Manfaat ASI bagi Bayi

1) Untuk proses tumbuh kembang bayi dengan baik selama 6 bulan pertama kehidupan.
2) Didalam ASI terdapat kandungan antibodi dan faktor imunologi yang berfungsi sebagai pelidung bayi atau kekebalan tubuh dari berbagai infeksi (diare,pneumonia dan infeksi telinga).
3) Memberikan ASI eksklusif dapat melindungi atau menurunkan risiko bayi mengalami alergi dan penyakit autoimun.
4) ASI berperan untuk perkembangan otak bayi, yang mampu meningkatkan ke cerdasan bayi karena terdapat kandungan DHA dan AA dalam ASI.
5) Bayi yang diberikan ASI eksklusif risiko obesitasnya rendah.
6) Manfaat ASI bagi Ibu
7) Menyusui segera setelah lahiran dapat menstimulasi kontraksi uterus yang membantu mengurangi perdarahan.
8) Menyusui dapat membantu Rahim Kembali ke ukuran normal lebih cepat.
9) Menyusui dalam jangka yang panjang mampu untuk menurunkan risiko kanker payudara dan ovarium.

10) Menyusui eksklusif dapat berperan sebagai metode kontrasepsi alami (Metode Amenore Laktasi/MAL) atau biasa disebut menunda kehamilan.
11) Menyusui dapat meningkatkan emosional antara ibu dan bayi, yang menurunkan risiko depresi pascapersalinan.

b. Manfaat ASI bagi Ekonomi dan Sosial

1) ASI tidak memerlukan biaya, persiapan, atau peralatan khusus.
2) ASI tidak menghasilkan limbah, (ramah lingkungan)
3) Bayi yang mendapatkan ASI eksklusif cenderung lebih sehat, sehingga menurunkan biaya kesehatan keluarga dan beban sistem kesehatan nasional

5. Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan ASI Eksklusif.

Keberhasilan pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh berbagai faktor Menurut penelitian (Kustinah, Dewi and Prasetyaningati, 2020).

a. Faktor Ibu

1) Ibu dengan pengetahuan yang baik tentang manfaat ASI eksklusif cenderung lebih berhasil dalam memberikan ASI eksklusif.
2) Kesehatan fisik ibu, anatomi payudara, dan produksi ASI mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif.
3) Stress, kecemasan, dan gangguan emosional dapat menghambat refleks oksitosin dan produksi ASI.
4) Ibu yang bekerja di luar rumah menghadapi tantangan dalam memberikan ASI eksklusif, terutama jika tidak ada fasilitas yang mendukung di tempat kerja.

b. Faktor Bayi

1) Bayi yang mempunyai kondisi Kesehatan tertentu atau bayi prematur memerlukan pendekatan khusus dalam pemberian ASI.
2) Perlekatan (latch-on) yang tidak tepat bisa menyebabkan nyeri pada putting ibu, dan dapat menghambat transfer ASI yang efektif.

c. Faktor Lingkungan

1) Dukungan yang diberikan suami dan keluarga menjadi salah satu hal yang penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif.
2) Dengan adanya fasilitas Kesehatan atau rumah sakit yang menerapkan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) serta rawat gabung yang dapat mendukung keberhasilan ASI eksklusif.

3) Keyakinan terhadap praktik budaya tertentu dapat mempengaruhi pemberian ASI.
4) Adanya paparan terhadap iklan tentang susu formula yang mempengaruhi pikiran ibu tentang memberikan ASI eksklusif.

F. Pijatan Oksitosin dalam Mendukung Keberhasilan ASI Eksklusif

1. Pengertian Pijatan Oksitosin

Pijatan oksitosin adalah teknik pemijatan lembut yang dilakukan di sepanjang tulang belakang, khususnya pada area antara tulang belikat hingga tulang rusuk kelima dan keenam. Tujuan dari pijatan ini adalah untuk merangsang saraf parasimpatis yang dapat meningkatkan produksi hormon oksitosin, sehingga memperlancar pengeluaran Air Susu Ibu (ASI) (Afriyani, 2024).

2. Manfaat Pijatan Oksitosin

Pijatan oksitosin memiliki beberapa manfaat penting dalam proses menyusui, Menurut (Marliaty *et al.*, 2023).

antara lain:

a. Meningkatkan Produksi ASI: Dengan merangsang hormon oksitosin, pijatan ini membantu meningkatkan volume ASI yang diproduksi oleh ibu.
b. Meningkatkan Kenyamanan Ibu: Pijatan memberikan efek relaksasi yang dapat mengurangi stres dan kelelahan pada ibu, sehingga mendukung proses menyusui yang lebih nyaman .
c. Meningkatkan Kepercayaan Diri Ibu: Dengan lancarnya produksi ASI, ibu merasa lebih percaya diri dalam menyusui bayinya.

3. Peran Suami dalam Pijatatan Oksitosin

Peran aktif suami dalam melakukan pijatan oksitosin sangat penting dalam mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Edukasi dan konseling kepada suami mengenai teknik pijatan oksitosin dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka dalam membantu istri selama masa menyusui (Jayanti, Nurita and Patriani, 2024).

Studi menunjukkan bahwa suami yang memiliki pengetahuan dan sikap positif terhadap pijatan oksitosin cenderung lebih aktif dalam mendukung proses menyusui, yang berdampak positif pada kelancaran dan keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Sungkar and Gati, 2023).

4. Implementasi Pijatan Oksitosin dalam Edukasi Konseling Suami

Integrasi pijatan oksitosin dalam program edukasi dan konseling suami dapat dilakukan melalui (Novidiyawati and Ita Herawati, 2022).

a. Pelatihan Teknik Pijatan: Memberikan pelatihan praktis kepada suami mengenai teknik pijatan oksitosin yang benar.
b. Penyediaan Materi Edukasi: Menyediakan materi edukasi berupa brosur atau video tutorial tentang manfaat dan cara melakukan pijatan oksitosin.
c. Konseling Berkala: Melakukan sesi konseling berkala untuk memantau dan mendukung peran aktif suami dalam proses menyusui.

G. Peran Suami dalam Mendukung Pemberian ASI eksklusif

1. Peran Suami

Dukungan yang diberikan suami sangat berpengaruh untuk keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Dengan dukungan yang diberikan dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu, mengurangi rasa stres, dan mampu meningkatkan produksi ASI. Suami yang paham tentang pentingnya ASI eksklusif dan aktif dalam mendukung istri (Shafieian, 2020). Ibu yang mendapatkan dukungan penuh dari suami, memiliki tingkat keberhasilan 78% dalam memberikan ASI eksklusif. Sedangkan ibu yang kurang mendapatkan dukungan dari suami memiliki tingkat keberhasilan 35%. Hal ini menujukkan bawah dukungan suami sangat berpengaruh untuk keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Shafieian, 2020).

2. Bentuk Dukungan yang diberikan Suami

Berikut beberpa bentuk dukungan suami dalam pemberian ASI Eksklusif. Menurut penelitian dari (Saifulaman and Aljaberi, 2024).

a. Dukungan Informasional

1) Suami yang mendukung akan Mencari informasi yang penting tentang ASI eksklusif dari berbagai sumber
2) Membagikan informasi yang diperoleh kepada istri dan mendiskusikan Bersama.
3) Suami ikut serta dalam kelas edukasi laktasi atau konseling tentang ASI Bersama istri.

b. Dukungan Emosional

1) Suami memberikan motivasi serta semangat untuk istri terutama pada saat kesulitan dalam menyusui .

2) Suami menunjukkan rasa empati dan pengertian terhadap perubahan fisik dan emosional yang sedang dialami istri selama proses menyusui
3) Suami dapat menciptakan lingkungan yang tentang serta nyaman bagi istri untuk menyusui

c. Dukungan Instrumental

1) Membantu istri dalam pekerjaan rumah tangga, dapat meringankan pekerjaan, agr istri memiliki waktu dan energi yang cukup untuk menyusui
2) Suami dapat berpartisipasi aktif untuk membantu merawat bayi, seperti memandikan bayi, mengganti popok, serta menidurkan bayi.
3) Suami dapat Membantu istri dalam menyiapkan keperluan atau kebutuhan untuk menyusui seperti pompa ASI, batalan menyusui, serta perlengkapan untuk menyusui lainnya.

d. Dukungan Penilaian

1) Suami dapat memberikan pujian atau umpan balikpositif untuk meningkatkan kepercayaan diri istri dalam menyusui.
2) Ketika istri ingin berbagi perasaan atau kesulitan terutama pada selama menyusui suami harus ada.
3) Suami mendukung keputusan istri terkait metode menyusui dan perawatan bayi.

3. Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Suami

Ada beberapa fakto yang dapat mempengaruhi dukungan suami dalam pemberian ASI eksklusif (Nugraheni, 2024).

a. Pengetahuan Suami

Suami yang paham akan manfaat ASI eksklusif serta peran mereka dalam mendukung proses menyusui, akan memberikan dukungan yang lebih baik kepada istri.

b. Sikap dan Keyakinan

Terhadap pemberian ASI eksklusif dapat mempengaruhi Tingkat dukungan yang diberikan. Seperti suami yang mempunyai sikap positif, lebih mendukung istri dalam memberikan ASI eksklusif.

c. Sosial Budaya

Normal sosial budaya Masyarakat akan mempengaruhi persepsi suami tentang peran mereka pada saat proses menyusui. Ada beberapa wilayah menganggap

bahwa menyusui hanya tugas ibu, sehingga suami merasa mereka tidak diperlukan untuk terlibat.

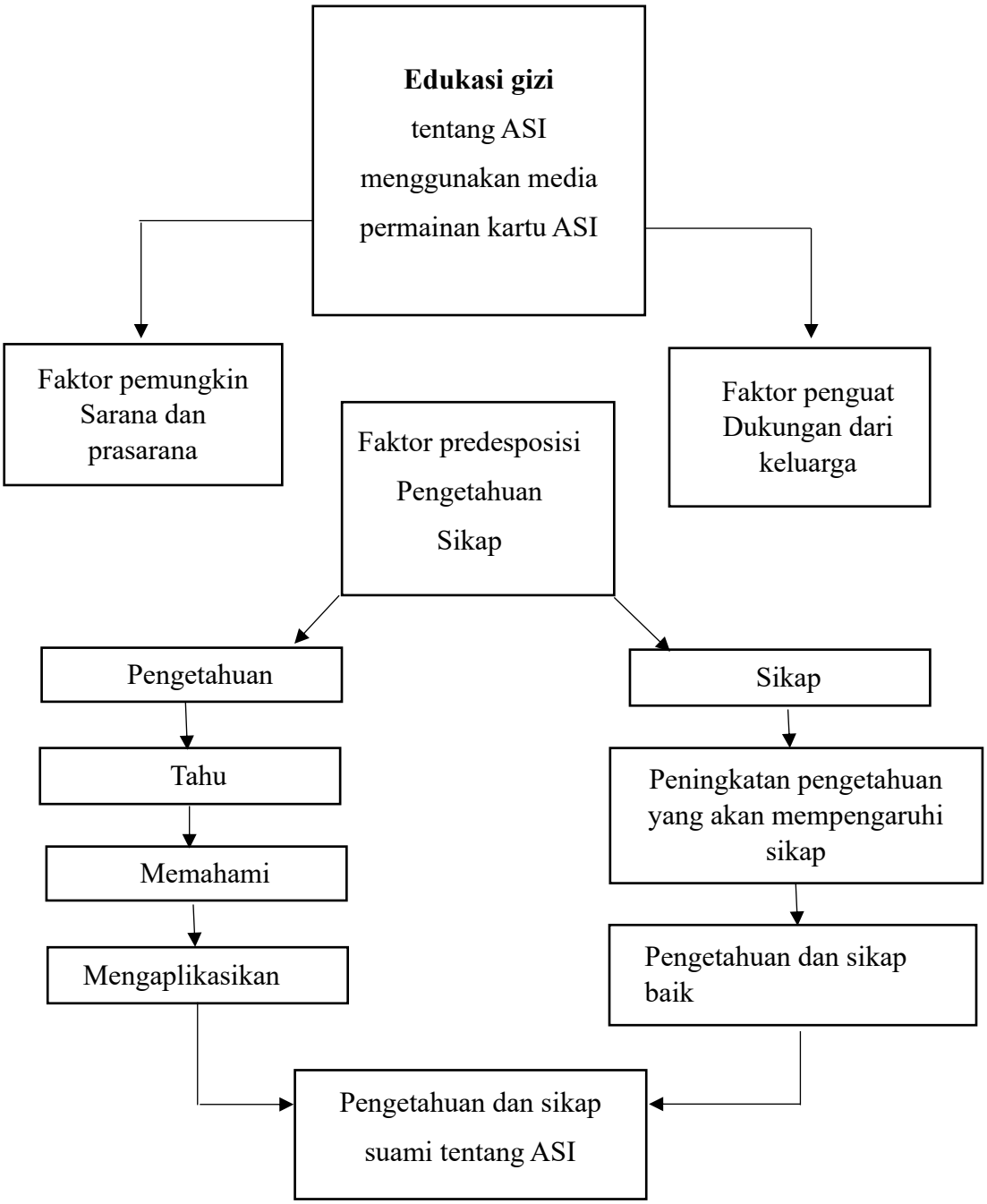
d. Pengalaman

Adanya pengalaman sebelumnya tentang merawat bayi, serta mendukung istri dapat mempengaruhi kemampuan yang dimiliki suami untuk lebih mendukung istri secara lebih efektif.

e. Akses Terhadap Informasi

Dengan adanya akses terhadap informasi yang dimiliki tentang ASI eksklusif dan pentingnya peran suami untuk mendukung proses menyusui mempengaruhi kemampuan yang dimiliki suami untuk memberikan dukungan yang tepat.

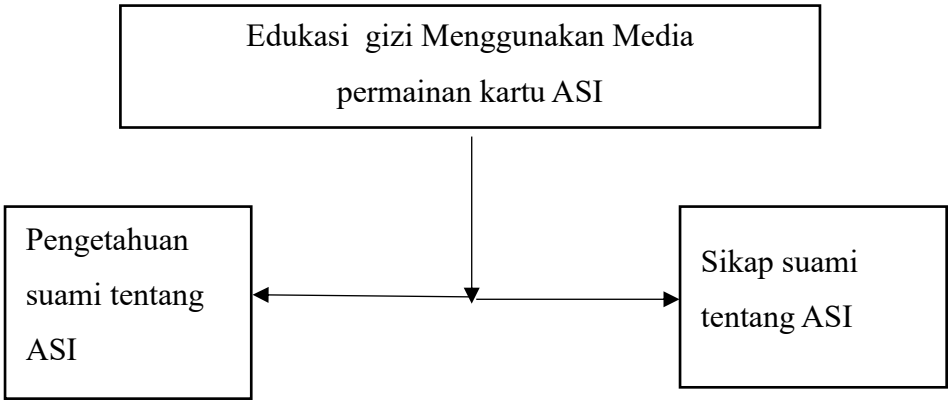
H. Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori

Sumber : Notoadmodjo, Zulkarnain, Lawrence Green dalam Soekidjo Notoadmodjo

I. Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka konsep

J. Definisi Operasional

Tabel 1. Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Edukasi Gizi Media Permainan Kartu ASI	Edukasi gizi tentang ASI eksklusif merupakan suatu penyampaian informasi dan peningkatan mengenai gizi yang dilakukan secara terstruktur melalui kegiatan penyuluhan kepada suami menggunakan media permainan kartu ASI yang berisi informasi tentang pengertian ASI, komposisi ASI, manfaat ASI bagi ibu dan bayi, cara menyusui yang benar, faktor yang mempengaruhi produksi ASI, kolostrum, serta peran dan dukungan suami yang dibutuhkan ibu menyusui dalam keberhasilan ASI eksklusif. Edukasi dilakukan sebanyak 4 kali dalam 1 bulan.	Kartu ASI	-	-
Pengetahuan Suami Tentang ASI	Segala sesuatu yang diketahui suami tentang ASI eksklusif meliputi pengertian ASI, manfaat ASI bagi ibu dan anak, kolostrum, cara menyusui, dan faktor yang dapat mempengaruhi produksi ASI, serta peran suami dalam mendukung ASI Eksklusif. Dinilai menggunakan kuesioner 20 pertanyaan, diolah pada jawaban benar di beri skor 1 dan salah skor 0. Pengukuran pengetahuan dilakukan sebelum (pre test) diukur untuk mengetahui pengetahuan awal suami. Kemudian dilakukan pengukuran sesudah (post test) diukur untuk mengetahui peningkatan pengetahuan suami setelah	Kuesioner	0 - 20	Rasio

	diberikan edukasi menggunakan media permainan kartu ASI.		
Sikap Suami Tentang ASI	Dukungan positif dari suami kepada ibu terkait pemberian ASI yang terdiri dari dukungan emosional seperti (memberikan semangat dan motivasi kepada istri), dukungan instrumental (membantu pekerjaan rumah dan menemani istri menyusui) dan dukungan informasi (mencari tau tentang ASI). Dinilai menggunakan kuesioner 10 pertanyaan, diolah pada jawaban benar di beri skor 1 dan salah skor 0. Pengukuran sikap dilakukan sebelum (pre test) diukur untuk menilai sikap awal suami. Kemudian dilakukan pengukuran sesudah (post test) diukur untuk mengetahui peningkatan sikap suami setelah diberikan edukasi menggunakan media permainan kartu ASI.	Kuesioner	0 - 10 Rasio

K. Hipotesis

1. Ho_1:Tidak ada pengaruh edukasi gizi menggunakan media permainan kartu ASI terhadap pengetahuan suami tentang ASI di Desa Bandar Labuhan kecamatan tanjung morawa kabupaten Deli Serdang.
2. Ha_1: Ada pengaruh pengaruh edukasi gizi menggunakan media permainan kartu ASI terhadap pengetahuan suami tentang ASI di Desa Bandar Labuhan kecamatan tanjung morawa kabupaten Deli Serdang.
3. Ho_2:Tidak ada pengaruh edukasi gizi menggunakan media permainan kartu ASI terhadap sikap suami tentang ASI di Desa Bandar Labuhan kecamatan tanjung morawa kabupaten Deli Serdang.
4. Ha_2: Ada pengaruh pengaruh edukasi gizi menggunakan media permainan kartu ASI terhadap sikap suami tentang ASI di Desa Bandar Labuhan kecamatan tanjung morawa kabupaten Deli Serdang