

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan

A.1 Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimiliki (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Dengan sendirinya, pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut dipengaruhi intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan tersebut sangat diperoleh melalui indra pendengaran (telinga), dan indra penglihatan (mata). (Ardiana et al., 2021)

Pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh factor yang dapat memudahkan seseorang atau masyarakat terhadap apa yang dilakukan. Ibu hamil akan mengkonsumsi tablet besi apabila ibu hamil mengetahui manfaat, efek samping serta waktu yang tepat untuk mengkonsumsi tablet besi. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan Pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan Pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Akan tetapi perlu ditekankan, bukan berarti orang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula. Pengetahuan merupakan hasil mengingat suatu hal, termasuk mengingat Kembali kejadian yang pernah dialami baik secara sengaja maupun tidak sengaja dan ini terjadi setelah orang melakukan kontak atau pengamatan terhadap suatu objek tertentu. Penelitian (Rogers, 1974) mengatakan bahwa sebelum orang mengadopsi perilaku baru, didalam orang tersebut terjadi proses berurutan, yaitu:

- a. Kesadaran (*awareness*), yaitu objek menyadari atau mengetahui terlebih dahulu tentang stimulus.
- b. Ketertarikan (*interest*), yaitu subjek merasa tertarik terhadap stimulasi atau objek tersebut.
- c. Evaluasi (*evaluation*), yaitu subjek mempertimbangkan baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya hal ini menunjukkan sikap responden.

- d. Percobaan (*trial*), yaitu subjek mulai mencoba melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang dikehendaki oleh stimulus.
- e. Adopsi (*adoption*), yaitu dimana subjek berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran, dan sikap terhadap stimulus.

A.2 Tingkat Pengetahuan

Menurut Purba (2021) Pengetahuan yang mencakup dalam dominan kognitif mempunyai enam tingkat yaitu:

- a. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Pengetahuan tingkat ini adalah mengingat Kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang telah dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, menguraikan, mengidentifikasi, menyatakan dan sebagainya.

- b. Memahami (*Comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap suatu objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan dan sebagainya terhadap objek yang telah dipelajari.

- c. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari situasi atau kondisi sebenarnya. Aplikasi dapat diartikan sebagai penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

- d. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menyebarkan materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen, tetapi masih dalam suatu struktur organisasi dan masih ada kaitannya satu sama lain.

- e. Sintesis (*syntesis*)

Sintesis menunjukkan kepada suatu kemampuan untuk melakukan atau menghubungkan bagian-bagian didalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk Menyusun formasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

f. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau obyek. Evaluasi dapat digambarkan sebagai proses merencanakan, memperoleh, dan menyediakan informasi yang sangat diperlukan untuk membuat alternatif keputusan.

A.3 Pengukuran Pengetahuan

Pengukuran dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek pengujian atau responden. Kedalaman pengetahuan yang ingin kita ketahui atau kita ukur dapat kita sesuaikan dengan tingkatan- tingkatan diatas. (purba2021)

Dalam penelitian tentang pengetahuan, kita mengenal blom's cut off point. Bloom membagi tingkatan pengetahuan menjadi tiga, yaitu pengetahuan baik/tinggi (good knowledge), pengetahuan cukup/sedang (fair/moderate knowledge), pengetahuan rendah/kurang (poor knowledge). Untuk mengklarifikasinya kita dapat menggunakan skor yaitu telah dikonverensi ke persen seperti berikut ini.

1. Pengetahuan baik jika skor 80-100%.
2. Pengetahuan cukup jika skor 60-79%.
3. Pengetahuan kurang jika skor <60%.

A.4 Faktor faktor yang memengaruhi pengetahuan

Wawan dan Dewi mengatakan faktor faktor yang memengaruhi pengetahuan yaitu sebagai berikut:

1. Faktor internal
 - a. Pendidikan

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju kearah cita-cita tertentu yang menentukan manusia untuk berbuat dan mengisi kehidupan untuk mencapai keselamatan

dan kebahagiaan. Pendidikan diperlukan untuk mendapatkan informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup.

b. Pekerjaan

Pekerjaan adalah keburukan yang harus dilakukan untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarga. Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan, tetapi lebih banyak merupakan cara mencari nafkah yang membosankan, berulang, dan banyak tantangan. Sedangkan bekerja pada umumnya merupakan kegiatan yang menyita waktu. Bekerja bagi ibu-ibu akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarga.

c. Usia

Usia adalah umur individu yang terhitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Semakin cukup umur tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Dari segi kepercayaan masyarakat seseorang yang lebih dewasa dipercaya dari orang yang belum tinggi kepercayaannya.

2. Faktor Eksternal

a. Faktor Lingkungan

Lingkungan merupakan kondisi yang ada di sekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok.

b. Sosial budaya

Sistem social budaya yang ada pada masyarakat yang dapat mempengaruhi dari sikap dalam menerima informasi. (Destalenta, 2020)

B. Sikap

B.1 Pengertian Sikap

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulasi atau objek. Dapat dirumuskan bahwa sikap pada hakikatnya merupakan Kecenderungan pernyataan seseorang baik menyenangkan maupun tidak menyenangkan, yang memncerminkan

bagaimana merasa tentang orang, objek atau kejadian dalam lingkungannya. (Wibowo 2019).

B.2 Komponen Sikap

Menurut allport dan notoatmojo Secara garis besar terdiri dari komponen

1. kognitif (ide yang dipelajari, keyakinan), misalnya sikap orang terhadap ASI, contohnya bagaimana pendapat atau keyakinan orang tersebut terhadap ASI.
2. komponen perilaku kecenderungan untuk bertindak (*tren to behave*). (berpengaruh terhadap respon sesuai atau tidak sesuai), misalnya tentang contoh sikap terhadap ASI. Contohnya apa yang dilakukan seseorang bila ia tidak memberikan ASI Secara eksklusif.
3. komponen emosi (menimbulkan respon-respon yang konsisten), misalnya bagaimana orang menilai terhadap ASI apakah ASI bermanfaat atau justru merugikan

Ketiga komponen ini secara Bersama sama membentuk sikap yang utuh (*total attitude*). Dalam penentuan sikap yang utuh ini, pengetahuan, pikiran, keyakinan, dan emosi memegang peran penting. Contohnya seseorang ibu mendengar (tahu) ASI (manfaatnya, meminumnya, efek sampingnya, dan sebagainya. Pengetahuan ini akan membawa ibu untuk berfikir supaya, bayinya tidak kekurangan asupan dengan tidak menambah makan tambahan selain ASI. Dalam berfikir ini komponen emosi dan keyakinan ikut berkerja sehingga ibu tersebut berniat (kecenderungan bertindak) untuk memberikan ASI secara eksklusif. Ibu ini mempunyai sikap tertentu (berniat memberikan ASI) terhadap objek tertentu.

B.3 Tingkat Sikap Berdasarkan Intensitas

Menurut Gerung (2020) Seperti halnya pengetahuan sikap juga memiliki tingkat- tingkat berdasarkan intensitasnya:

1. menerima (*receiving*), diartikan apabila subjek mau dan memperhatikan stimulus atau objek yang diberikan.
2. Merespon (*responding*), diartikan apabila subjek memberikan jawaban atau tanggapan terhadap pertanyaan atau objek yang dihadapi.

3. Menghargai (valuing) diartikan apabila subjek dapat memberikan nilai yang positif terhadap objek atau stimulus. Mengajak orang lain untuk mengerti atau mendeskripsikan suatu masalah adalah suatu indikasi sikap tingkat tiga.
4. Bertanggung jawab (responsible) diartikan apabila subjek tersebut berani mengambil resiko terhadap apa yang diyakininya ataupun sesuatu yang telah dipilihnya dan hal ini merupakan sikap yang paling penting.

Pengukuran sikap dapat dilakukan secara langsung dan tidak langsung. Secara langsung yaitu berupa pendapat atau pernyataan responden terhadap suatu objek.

C.1 Pengertian Asi

Air Susu Ibu merupakan cairan putih yang dihasilkan oleh kelenjar payudara ibu melalui proses menyusui. Secara alamiah payudara mampu menghasilkan ASI, yang disiapkan untuk calon bayi saat seorang perempuan hamil. Selain itu, ASI merupakan makanan yang mencukupi seluruh unsur kebutuhan bayi baik secara fisik, psikologi, sosial dan spritual. ASI mengandung antialergi, antiinflamasi, serta mengandung beberapa mikronutrien yang dapat membantu untuk memperkuat daya tahan tubuh bayi. Selain itu pemberian ASI diberikan minimal 6 bulan dapat menghindari bayi dari obesitas atau kelebihan berat badan karena ASI dapat membantu menstabilkan pertumbuhan lemak bayi (Putri, 2021)

Tujuan pemberian ASI Eksklusif adalah menjamin pemenuhan hak bayi untuk mendapatkan ASI Eksklusif sejak lahir sampai dengan berusia 6 (enam) bulan dengan memperhatikan pertumbuhan dan perkembangannya. Selain itu untuk memberikan perlindungan kepada ibu dalam memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya dan meningkatkan peran dan dukungan keluarga, masyarakat, pemerintah Daerah dan pemerintah pusat terhadap pemberian (Kesehatan Manarang et al., n.d.)

C.2 Manfaat ASI

ASI banyak mengandung manfaat diantaranya adalah :

a. Bagi bayi

- 1). Dapat memulai kehidupannya dengan baik

Dapat membantu memulai kehidupannya dengan baik. Bayi yang mendapatkan ASI mempunyai kenaikan berat badan yang baik setelah lahir, pertumbuhan setelah periode perinatal baik dan mengurangi kemungkinan obesitas (Putri, 2021)

2). Mengandung antibody

Bayi baru lahir secara alamiah mendapatkan imunoglobulin (zat kekebalan atau daya tahan tubuh) dari ibunya melalui plasenta, tetapi kadar zat tersebut dengan cepat menurun segera setelah kelahirannya. Badan bayi baru lahir akan memproduksi sendiri imunoglobulin secara cukup saat mencapai usia sekitar 4 bulan. Pada saat kadar imunoglobulin bawaan dari ibu menurun dan dibentuk sendiri oleh tubuh bayi belum mencukupi, terjadilah suatu periode kesenjangan imunoglobulin pada bayi. Kesenjangan (Putri, 2021)

Mekanisme pembentukan antibody pada bayi adalah sebagai berikut : apabila ibu mendapat infeksi maka tubuh ibu akan membentuk antibody yang disalurkan dengan bantuan jaringan limfosit. Antibody dipayudara disebut mammae associated immunocompetent lymphoid tissue (MALT). Kekebalan terhadap penyakit saluran pernafasan yang di transfer disebut Bronchus associated immunocompetent lymphoid tissue (BALT) dan untuk penyakit saluran pencernaan di transfer melalui Gut Associated Immunocompetent lymphoid Tissue (Putri, 2021)

3. ASI mengandung komposisi yang tepat

Yaitu dari berbagai bahan makanan yang baik untuk bayi yaitu terdiri dari proporsi yang seimbang dan cukup kuantitas semua zat gizi yang diperlukan untuk kehidupan 6 bulan pertama (Putri, 2021)

4. Memberi rasa aman dan nyaman pada bayi dan adanya ikatan antara ibu dan bayi

Hubungan antara fisik ibu dan bayi baik untuk perkembangan bayi, kontak kulit ibu ke kulit bayi yang mengakibatkan perkembangan psikomotor maupun social yang lebih baik. Hormon yang terdapat dalam ASI juga dapat memberikan rasa kantuk dan rasa nyaman. (Putri, 2021)

5. Terhindar dari alergi Pada bayi baru lahir system IgE belum sempurna.

Pemberian susu formula akan merangsang aktivasi system ini dapat menimbulkan alergi. ASI tidak menimbulkan efek ini. Pemberian protein asing yang ditunda sampai umur 6 bulan akan mengurangi kemungkinan alergi (Putri, 2021)

6. ASI meningkatkan kecerdasan bagi bayi

Lemak pada ASI adalah lemak tak jenuh yang mengandung omega 3 untuk pematangan sel-sel otak sehingga jaringan otak bayi yang mendapat ASI eksklusif akan tumbuh optimal dan terbebas dari rangsangan kejang sehingga menjadikan anak lebih cerdas dan terhindar dari kerusakan sel-sel saraf. Menyusui juga membantu perkembangan otak. Bayi yang diberi ASI rata-rata memiliki IQ 6 poin lebih tinggi dibandingkan dengan bayi yang diberi susu formula (Putri, 2021)

7. Mengurangi kejadian karies dentis Insiden karies dentis pada bayi yang mendapat susu

formula jauh lebih tinggi dibanding yang mendapat ASI, karena kebiasaan menyusui dengan botol dan dot terutama pada waktu akan tidur menyebabkan gigi lebih lama kontak dengan susu formula dan menyebabkan asam yang terbentuk akan merusak gigi (Putri, 2021)

b. Bagi ibu

1). Aspek kontrasepsi

Hisapan mulut bayi pada puting susu merangsang ujung saraf sensorik sehingga post anterior hipofase mengeluarkan prolaktin. Prolaktin masuk ke indung telur, menekan produksi estrogen akibatnya tidak terjadinya ovulasi. Menjarangkan kehamilan, pemberian ASI memberikan 98% metoda kontrasepsi efisien selama 6 bulan pertama sesudah kelahiran bila diberikan hanya ASI saja dan belum terjadi menstruasi kembali (Elisabeth, 2017)

2). Aspek kesehatan ibu

Isapan bayi pada payudara akan merangsang terbentuknya oksitosin oleh kelenjar hipofisis. Oksitosin membantu involusi uterus dan mencegah terjadinya pendarahan pasca persalinan. Penundaan haid dan berkurangnya perdarahan pasca persalinan mengurangi prevelensi anemia defisiensi besi.

Kejadian karsinoma mammae pada ibu yang menyusui lebih rendah dibandingkan yang tidak menyusui. Selain itu mencegah kanker hanya dapat diperoleh ibu yang menyusui anaknya secara eksklusif. Penelitian membuktikan bahwa ibu yang memberikan ASI secara eksklusif memiliki resiko terkena kanker payudara dan kanker ovarium 25% lebih kecil daripada yang tidak menyusui secara eksklusif (Walyani, 2015)

3). Aspek penurunan berat badan

Ibu yang menyusui secara eksklusif ternyata lebih mudah dan lebih cepat kembali keberat badan semula seperti belum hamil. Pada saat hamil, badan bertambah besar, selain karena ada janin juga karena penimbunan lemak pada tubuh, cadangan lemak ini sebenarnya memang disiapkan sebagai sumber tenaga dalam proses produksi ASI. Dengan menyusui tubuh akan menghasilkan ASI lebih banyak lagi sehingga timbunan lemak yang berfungsi sebagai cadangan tenaga akan terpakai. Menyusui juga membakar ekstra kalori sebanyak 200-500 kalori per hari. Jumlah kalori ini hampir sama dengan jumlah kalori yang dibuang seseorang jika ia berenang selama beberapa jam atau naik sepeda selama satu jam (Walyani, 2015)

4). Ungkapan kasih sayang

Menyusui juga merupakan ungkapan kasih sayang nyata dari ibu kepada bayinya. Hubungan batin antara ibu dan bayi akan terjalin erat karena saat menyusui bayi menempel pada tubuh ibu dan bersentuhan langsung antar kulit. Bayi juga bisa mendengarkan detak jantung ibu, merasakan kehangatan sentuhan kulit ibu dan dekapan ibu (22. Walyani, 2015)

5). Ibu sehat, cantik, dan ceria

Ibu yang menyusui setelah melahirkan zat oxytocinnya akan bertambah, sehingga dapat mengurangi jumlah darah yang keluar setelah melahirkan. Kandungan dan perut bawah juga lebih cepat menyusut kembali ke bentuk normalnya. Ibu yang menyusui bisa menguras kalori lebih banyak maka akan lebih cepat pulih keberat tubuh sebelum hamil. Ketika menyusui pengeluaran hormon muda bertambah, menyebabkan ibu dalam masa menyusui tidak ada kerepotan terhadap masalah menstruasi, pada masa ini

tidak ada kerepotan terhadap masalah menstruasi. Pada masa ini juga mengurangi kemungkinan terjadinya kehamilan diluar rencana. Menyusui setelah melahirkan dapat mempercepat pemulihan kepadatan tulang. Mengurangi kemungkinan menderita osteoporosis setelah masa menopause. Menurut statistik, menyusui jugamengurangi kemungkinan terkena kanker indung telur dan kanker payudara dalam masa menopause(Nina, 2015)

6). Aspek psikologis

Keuntungan menyusui bukan hanya bermanfaat untuk bayi tetapi juga untuk ibu. Ibu akan merasa bangga dan diperlukan rasa yang dibutuhkan oleh semua manusia (Elisabeth ,2017)

b. Bagi Keluarga

1). Aspek ekonomi

ASI tidak perlu dibeli sehingga dan yang seharusnya digunakan untuk membeli susu formula dapat digunakan untuk kebutuhan lain (Elisabeth ,2017)

2). Aspek psikologi

Kebahagiaan keluarga bertambah karena kelahiran lebih jarang, sehingga suasana kejiwaan ibu baik dan dapat mendekatkan hubungan bayi dengan keluarga (Elisabeth,2017)

3). Aspek kemudahan

Menyusui sangat praktis karena dapat diberikan dimana saja dan kapan saja. Keluarga tidak repot menyiapkan air masak, boto, dan dot, yang harus dibersihkan serta minta pertolongan lain (Elisabeth ,2017)

c. Bagi negara

1). Menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi

Adanya faktor protektif dan nutrient yang sesuai dalam ASI menjamin status gizi baik serta kesakitan dan kematian anak menurun. Beberapa penelitian epidemiologi menyatakan bahwa ASI melindungi bayi dan anak dari penyakit infeksi, misalnya diare, otitis, media, dan infeksi saluran pernapasan akut bagian bawah (Elisabeth ,2017)

2). Menghemat devisi negara

ASI dianggap sebagai kekayaan nasional jika ibu menyusui diperkirakan dapat menghemat devisa sebesar Rp 6,8 milyar yang seharusnya dipakai untuk membeli susu formula (Nina ,2013)

3). Mengurangi subsidi rumah sakit

Subsidi untuk rumah sakit berkurang, karena rawat gabung akan memperpendek lama rawat ibu dan bayi, mengurangi komplikasi persalinan dan infeksi nosokomial serta mengurangi biaya yang diperlukan untuk perawatan anak sakit. Anak yang mendapatkan ASI lebih jarang dirawat di rumah sakit dibandingkan anak yang mendapat susu formula (Elisabeth ,2017)

4). Peningkatan kualitas generasi penerus

Anak yang mendapat ASI dapat tumbuh kembang secara optimal sehingga kualitas generasi penerus bangsa akan terjamin. Anak yang diberi ASI juga memiliki IQ, EQ, dan SQ yang baik yang merupakan kualitas yang baik sebagai penerus bangsa.

C. 3 Jenis ASI berdasarkan faktor produksi

a. Kolestrem

Kolestrem adalah ASI yang dihasilkan pada hari pertama sampai hari ketiga setelah bayi lahir. Kolestrem merupakan cairan yang agak kental berwarna kekuning-kuningan lebih kuning dibanding ASI mature. Bentuknya agak kasar mengandung butiran lemak dan sel-sel epitel (Elisabeth,2017).

b. Air susu masa peralihan (masa transisi)

Merupakan ASI yang dihasilkan mulai hari keempat sampai hari kesepuluh. Pada masa ini susu transisi mengandung lemak dan kalori yang lebih tinggi dan protein yang lebih rendah dibanding kolesterum (Elisabeth, 2017)

c. ASI mature

ASI mature merupakan ASI yang dihasilkan mulai dari hari ke 10 sampai seterusnya. ASI mature merupakan nutrisi bayi yang terus berubah disesuaikan dengan perkembangan bayi sampai usia enam bulan. ASI ini

berwarna ke biru-biruan dan mengandung lebih banyak kalori daripada suus kolesterum ataupun transisi (Nina, 2013)

C.4 Tanda – tanda bayi menyusui secara efektif menurut (Nina 2013)

- a. Bayi terbuka matanya lebar-lebar seperti menguap dan lidahnya dibawah dan kedepan persis sebelum ia merapatkan mulutnya dipayudara ibu.
- b. Ia menarik puting dan sebagian besar areola besar masuk kedalam mulutnya
- c. Dagunya melekok dan payudara ibu dan hidungnya menyentuh susu ibu
- d. Bibirnya dipinggir lidahnya dan menjulur diatas gusi bawahnya
- e. Rahangnya bergerak secara ritmis ketika bayi disusui
- f. Bayi mulai disusui dengan singkat dan cepat begitu suus mengendur,ia menyelesaikan kedalam corak yang lambat dengan penuh susu dan jeda waktu yang singkat
- g. Ibu akan merasa mendengar bayi menelan susu.

C.5 Hal-hal yang mempengaruhi produksi ASI

Hal-hal yang mempengaruhi produksi ASI menurut (Nina,2013) adalah sebagai berikut:

a. Makanan

Makanan yang dikonsumsi ibu menyusui sangat berpengaruh terhadap produksi ASI. Apabila makanan yang ibumakan cukup akan gizi dan pola makan yang teratur, maka produksi ASI akan berjalan dengan lancar.

b. Ketenangan jiwa dan pikiran

Untuk memproduksi ASI yang baik maka kondisi kejiwaan dan pikiran harus tenang, keadaan psikologis ibu yang tertekan, sedih dan tegang akan menurunkan volume ASI.

c. Penggunaan alat kontrasepsi

Penggunaan alat kontrasepsi pada ibu menyusui perlu diperhatikan agar tidak mengurangi produksi ASI. Contoh alat kontrasepsi adalah kondom, ius, pil khusus menyusui, ataupun suntik hormonal 3 bulan.

d. Perawatan payudara

Perawatan payudara bermanfaat merangsang payudara mempengaruhi hipofise untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin.

e. Anatomi payudara

Jumlah lobus dalam payudara juga mempengaruhi produksi ASI. Selain itu juga perlu diperhatikan bentuk anatomis papila atau puting susu ibu.

f. Faktor fisiologi

ASI terbentuk karena pengaruh dari hormon prolaktin yang menentukan produksi ASI dan mempertahankan sekresi air susu.

g. Pola istirahat

Faktor istirahat mempengaruhi produksi dan pengeluaran ASI. Apabila kondisi ibu terlalu capek, kurang istirahat maka ASI juga berkurang.

h. Faktor isapan anak atau frekuensi penyusuan

Semakin sering bayi menyusui pada payudara ibu, maka produksi ASI semakin banyak. Akan tetapi frekuensi penyusuan pada bayi prematur dan cukup bulan berbeda.

i. Berat lahir bayi

Bblr mempunyai kemampuan menghisap ASI yang lebih rendah dibanding berat lahir normal.

j. Umur kehamilan saat melahirkan

Hal ini disebabkan bayi yang lahir prematur sangat lemah dan tidak mampu menghisap secara efektif sehingga produksi ASI lebih rendah daripada bayi yang cukup bulan.

k. Konsumsi rokok dan alkohol

Merokok dapat mengurangi volume ASI karena akan mengganggu hormon prolaktin dan oksitosin. Merokok akan menstimulasi pelepasan adrenalin dimana adrenalin akan menghambat pelepasan oksitosin begitupun dengan etanol.

C.6 Upaya memperbanyak ASI

Upaya-upaya yang dapat memperbanyak ASI menurut (Elisabeth 2017) adalah sebagai berikut:

- a. Pada minggu-minggu pertama harus lebih sering menyusui untuk merangsang produksinya
- b. Biarkan bayi, kedua belah dada ibu tiap kali menyusui juga untuk merangsang produksinya.
- c. Biarkan bayi menghisap lama pada buah dada. Makin banyak dihisap makin banyak rangsangannya
- d. Jangan terburu-buru memberikan susu formula bayi sebagai tambahan perlahan lahan ASI akan cukup diproduksi.
- e. Ibu dianjurkan minum air putih yang banyak (8-10 gelas per hari) baik berupa susu maupun air putih, karena ASI yang diberikan pada bayi mengandung banyak air.
- f. Makanan ibu sehari hari harus cukup dan berkualitas baik untuk menunjang pertumbuhan maupun menjaga kesehatan bayinya. Ibu yang sedang menyusui harus banyak mendapatkan tambahan energi, protein, maupun vitamin dan mineral. Pada 6 bulan pertama masa menyusui saat bayi hanya mendapat ASI saja ibu perlu tambhan nutrisi 700 kalori/hari. Bulan berikutnya 500 kalori/hari dan tahun kedua 400 kalori/hari.
- g. Ibu harus banyak istirahat dan banyak tidur , keadaan tegang dan kurang tidur dapat menurunkan produksi ASI.
- h. Jika jumlah ASI yang diproduksi tidak cukup maka dapat dicoba dengan pemberian obat pada ibu , seperti tablet maloco b 12 untuk menambah produksi pada ASI nya.

C .7 Masalah dalam pemberian ASI

a. Puting susu nyeri

Awalnya ibu akan merasa nyeri pada waktu awal menyusui perasaan sakit ini akan berkurang setelah ASI keluar. Bila posisi bayi dan puting susu benar perasaan nyeri akan hilang

b. Payudara bengkak

Penyebab terjadinya pembengkakan adalah posisi mulut bayi dan puting susu ibu salah, produksi ASI berlebihan, Terlambat menyusui, pengeluaran ASI yang jarang dan waktu menyusui yang terbatas.

D. ASI Eksklusif

ASI eksklusif adalah bayi hanya diberi ASI saja sejak usia 30 menit post natal (setelah lahir) sampai 6 bulan. Tanpa tambahan cairan lain, seperti susu formula, sari buah, air putih, madu, air teh, dan tanpa tambhan makanan padat seperti buah-buahan, biskuit, bubur, susu, bubur nasi dan nasi tim (Elisabeth, 2017) ASI eksklusif adalah menyusui bayi secara murni, yang dimaksud secara murni adalah bayi hanya diberi ASI saja selama 6 bulan tanpa tambahan cairan apapun seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih, dan tanpa peberian makanan tambahan lain seperti pisang, bubur susu, biscuit, bubur atau tim. Setelah bayi 6 bulan barulah bayi diberikan makanan pendamping ASI dengan ASI tetap diberikan sampai usia bayi 2 tahun atau lebih (Nina, 2013)

ASI eksklusif adalah bayi hanya menerima ASI saja dari ibunya secara langsung ataupun donor tanpa tambhan cairan makanan atau air dengan pengecualian rehidrasi oral, vitamin, mineral dan obat-obatan. (Lailatussu'da, Meilani, & Setiyawati, 2017). WHO dan UNICEF merekomendasikan para ibu, bila memungkinkan memberikan ASI eksklusif sampai 6 bulan dengan menerapkan.

- a. Inisiasi menyusui dini selama kurang 1 jam segera setelah bayi lahir.
- b. ASI eksklusif diberikan pada bayi hanya ASI saja tanpa makanan tambahan atau minuman.
- c. ASI diberikan secara on demand atau sesuai kebutuhan bayi, setiap hari selama 24 jam.
- d. ASI sebaiknya diberikan tidak menggunakan botol cangkir, ataupun dot.

D.1 Faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif

Menurut (Nurhayati et al., 2015)

a. Pengetahuan

Pengetahuan adalah merupakan hasil terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan

terjadi melalui panca indera manusia, yaitu indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.

b. Pendidikan

Pendidikan berpengaruh terhadap pemberian ASI eksklusif, dikarenakan pendidikan menjadi salah satu pondasi untuk sarana mencerna informasi dan pengetahuan. Responden yang memiliki pendidikan tinggi dan memiliki pekerjaan serta cukup banyak mendapatkan informasi biasanya memberikan ASI eksklusif hal ini tidak lepas dari dukungan tempat kerja dan keluarga (evy dkk,2020),Tingkat Pendidikan ibu dan sikap ibu dapat mendukung keberhasilan ASI Eksklusif pada bayi, semakin tinggi tingkat pendidikan ibu semakin banyak pengetahuan ibu yang dapat mengembangkan sikap ibu terhadap keberhasilan ASI Eksklusif. Banyak.

c. Sikap

Sikap adalah respon tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu yang sudah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan (senang-tidak senang, setuju-tidak setuju, baik- tidak baik, dan sebagainya) . Sikap merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak, dan bukan merupakan pelaksanaan motif tertentu.

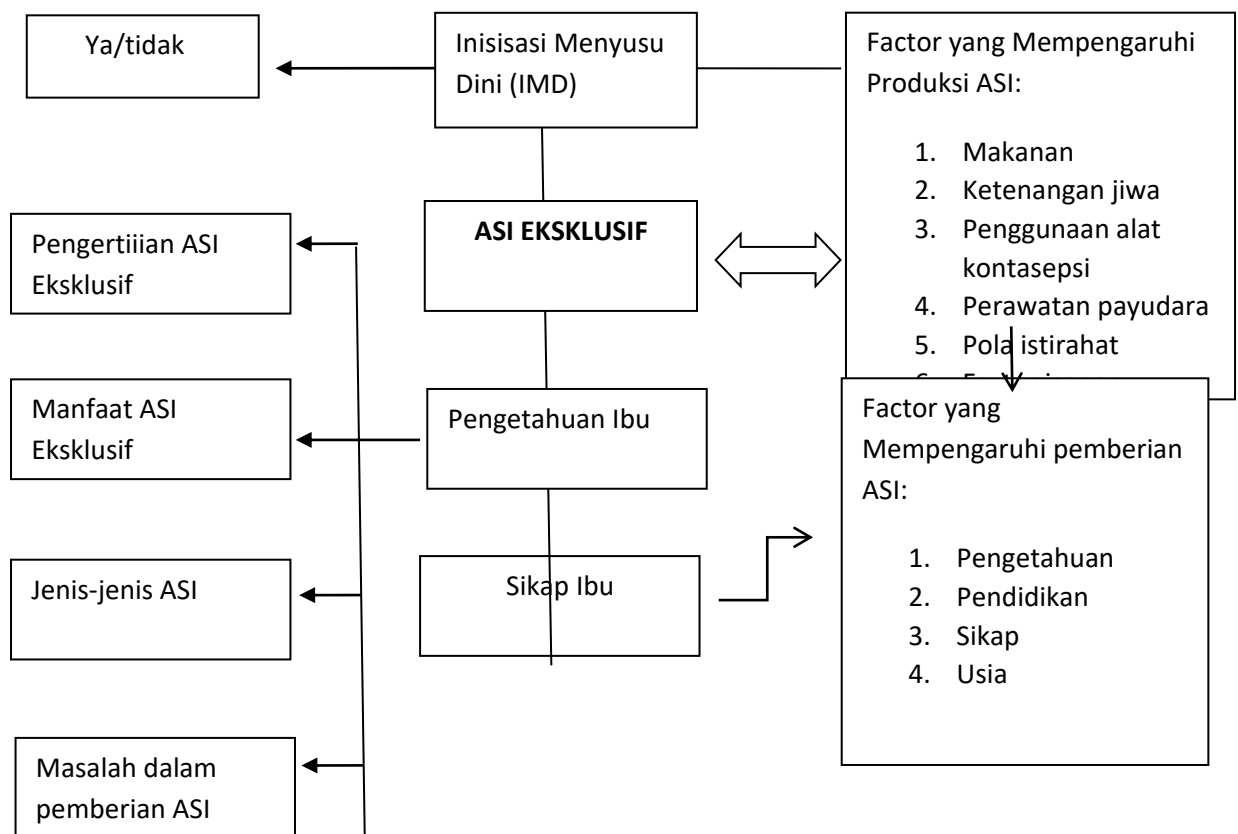
d. Pekerjaan

Bekerja bukan alasan untuk menghentikan pemberian ASI secara eksklusif selama paling sedikit 4 bulan dan bila mungkin sampai 6 bulan. Dengan adanya cuti hamil selama 3 bulan juga dapat membantu ibu untuk dapat memberikan ASI eksklusif, ditambah dengan pengetahuan yang benar tentang menyusui, perlengkapan memerah ASI yang baik dan dukungan lingkungan kerja seorang ibu yang bekerja dapat tetap memberika ASI dengan pengetahuan yang benar tentang menyusui, perlengkapan memerah ASI yang baik dan dukungan lingkungan kerja seorang ibu yang bekerja dapat tetap memberikan ASI secara eksklusif

e. Budaya

Mitos tentang pemberian ASI bagi bayi, misal ibu yang menyusui anaknya bisa menurunkan kondisi fisik dirinya merupakan suatu mitos yang sulit diterima oleh akal sehat. Demikian halnya dengan kekhawatiran ibu yang menganggap bahwa produksi ASI tidak mencukupi kebutuhan makanan bayi, yang akhirnya ibu mencari alternatif lain dengan memberi susu pendamping/tambahan (Haines et al, 2019)

E. Kerangka Teori



GAMBAR 2.1 Kerangka Teori

F. Kerangka Konsep

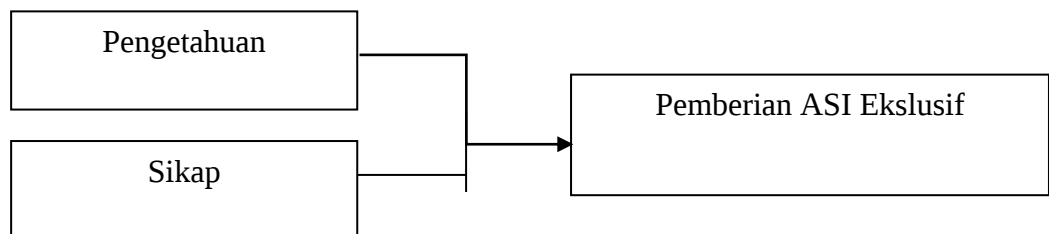
Kerangka konsep merupakan model konseptual yang berkaitan dengan bagaimana seorang peneliti Menyusun teori atau menghubungkan secara logis beberapa factor yang dianggap penting untuk masalah, kerangka konsep

membahas saling ketergantungan antara variable yang dianggap perlu untuk melengkapi dinamika situasi atau hal.

Adapun kerangka konsep dari hubungan pengetahuan dan sikap ibu Menyusui dengan pemberian ASI Eksklusif di PMB elly klambir v tanjung gusta pasar IV.

Variable indeviden
(dipengaruhi)

variable dependen
(mempengaruhi)



G. Desain Operasional

Variable	Definisi operasional	Cara ukur dan Alat ukur	Hasil ukur	Skala ukur
Pengetahuan	Pengetahuan informasi terkait ASI Eksklusif di PMB elly	Cara ukur: Responden mengisi kuesioner yang terdidri dari 10 pernyataan dengan pilihan jawaban “BS” (benar)=1 (salah)=0= Alat ukur:	Tingkat Pengetahuan dan sikap diukur dari jawaban yang benar dengan kategori: 1. Kurang : <55% 2. Cukup :56-75% 3. Baik :76-100%	Ordinal

		Kuesioner		
Sikap	Sikap ibu menyusui tentang pemberian ASI Eksklusif merupakan respon ibu kepada bayi	Cara ukur Dengan memberikan pertanyaan 10 item dan menanyakan langsung kepada ibu dengan 4 pilihan jawaban yaitu : - Sangat tidak setuju: 1 - Tidak setuju :2 - Setuju : 3 - Sangat setuju :4 Alat ukur : Kuesioner	Nilai rata-rata sebelum dan sesudah 1. Positif : jika nilai T > skor (31-40) 2. Negatif : jika nilai T < Skor =(10-30)	Ordinal

Pemberian ASI Eksklusif	untuk memulai dan mencapai ASI eksklusif yaitu dengan menyusui dalam satu jam pertama setelah kelahiran melalui Inisiasi Menyusu Dini (IMD).	Cara ukur Dengan memberikan pertanyaan dan menanyakan langsung kepada ibu dengan 2 pilihan jawaban yaitu : - Tidak Eksklusif : 1 - Tidak Eksklusif :2 Alat ukur : Kuesioner	Nilai rata-rata sebelum dan sesudah 1. Tidak Eksklusif : jika tidak diberikan asi eksklusif 2. Eksklusif : jika sudah diberikan asi eksklusif	Nominal
-------------------------	--	--	--	---------

H. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan pengetahuan dan sikap ibu menyusui dengan pemberian ASI Eksklusif di PBM elly Klambir V tanjung gusta pasar IV.