

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Dasar ASI Eksklusif

2.1.1 Pengertian

ASI eksklusif adalah praktik menyusui untuk bayi dengan hanya memberikan ASI saja untuk enam bulan pertama kehidupan bayi tanpa makanan tambahan seperti susu formula ataupun makanan lumat lainnya. WHO dan UNICEF menyarankan kepada para ibu untuk memberikan ASI sejak satu jam pertama kelahiran bayinya (Mundagowa *et al*, 2019).

ASI eksklusif adalah hanya memberikan makanan air susu ibu kepada bayi baik secara langsung maupun tidak. Selain ASI yang boleh masuk ke lambung bayi adalah tetesan sirup terdiri dari vitamin, suplemen mineral atau obat – obatan. Menyusui eksklusif adalah salah satu tindakan penting untuk perkembangan dan kelangsungan hidup bayi (Hunegnaw dkk, 2017)

ASI eksklusif adalah pemberian makanan kepada bayi hanya berupa air susu ibu, tidak ada makanan tambahan atau sufor selama enam bulan pertama kehidupannya. ASI adalah makanan terbaik yang memenuhi kebutuhan nutrisi bayi selama enam bulan awal kehidupannya (WHO, 2018). Sesuai dengan anjuran WHO dan UNICEF pemberian ASI pada bayi dapat dilanjutkan hingga bayi berusia 2 tahun atau 24 bulan (UNICEF, 2018).

2.1.2 Tahapan Laktogenesis

Tahapan laktogenesis menurut Newton (2017) dibagi menjadi 4 yaitu sebagai berikut :

1. Laktogenesis tahap 1

Laktogenesis tahap 1 terjadi selama kehamilan sebagai akibat dari hormone progesterone, prolaktin, dan hPL, dan akan selesai pada saat melahirkan dengan penurunan progesterone.

2. Laktogenesis tahap 2

Laktogenesis tahap 2 terjadi pada saat 2 sampai 3 hari pertama pascapartum, sekresi kolostrum pada saat ini sangat tinggi dan cukup untuk memenuhi nutrisi bayi. Selain itu kolostrum juga memiliki konsentrasi protein yang tinggi, Immunoglobulin A dan laktoferin yang tinggi serta kandungan lemak yang lebih rendah daripada ASI mature.

3. Laktogenesis tahap 3

ASI mature dimulai pada akhir minggu pertama atau minggu kedua pascapartum. Produksi ASI sesuai dengan permintaan bayi, jika bayi sering untuk meminta ASI maka ASI akan melimpah, selain dari permintaan bayi rangsangan pada puting dan areola dengan pada saat menyusui memberikan stimulus pada saraf sensorik untuk mengeluarkan prolaktin dan oksitosin. Oksitosin dan prolaktin merupakan hormone yang penting untuk memproduksi ASI.

4. Laktogenesis tahap 4

Laktogenesis tahap 4 ini mempengaruhi involusi dan pemberhentian produksi ASI jika frekuensi menyusui kurang dari 6 kali dalam 24 jam. Jika dalam 24 jam tidak ada stimulasi berupa hisapan pada puting susu, maka kadar prolaktin akan menurun dan menyebabkan produksi ASI juga menurun. Selain itu, jika dalam 24 – 48 jam ASI tidak dapat diproduksi tekanan intraduktal akan meningkat dan menyebabkan proses laktasi menjadi terhambat.

2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif

Kemauan seorang Ibu dalam memberikan ASI dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Lawrence Green (2005) dalam Nursalam (2017) faktor tersebut adalah faktor perilaku dan non perilaku. Faktor Perilaku meliputi faktor predisposisi, faktor pendukung dan faktor pendorong.

1. Faktor Predisposisi

Faktor predisposisi mencakup tentang pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, status sosial dan nilai – nilai.

A. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan domain terpenting dalam tindakan. Seseorang akan bertindak lebih matang dan bertahan lama jika dia paham akan sesuatu yang akan dia kerjakan. Seperti dalam hal menyusui, jika ibu mengetahui dan memahami arti

pentingnya dan manfaat yang diperoleh jika melakukan ASI eksklusif untuk bayinya, maka ibu akan lebih berkomitmen dalam melakukannya (Notoatmodjo, 2007 dalam Mudhifah 2019). Pengetahuan mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini akan menentukan perilaku seseorang dalam bertindak. Salah satu bentuk objek kesehatan dapat dijabarkan oleh pengetahuan yang diperoleh dari pengalaman sendiri. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Mogre *et al* (2016) menyatakan bahwa pengetahuan ibu, tingkat pendidikan dan usia mempengaruhi perilaku ibu dalam memberikan ASI eksklusif..

B. Sikap

Sikap merupakan konsep yang sangat penting dalam komponen sosio-psikologis, karena merupakan kecenderungan bertindak, dan berpersepsi. (Notoatmodjo, 2014). Sikap seseorang dapat berubah seiring dengan penambahan informasi yang diterimanya tentang objek tertentu. Sikap juga dapat berubah dari pengalaman yang telah diperolehnya. Edukasi tentang kesehatan secara teratur dapat mengubah sikap responden dari yang sebelumnya negatif menjadi positif. Sikap positif berarti seseorang sudah bisa menerima dan mengambil kesimpulan dari informasi yang telah diberikan.

C. Kepercayaan

Kepercayaan yang ada di masyarakat mempengaruhi pola pikir atas keputusan yang akan diambil. Kepercayaan yang turun menurun dari pendahulunya mempengaruhi niat ibu dalam memberikan ASI kepada bayinya. Kepercayaan ini yang membentuk seseorang untuk berperilaku atau bertindak (Setyaningsih, 2018). Mitos – mitos ataupun kepercayaan yang ada di masyarakat dapat menghambat tindakan pemberian ASI eksklusif. Beberapa mitos yang ada seperti kolostrum adalah hal yang kotor dan tidak boleh diberikan kepada bayi, bayi akan kekurangan nutrisi jika hanya diberi ASI saja. Dari mitos tersebut seseorang akan memberikan beberapa makanan tambahan lain sehingga akan menggagalkan pemberian ASI eksklusifnya (Hatta,2010).

D. Keyakinan

Keyakinan merupakan salah satu kondisi psikologis. Jika seorang ibu yakin dan percaya diri bahwa dapat melakukan pemberian ASI kepada bayinya, maka proses menyusui secara eksklusif akan berhasil (Aghdas *et al*, 2013 dalam Dewi, 2017). Ada beberapa keyakinan selama hidup bermasyarakat yaitu keyakinan yang mendukung dan tidak mendukung. Ramadhani (2016) menyebutkan bahwa ibu yang baru melahirkan lebih percaya dengan keyakinan yang dianut oleh keluarga atau

orangtuanya daripada informasi kesehatan yang disampaikan oleh petugas kesehatan dan juga ibu kader posyandunya.

E. Status sosial

Status sosial seseorang mempengaruhi perilakunya. Jika seseorang dengan status sosial rendah cenderung akan ketinggalan informasi, sehingga dapat mempengaruhi ibu dalam perilaku pemberian ASI (Pratama, Intan, dkk, 2018). Ibu dengan kondisi sosial ekonomi menengah dan tinggi akan cenderung bekerja untuk mencari nafkah demi menopang ekonomi keluarga, hal ini yang membuat ibu lebih cenderung untuk memilih memberikan susu formula kepada anaknya karena dianggap lebih praktis dan status sosial dimata masyarakat semakin meningkat (Syamsiana, 2010). Semakin tinggi pengeluaran perkapita rumah tangga, semakin menurun pula angka pemberian ASI eksklusifnya.

F. Nilai – nilai

Nilai merupakan pedoman yang dianggap baik atau buruk. Nilai dari kebudayaan yang dianut oleh masyarakat setempat mempengaruhi perilaku seseorang dalam bertindak. Jika dalam masyarakat memiliki kebudayaan yang baik dalam menyusui, maka pemberian ASI eksklusif juga dapat berlangsung dengan baik. (Pizzirani, 2014 dalam Mardotillah, Mila, dkk 2019)

2. Faktor Pemungkin

Faktor pendukung terdiri dari sarana kesehatan dan fasilitas kesehatan

A. Fasilitas pendukung ASI

Penyediaan fasilitas untuk memberikan ASI di tempat umum seperti adanya pojok laktasi dapat memberikan dukungan untuk keberhasilan dalam menyusui. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Muyassaroh (2018) mengatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara ketersediaan tempat untuk memberikan ASI dengan pemberian ASI eksklusif.

B. Sarana Kesehatan

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Susila (2018) sarana kesehatan yang dekat dengan masyarakat dapat mempengaruhi perilaku masyarakat dalam memberikan ASI eksklusif karena dengan adanya sarana kesehatan yang dekat masyarakat yang gagap teknologi dapat menanyakan langsung kepada tenaga kesehatan yang ada di sarana kesehatan terdekat, sehingga ibu tidak ketinggalan informasi dan pengetahuan ibu menjadi lebih baik serta ibu juga termotivasi untuk memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya.

3. Faktor Pendukung

Faktor pendorong mencakup dukungan suami, dukungan keluarga dan dukungan dari tenaga kesehatan

A. Dukungan suami

Dukungan suami sangat mempengaruhi kondisi psikologis ibu. Suami merupakan support system yang pertama bagi ibu. Suami yang mendukung penuh istrinya untuk memberikan ASI eksklusif untuk bayinya akan mempengaruhi keberhasilan ibu dalam memberikan ASI eksklusif. (Priscilla, 2019). Keberhasilan menyusui dipengaruhi oleh seorang ayah. Bantuan – bantuan kecil yang diberikan oleh seorang suami seperti menggendong dan menyendawakan bayi, mengganti popok bayi dan memberikan ASI perah kepada bayi dapat membuat perasaan ibu menjadi senang sehingga produksi ASI menjadi lancar (Ratu, 2017).

B. Dukungan keluarga

Dukungan keluarga menurut Fridman (2010) adalah sikap dan tindakan serta penerimaan terhadap kondisi anggota keluarga. Perhatian dan pertolongan ketika ibu sedang menyusui memberikan respon emosi yang positif dalam dirinya. Sehingga hormon oksitosin yang diproduksi akan lebih banyak dan proses laktasi memiliki keberhasilan yang tinggi. Sebuah penelitian yang ada di brazil menyebutkan bahwa dukungan keluarga

sangat menentukan perilaku ibu dalam memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Penelitian di Arizona menemukan bahwa dukungan keluarga meningkatkan durasi menyusui sampai enam bulan pertama dan memegang peranan penting. Renfew *et al* (2012) menyatakan bahwa ibu yang mendapat dukungan ekstra dari keluarga dapat mencegah penghentian menyusui sebelum enam bulan sebesar 91%. Serta memiliki dampak positif pada empat sampai enam minggu menyusui sebesar 74%

C. Dukungan tenaga kesehatan

Dalam PP No. 33 tahun 2012 Pasal 17 ayat 1 disebutkan bahwa setiap tenaga kesehatan dilarang menerima dan / atau mempromosikan susu formula bayi dan/ atau produk bayi lainnya yang dapat menghambat program pemberian ASI Eksklusif. Kemudian dilanjutkan pada ayat 2 yang berbunyi setiap tenaga kesehatan dilarang menerima dan / atau mempromosikan susu formula bayi dan / atau produk bayi lainnya yang dapat menghambat program pemberian ASI eksklusif.

2.1.4 Komposisi ASI

ASI mengandung komponen makronutrien dan mikronutrien. Berikut termasuk makronutrient adalah karbohidrat, protein dan lemak. Sedangkan mikronutrient

adalah vitamin dan mineral. Berikut ini adalah komposisi dalam ASI menurut Nestle Nutrition Institute (2017) :

1. Karbohidrat

Karbohidrat dalam air susu berupa disakarida yaitu laktosa yang terdiri dari glukosa dan galaktosa. Laktosa adalah karbohidrat utama dalam ASI dan berfungsi sebagai salah satu sumber energi untuk otak. Kadar Laktosa didalam ASI adalah 6,94 gr/ 100 lebih tinggi 2 kali lipat daripada susu formula. Pada system pencernaan laktosa akan diubah menjadi glukosa dan galaktosa oleh enzim *lactase*. Laktosa berfungsi menyerap kalsium, vitamin D, membantu pembentukan jaringan otak, dan membantu fungsi *Lactobacillus bifida*. Oleh sebab itu kejadian diare jarang ditemukan pada bayi dengan ASI eksklusif karena laktosa dapat tercerna dengan baik.

2. Protein

Air Susu Ibu mengandung protein yang lebih tinggi dibandingkan dengan susu formula. Protein ASI terdiri dari protein “whey” yang lebih mudah diserap oleh usus bayi dan juga ada protein casein dalam jumlah kecil. Pada susu formula terdapat beta laktoglobulin yang merupakan jenis protein yang dapat menyebabkan alergi. ASI juga mempunyai asam amino yang lebih lengkap dibandingkan susu formula. Salah satunya adalah taurin. Taurin ini memiliki manfaat yang besar untuk perkembangan otak. Taurin ini juga sangat dibutuhkan oleh bayi premature karena pada bayi premature kemampuan untuk membentuk protein ini sangat rendah. Selain asam amino

ASI juga kaya akan nukleotida yang berfungsi untuk meningkatkan pertumbuhan dan kematangan usus, merangsang pertumbuhan bakteri baik dalam usus dan meningkatkan penyerapan besi dan daya tahan tubuh.

3. Lemak

Kadar lemak dalam ASI adalah 4,5gr/100 cc lebih tinggi dibandingkan dengan kadar lemak pada susu formula. Kadar lemak dalam ASI dibutuhkan untuk mendukung pertumbuhan otak yang cepat selama masa bayi, selain itu juga berfungsi sebagai sumber energi, pelarut vitamin yang larut dalam lemak, dan pelarut asam lemak esensial. Lemak Omega 3 dan Omega 6 ditemukan pada ASI untuk perkembangan otak pada bayi. Selain itu ASI juga mengandung asam lemak rantai panjang di antaranya adalah *dokosaheksanoik* (DHA) dan asam *arakhidonat* (ARA) yang berperan terhadap perkembangan jaringan saraf dan retina mata.

4. Karnitin

ASI mengandung kadar karnitin yang tinggi terutama pada 3 minggu awal menyusui. Karnitin berfungsi untuk pembentukan energy untuk mempertahankan metabolisme tubuh bayi.

5. Vitamin

ASI mengandung berbagai macam vitamin yaitu vitamin K, vitamin D, vitamin E, vitamin A. Vitamin K berfungsi untuk faktor pembekuan. Vitamin D berfungsi untuk mencegah penyakit tulang, dalam ASI hanya mengandung sedikit vitamin D sehingga memerlukan tambahan dengan cara menjemur bayi pada pagi hari. Vitamin E berfungsi untuk ketahanan dinding

sel darah merah dan mencegah terjadinya kekurangan darah (anemia). Vitamin A berfungsi untuk kesehatan mata, mendukung pembelahan sel, kekebalan tubuh, dan pertumbuhan. Selain vitamin tersebut juga ada beberapa vitamin yang larut dalam air yaitu vitamin B, asam folat, dan vitamin C.

6. Mineral

Mineral dalam ASI dibedakan menjadi dua yaitu makroelemen dan mikroelemen. Makroelemen yaitu kalsium untuk pertumbuhan jaringan otot dan rangka, transmisi jaringan saraf dan pembekuan darah. Selain kalsium yang termasuk dalam makroelemen adalah pospor (P), Natrium (Na). Mikroelemen yang terdapat dalam ASI adalah besi (Fe) dan Jodium. Pada bayi yang menyusu dengan eksklusif memiliki kemungkinan lebih kecil untuk menderita kekurangan zat besi daripada bayi dengan susu formula. Karena kandungan zat besi dalam ASI lebih mudah diserap sekitar 20 – 50% sedangkan pada susu formula zat besi yang dapat diserap hanya 4-7%.

2.1.5 Manfaat ASI

Pemberian ASI secara eksklusif memberikan banyak manfaat baik bagi ibu, bayi, keluarga dan juga Negara. Berikut ini adalah manfaat Air Susu Ibu menurut Brahm *et al* (2017):

a. Bagi Bayi

1. 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.

2. Mengandung antibodi

Mekanisme pembentukan antibodi pada bayi adalah jika ibu mendapatkan infeksi maka tubuh ibu akan memberikan antibody dan akan disalurkan kepada bayi melalui bantuan jaringan limposit. Antibodi di payudara disebut *mammae associated immunocompetent lymphoid tissue* (MALT). Sedangkan kekebalan terhadap penyakit saluran pernapasan yang ditransfer disebut *Bronchus Associated Immunocompetent Lymphoid Tissue* (BALT), dan untuk penyakit saluran pencernaan ditransfer melalui *Gut Associated Immunocompetent Lymphoid Tissue* (GALT).

3. ASI mengandung komposisi yang tepat

ASI mengandung proporsi gizi yang seimbang dan mengandung cukup nutrisi untuk keperluan gizi bayi di enam bulan pertama kehidupannya.

4. 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.

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

Sentuhan *skin to skin* dari ibu ke bayi akan meningkatkan rasa nyaman pada bayi dan juga akan meningkatkan ikatan batin antara ibu dan bayi melalui kontak mata yang diberikan ibu pada saat menyusui bayinya. Sehingga perkembangan psikomotor dan sosial bayi akan baik.

6. Terhindar dari alergi

Pada bayi baru lahir system IgE belum terbentuk dengan sempurna. Sehingga ketika bayi diberi susu formula yang mengandung protein asing maka akan merangsang aktivasi sistem ini dan dapat menimbulkan alergi. Namun , ketika bayi diberikan ASI eksklusif dan pemberian protein asing ditunda hingga usia enam bulan maka akan mengurangi kemungkinan terjadinya alergi pada bayi.

7. ASI meningkatkan kecerdasan bagi bayi

Pada ASI terdapat 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.

8. Membantu perkembangan rahang dan merangsang pertumbuhan gigi karena gerakan menghisap mulut bayi pada payudara

Salah satu penyebab maloklusi rahang adalah kebiasaan lidah yang mendorong ke depan akibat menyusui dengan menggunakan botol atau dot.

b. Bagi Ibu

1. Aspek kontrasepsi

Pemberian ASI secara eksklusif dapat menjadikan metode kontrasepsi alamiah yang efektif untuk ibu selama belum terjadi menstruasi kembali. Hisapan bayi merangsang ujung saraf sensorik sehingga post anterior hipofise mengeluarkan prolaktin. Prolaktin akan masuk ke indung telur, menekan produksi estrogen. Sehingga tidak akan ada ovulasi.

2. Aspek kesehatan ibu

Hisapan bayi akan merangsang terbentuknya oksitosin oleh kelenjar hipofisis . Oksitosin membantu involusi uterus dan mencegah terjadinya HPP. Penundaan haid dan berkurangnya HPP mengurangi prevalensi anemia defisiensi besi. Kejadian *Carcinoma mammae* pada ibu yang menyusui lebih rendah dibandingkan yang tidak menyusui.

3. Aspek penurunan berat badan

Ibu yang menyusui secara eksklusif lebih mudah untuk menurunkan berat badan. Karena selama hamil berat badan ibu akan bertambah akibat bertambahnya lemak dalam tubuh yang dipersiapkan sebagai sumber tenaga dalam proses laktasi nanti. Sehingga setelah bayi lahir proses

laktasi berjalan maka timbunan lemak yang berfungsi sebagai cadangan tenaga akan terpakai. Sehingga akan mengurangi lemak yang ada pada tubuh ibu.

4. Aspek psikologis

Tidak hanya pada bayi, keuntungan psikologis karena menyusui secara eksklusif juga menguntungkan bagi ibu. Karena pada saat ibu hanya menyusui eksklusif ibu akan merasa bangga dan merasa dibutuhkan oleh bayinya.

c. Bagi Keluarga

1. Aspek Ekonomi

Pemberian ASI eksklusif sangat mudah dan tidak membutuhkan biaya untuk membeli. Sehingga keuangan yang semula untuk membeli susu dapat dialihkan untuk membeli keperluan lain. Sehingga akan menghemat pengeluaran keluarga.

2. Aspek Psikologi

Kelahiran bayi memberikan efek baim untuk keluarga. dengan adanya penambahan anggota keluarga baru maka akan menambah kebahagiaan anggota keluarga yang lain serta dapat mendekatkan hubungan keluarga.

3. Aspek Kemudahan

Menyusui menjadi sangat mudah. Karena keluarga tidak perlu menyiapkan botol dan memanaskan air. Selain itu menyusui dengan ASI juga dapat diberikan dimana saja dan kapan saja.

d. Bagi Negara

1. Menurunkan angka kematian dan kesakitan bayi

Beberapa penelitian epidemiologis menyebutkan bahwa ASI melindungi bayi dan anak dari penyakit infeksi, misalnya diare, otitis media, dan infeksi saluran pernapasan akut bagian bawah. Kejadian diare paling tinggi terdapat pada anak usia dibawah 2 tahun dengan penyebab rotavirus. Anak yang tetap diberikan ASI mempunyai volume tinja lebih sedikit, frekuensi diare lebih sedikit, serta lebih cepat sembuh dibanding anak yang tidak mendapatkan ASI. ASI juga mengandung nutrient seperti asam amino, dipeptid, heksose menyebabkan penyerapan natrium dan air lebih banyak, sehingga mengurangi frekuensi diare dan volume tinja. Anak yang tidak diberi ASI memiliki risiko 2 – 3 kali lebih besar menderita diare daripada anak yang diberi ASI.

2. Menghemat devisa Negara

ASI dianggap sebagai kekayaan nasional. Jika semua ibu melakukan ASI eksklusif maka diperkirakan dapat menghemat devisa sebesar Rp 8,6 milyar yang seharusnya dipakai untuk membeli susu formula.

3. Mengurangi subsidi untuk rumah sakit

Subsidi untuk rumah sakit menjadi berkurang, karena ibu melakukan rawat gabung dan mengurangi komplikasi persalinan dan infeksi nosokomial serta mengurangi biaya yang diperlukan untuk perawatan anak sakit. Anak yang diberi ASI eksklusif akan lebih jarang sakit dibandingkan dengan anak yang tidak ASI eksklusif.

4. Peningkatan kualitas generasi penerus

Anak yang mendapatkan ASI eksklusif akan tumbuh dan berkembang secara optimal sehingga kualitas generasi penerus bangsa akan menjadi lebih baik.

2.1.6 Sepuluh Langkah Keberhasilan Menyusui

Pemerintah sangat mendukung pemberian ASI eksklusif kepada bayi baru lahir. Hal ini dapat dilihat dengan adanya Keputusan menteri kesehatan yang mengatur tentang “Sepuluh Langkah Menuju Keberhasilan Menyusui (LMKM)” yang tercantum di dalam Kepmenkes No 450/Menkes/SK/IV/2004 disebutkan bahwa :

1. Sarana Pelayanan Kesehatan (SPK) mempunyai kebijakan Peningkatan Pemberian Air Susu Ibu (PP-ASI) tertulis yang secara rutin dikomunikasikan kepada semua petugas.
2. Melakukan pelatihan bagi petugas dalam hal pengetahuan dan keterampilan untuk menerapkan kebijakan tersebut.
3. Menjelaskan kepada semua ibu hamil tentang manfaat menyusui dan penatalaksanaannya dimulai sejak masa kehamilan, masa bayi lahir sampai umur 2 tahun termasuk cara mengatasi kesulitan menyusui.
4. Membantu ibu mulai menyusui bayinya dalam 30 menit setelah melahirkan, yang dilakukan di ruang bersalin. Apabila ibu mendapat operasi *Caesar*, bayi disusui setelah 30 menit ibu sadar.

5. Membantu ibu bagaimana cara menyusui yang benar dan cara mempertahankan menyusui meski ibu dipisah dari bayi atas indikasi medis.
6. Tidak memberikan makanan atau minuman apapun selain ASI kepada bayi baru lahir.
7. Melaksanakan rawat gabung dengan mengupayakan ibu bersama bayi 24 jam sehari.
8. Membantu ibu menyusui semau bayi semau ibu, tanpa pembatasan terhadap lama dan frekuensi menyusui.
9. Tidak memberikan dot atau kempeng kepada bayi yang diberi ASI.
10. Mengupayakan terbentuknya Kelompok Pendukung ASI (KP-ASI) dan rujuk ibu kepada kelompok tersebut ketika pulang dari Rumah Sakit/Rumah Bersalin/Sarana Pelayanan Kesehatan.

2.1.7 Cara Menyusui yang Benar

Menyusui merupakan hal yang penting, namun seringkali dianggap sepele oleh ibu. Berikut ini adalah cara menyusui yang benar :

Sebelum menyusui ASI dikeluarkan sedikit dan dioleskan disekitar areola mammae dan nipple sebagai disinfektan.

1. Posisi badan ibu dan bayi :
 - a. Ibu duduk/berbaring
 - b. Memegang bayi pada belakang bahu bayi
 - c. Badan bayi menghadap ke ibu

- d. Merapatkan dada bayi dengan dada ibu
 - e. Daggu bayi menempel pada payudara ibu
 - f. Menjaga hidung bayi agar tidak tertutup dengan payudara
2. Posisi mulut bayi dan putting susu ibu
 - a. Payudara dipegang dengan membentuk huruf C dibelakang areola
mamae
 - b. Bayi diberi rangsangan berupa rooting reflex
 - c. Meletakkan nipple diatas bibir bayi bagian atas, setelah mulut bayi
membuka lebar, maka masukkan hingga mulut bayi mencakup areola
mamae
 3. Posisi menyusui yang benar
 - a. Tubuh bayi menempel pada perut ibu
 - b. Daggu bayi menempel pada payudara ibu
 - c. Posisi bahu dan telinga berada pada satu garis
 - d. Bagian bawah bibir bayi terbuka
 - e. Areola mamae terjangkau keseluruhan oleh mulut bayi
 - f. Bayi melakukan hisapan perlahan dan secara simultan
 - g. Putting susu tidak lecet dan terasa perih

(Goyal *et al*, 2016)

2.1.8 Masalah yang Sering Dialami Oleh Ibu Menyusui

Ibu menyusui memiliki beberapa ketidaknyaman dan masalah dalam proses menyusui. Beberapa ketidaknyamanan tersebut adalah sebagai berikut :

1. Bendungan ASI

Bendungan ASI dapat terjadi karena frekuensi pengeluaran ASI yang tidak sesuai. Ibu yang jarang – jarang menyusui bayinya akan lebih besar berpotensi untuk mengalami bendungan ASI. Bendungan ASI ini dapat dicegah dengan cara memperbaiki frekuensi pemberian ASI yaitu dengan cara menyusui secara *on demand* atau setiap bayi meminta, ata menyusui setiap 2 jam sekali selama 15 menit (Varney, 2012).

2. Puting lecet

Puting lecet seringkali disebabkan karena perlekatan bayi yang tidak benar pada saat menyusui. Selain itu juga karena adanya infeksi oleh jamur *candida*. Nyeri dan luka karena adanya lecet pada payudara dapat segera sembuh dengan memperbaiki posisi menyusui atau memperbaiki perlekatan bayi pada payudara ibu (Varney, 2012 ; Sarwono, 2014) .

3. Mastitis

Mastitis adalah peradangan payudara. Ditandai dengan salah satu payudara terasa panas, merah dan meradang dan ibu juga mengalami kenaikan suhu tubuh. Mastitis biasanya terjadi 3 minggu postpartum. Mastitis dapat disebabkan salah satunya adalah karena pengosongan payudara yang dilakukan ibu kurang sempurna/ karena frekuensi menyusui yang tidak

sesuai. Mastitis noninfektif disebabkan karena adanya penyumbatan pada saluran kelenjar pengeluaran air susu. Sedangkan pada mastitis infektif disebabkan oleh bakteri

4. Abses

Abses adalah pengumpulan pus yang terlokasi. Ini dapat terjadi jika mastitis tidak ditangani dengan baik. Terdapat benjolan yang nyeri, kemerahan dan panas. Menurut WHO pus diaspirasi untuk mengkonfirmasi diagnosis. Pus dikultur untuk memberikan antibiotik yang tepat untuk terapi ibu. Selama terapi berjalan ibu tetap bisa menyusui menggunakan payudara yang tidak terkena abses (WHO, 2003; Varney 2012).

2.1.9 Aturan Hukum yang Berhubungan dengan ASI Eksklusif

Pemerintah mendukung upaya pemberian ASI Eksklusif untuk bayi dengan membuat beberapa peraturan perundang – undangan sebagai berikut :

A. UU No 36 tahun 2009 tentang kesehatan

Pada UU no 36 tahun 2009 tentang kesehatan peraturan tentang ASI eksklusif tercantum dalam pasal 128 dan pasal 200. Dalam pasal 128 ayat 1, ayat 2 dan ayat 3 berbunyi sebagai berikut :

- (1) Setiap bayi berhak mendapatkan air susu ibu eksklusif sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan kecuali atas indikasi medis.

- (2) Selama pemberian air susu ibu, pihak keluarga, pemerintah, pemerintah daerah, dan masyarakat harus mendukung ibu bayi secara penuh dengan penyediaan waktu dan fasilitas khusus.
- (3) Penyediaan fasilitas khusus sebagaimana dimaksud pada ayat (2) diadakan di tempat kerja dan tempat sarana umum.

Sedangkan dalam pasal 200 mengatur tentang seseorang yang dengan sengaja menghalangi diberikannya ASI eksklusif akan dikenakan hukuman. Pasal 200 dalam UU no 36 tahun 2009 berbunyi sebagai berikut : “ Setiap orang yang dengan sengaja menghalangi program pemberian air susu ibu eksklusif sebagaimana dimaksud dalam pasal 128 ayat (2) dipidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan denda paling banyak Rp 100.000.000,00 (seratus juta rupiah).

B. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No 33 tahun 2012 tentang pemberian Air Susu Ibu Eksklusif

- (1) Pada pasal 6 disebutkan bahwa “ Setiap ibu yang melahirkan harus memberikan ASI Eksklusif kepada bayi yang dilahirkannya”.
- (2) Pada pasal 11 ayat (1) disebutkan bahwa “ Dalam hal ibu kandung tidak dapat memberikan ASI Eksklusif bagi bayinya sebagaimana dimaksud dalam pasal 6, pemberian ASI Eksklusif dapat dilakukan oleh pendonor ASI. Ayat (2) Pemberian ASI Eksklusif oleh pendonor ASI dilakukan dengan syarat harus permintaan dari ibu kandung / keluarga; identitas, agama, dan alamat pendonor ASI diketahui dengan jelas oleh ibu atau keluarga ; persetujuan pendonor

ASI setelah mengetahui identitas bayi yang diberi ASI; pendonor ASI dalam kondisi kesehatan baik dan tidak mempunyai indikasi medis; ASI tidak diperjualberikan.

- (3) Pasal 12 ayat (1) Setiap ibu yang melahirkan bayi harus menolak pemberian susu formula bayi dan / atau produk bayi lainnya.
- (4) Pasal 13 ayat (1) Untuk mencapai pemanfaatan pemberian ASI Eksklusif secara optimal, tenaga kesehatan dan penyelenggara fasilitas kesehatan wajib memberikan informasi dan edukasi ASI eksklusif kepada ibu dan / atau anggota keluarga dari bayi yang bersangkutan sejak pemeriksaan kehamilan sampai dengan periode pemberian ASI eksklusif selesai.

C. Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 450/MENKES/SK/VI/2004 tentang Pemberian ASI secara Eksklusif di Indonesia

- (1) Menetapkan ASI eksklusif bagi bayi di Indonesia sejak bayi lahir sampai dengan bayi berumur 6 (enam) bulan dan dianjurkan dilanjutkan sampai anak berusia 2(dua) tahun dengan pemberian makanan tambahan yang sesuai.
- (2) Semua tenaga kesehatan yang bekerja di sarana pelayanan kesehatan agar menginformasikan kepada semua ibu yang baru melahirkan untuk memberikan ASI Eksklusif.

(Infodatin, 2014)

2.2 Konsep Pengetahuan

2.2.1 Pengertian

Menurut Notoatmodjo (2014) Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya. Pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh pendengaran dan penglihatan. Pengetahuan seseorang memiliki tingkat yang berbeda – beda. Tingkat pengetahuan seseorang dibagi menjadi 6 tingkatan yaitu :

1. Tahu (*know*)
2. Memahami (*comprehension*)
3. Aplikasi (*application*)
4. Analisis (*Analysis*)
5. Sintesis (*synthesis*)
6. Evaluasi (*evaluation*)

2.2.2 Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa faktor, menurut Notoatmodjo (2012) faktor tersebut adalah sebagai berikut :

1. Pendidikan

Pendidikan seseorang didapat baik melalui pendidikan formal di sekolah dan non formal atau di luar sekolah. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka orang tersebut akan memiliki pemikiran

yang lebih terbuka dan memiliki kemampuan yang lebih tinggi untuk memahami berbagai pengetahuan.

2. Media Massa/ Informasi

Banyaknya media informasi yang ada mempengaruhi pengetahuan seseorang. Media informasi yang ada seperti televisi, radio dan surat kabar saat ini sudah mulai ditinggalkan. Orang – orang banyak beralih menggunakan sosial media seperti instagram, twitter, facebook dan media internet untuk memperoleh berbagai informasi. Media informasi yang ada memberikan dampak positif dan negatif untuk penggunaannya. Jika penggunaannya memanfaatkan media yang ada dengan baik maka akan memberikan dampak positif yaitu pengetahuan yang akan bertambah dan bermanfaat untuk kehidupannya.

3. Sosial Budaya dan Ekonomi

Budaya atau tradisi yang beragam memberikan dampak terhadap pengetahuan seseorang. Tradisi yang merugikan dapat memberikan dampak yang buruk terhadap kehidupan. Begitu pula dengan status ekonomi. Jika status ekonomi seseorang rendah maka akan mempengaruhi pengetahuan seseorang, karena kesediaan fasilitas untuk kegiatan tertentu yang sifatnya dapat digunakan untuk mengakses informasi untuk menambah pengetahuannya tidak dapat terpenuhi.

4. Lingkungan

Proses masuknya pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh lingkungan tempat tinggalnya. Baik lingkungan fisik, biologis dan sosialnya. Penangkapan informasi yang berbeda pada lingkungannya akan memberikan suatu tambahan pengetahuan pada diri seseorang.

5. Pengalaman

Pengalaman yang didapat pada diri seseorang dapat dijadikan tambahan pengetahuan. Pengalaman yang dimaksud disini tidak hanya pengalaman pribadi tetapi dapat juga diperoleh dari pengalaman orang lain yang disampaikan melalui ceritanya.

6. Usia

Semakin muda usia seseorang mempengaruhi penangkapannya dalam menerima informasi yang diberikan. Semakin banyak usia seseorang akan mempengaruhi pola pikir seseorang untuk menambah wawasan dalam memperoleh pengetahuan.

2.3 Konsep Sikap

2.3.1 Pengertian

Sikap merupakan konsep yang sangat penting dalam komponen sosio-psikologis, karena merupakan kecenderungan bertindak, dan berpersepsi. (Notoatmodjo, 2014). Sikap memiliki beberapa karakteristik yaitu :

- a. Sikap merupakan kecenderungan berpikir, berpersepsi, dan bertindak

- b. Sikap mempunyai daya pendorong (motivasi)
- c. Sikap relative lebih menetap, dibanding emosi dan pikiran
- d. Sikap mengandung aspek penilaian atau evaluatif terhadap objek dan mempunyai 3 komponen, yakni :

1) Komponen kognitif

Komponen kognitif adalah aspek intelektual yang berkaitan dengan apa yang diketahui manusia. Komponen kognitif adalah olahan pikiran manusia atau seseorang terhadap kondisi eksternal atau stimulus, yang menghasilkan pengetahuan.

2) Komponen afektif

Komponen afektif adalah aspek emosional yang berkaitan dengan penilaian terhadap apa yang diketahui manusia. Setelah seseorang paham atau tahu terhadap stimulus atau kondisi eksternalnya. Maka selanjutnya akan mengolahnya lagi dengan melibatkan emosionalnya. Hasilnya adalah penilaian atau pertimbangan terhadap pengetahuan tersebut.

3) Komponen konatif

Komponen konatif adalah aspek visional yang berhubungan dengan kecenderungan atau kemauan bertindak.

2.3.2 Faktor yang Mempengaruhi Sikap

Menurut Saifuddin Azwar (2013) beberapa faktor yang mempengaruhi sikap seseorang adalah sebagai berikut :

1. Pengalaman Pribadi

Pengalaman pribadi yang berkesan baik akan memberikan output sikap yang baik pula di kehidupan mendatangnya. Pengalaman pribadi yang melibatkan emosional akan memudahkan dalam membentuk sikap seseorang.

2. Pengaruh orang lain yang dianggap penting

Orang lain yang dianggap penting memiliki pengaruh yang besar dalam membentuk sikap seseorang. Individu tersebut akan memiliki kecenderungan terhadap orang yang dipercaya karena dia ingin menghindari konflik dengan orang tersebut.

3. Pengaruh kebudayaan

Kebudayaan memberikan pengaruh yang cukup besar terhadap sikap seseorang. Kebudayaan memberikan beberapa pengalaman yang pada akhirnya akan membentuk sikap seseorang tersebut dalam menyelesaikan berbagai masalah.

4. Media Massa

Pengaruh media massa saat ini juga cukup kuat. Adanya beberapa opini yang ada di media massa membuat orang tersebut akan tersugesti atau terpengaruh. Opini – opini yang bersifat baik akan membentuk kepribadian dan sikap yang baik pula.

5. Lembaga Pendidikan dan lembaga Agama

Lembaga pendidikan dan lembaga agama memiliki peran yang penting dalam membentuk sikap seseorang. Pendidikan umum dan agama harus

sudah dibekali sejak dini, karena ini akan menjadi dasar seseorang dalam bersikap dan bertindak.

6. Faktor Emosional

Sikap seseorang didasari dari emosi. Sikap merupakan pernyataan yang didasari oleh emosi yang berfungsi sebagai semacam penyaluran frustrasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego. Sikap demikian dapat merupakan sikap yang sementara dan segera berlalu begitu frustrasi telah hilang akan tetapi dapat pula merupakan sikap yang lebih persisten dan bertahan lama.