

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Pustaka

1. ASI (Air Susu Ibu)

ASI merupakan makanan pertama, utama dan terbaik bagi bayi, yang bersifat alamiah. ASI mengandung berbagai zat gizi yang dibutuhkan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan bayi (Prasetyono, 2012).

a. Kandungan Gizi pada ASI

ASI adalah makanan yang kaya gizi bagi bayi. Berbeda air susu berikutnya yang berwarna putih, yang hanya sedikit mengandung protein sekitar 1% dengan kolostrum. Pada kolostrum banyak mengandung protein sekitar 16%, imunoglobulin A (Ig A), laktoferin dan sel-sel darah putih, yang kesemuanya sangat penting bagi pertumbuhan bayi terhadap serangan penyakit (infeksi), lebih banyak mengandung vitamin A dan mineral-mineral seperti seng (Zn) dan natrium (Na), serta lebih sedikit mengandung lemak dan laktosa.

Perbandingan kandungan komposisi antara ASI dan susu sapi diperlihatkan dalam tabel berikut:

Tabel 2. Perbandingan kandungan komposisi antara ASI dan susu sapi

Komposisi	Satuan	ASI	Susu sapi
Energi	Kkal	70	67
Air	G	89,7	90,2
Protein	G	1,07	3,4
Rasio kasein: whey		1:1,5	1:0,2
Lemak	G	4,2	3,9
Laktosa	G	7,4	4,9
Vitamin a	Ug	60	31
Beta karoten	Ug	0	19
Vitamin D	Ug	0,01	0,03
Larut dalam air	Ug	0,80	0,15
Vitamin c	Mg	3,8	1.5
Tiamin (vit B2)	Mg	0,02	0.04
Riboflavin (vit b2)	Mg	0,03	0.2
Niasin	Mg	0,62	0.89
Vit b12)	Ug	0,01	0.31
Folasin (asam folat)	Ug	5,2	5.2
Kalsium	Mg	35	124
Besi	Mg	0,08	0,05
Tembaga	Ug	39	21
Seng	Ug	295	361

Keterangan : air susu sapi yang belum diolah, 100ml=103 g;100 g=97 ml. Dikutip dari Dr.ir.Deddy Muchtadi,MS "gizi untuk bayi",1993,hlm.33.

Meskipun ASI lebih sedikit mengandung kalsium dari pada susu sapi, tetapi karena mudah diserap, maka jumlah ini sudah memenuhi kebutuhan bayi. Demikian pula dengan zat besi yang dikandung oleh ASI dan susu sapi yang sedikit, tetapi sekitar 75% dari zat ini yang terdapat dalam ASI dapat diserap oleh usus dibandingkan zat besi yang terdapat dalam makanan-makanan lain hanya mampu diserap sekitar 5-10% saja.

Banyak peneliti telah membuktikan bahwa bayi yang sejak lahir diberi ASI lebih terjaga dari penyakit, terutama diare dan mempunyai kemungkinan untuk tumbuh kembang lebih baik ketimbang bayi yang diberi susu formula, berikut perbandingannya:

1) ASI Lebih Bersih

ASI lebih bersih dibandingkan dengan susu formula meskipun ASI tidak sepenuhnya steril karena adanya kemungkinan kontaminasi bakteri dari puting susu, tetapi bakteri ini tidak mempunyai kesempatan untuk berkembang baik karena ASI segera diminum.

2) Imunoglobulin

ASI mengandung imunoglobulin terutama imunoglobulin A (IgA) lebih banyak pada kolostrum (ASI “kuning”) daripada ASI “putih”. IgA tidak diserap oleh usus, tetapi akan beraksi melawan bakteri-bakteri tertentu dalam usus. ASI dapat memberikan perlindungan terhadap kemungkinan penyakit alergi dan sakit perut pada bayi. Penyakit-penyakit ini muncul dan menyerang bayi karena mungkin bayi terlalu awal diberikan susu sapi.

3) Laktoferin

Laktoferin adalah suatu protein yang mengikat zat besi agar tidak dimanfaatkan bakteri-bakteri usus yang berbahaya sebagai media berkembang biak. Oleh karena

itu pemberian zat besi tambahan kepada bayi harus segera dihindari, karena dapat mempengaruhi daya perlindungan yang diberikan oleh laktoferin yang terdapat dalam ASI.

4) Lisozim

Lisozim merupakan suatu enzim yang terdapat dalam ASI mengandung sampai 4000 sel-sel darah putih per mililiter. Sel-sel ini diketahui mampu mengeluarkan igA, lisozim dan interferon. Interferon adalah merupakan suatu senyawa yang berfungsi menghambat aktivitas beberapa macam virus.

5) Faktor Bifidus

Faktor bifidus merupakan suatu karbohidrat yang mengandung nitrogen, yang diperlukan untuk pertumbuhan bakteri *Lactobacillus bifidus*. Dalam usus bayi yang diberi ASI, bakteri ini mendominasi flora bakteri dan memproduksi asam laktat dari laktosa. Asam laktat ini berfungsi menghambat pertumbuhan bakteri yang berbahaya dan parasit lainnya.

b. Pentingnya ASI bagi Bayi

Air susu ibu (ASI) sangat penting untuk bayi selama 2 tahun pertama kehidupannya. Meskipun susu sapi olahan dan susu formula juga baik, tapi air susu ibu disesuaikan secara alami untuk keperluan khusus. Air susu ibu merupakan makanan terbaik bagi

bayi. Makanan tambahan ASI hanya diberikan jika ASI tidak mencukupi kebutuhan bayi.

Sebab utama mengapa ASI lebih baik adalah:

- 1) ASI mengandung semua zat gizi yang sesuai dengan tuntutan bayi manusia.
- 2) ASI meringankan fungsi pencernaan dan ginjal yang memang belum sempurna.
- 3) ASI mengandung zat antibodi yang melindungi bayi dari serangan penyakit pada minggu-minggu pertama.
- 4) Kontak langsung antara bayi dan ibu memberikan rasa aman, serta kesejahteraan emosi bagi anak.

Air susu ibu harus diberikan segera atau 30 menit setelah dilahirkan sampai bayi berumur 6 bulan. Setelah berumur 6 bulan ASI masih tetap diberikan hingga berumur 2 tahun. Ketika memasuki usia 6 bulan, bayi mulai diperkenalkan dengan memberi makanan padat sebagai makanan pendamping ASI. Makanan tambahan tersebut dapat diberikan dalam jumlah yang meningkat sampai ASI tergantikan secara keseluruhan oleh makanan lain.

c. Cara Memberikan ASI

Agar payudara dapat mengeluarkan air susu dengan lancar, maka payudara perlu dijaga dan dipelihara, serta dipersiapkan untuk menyusui mulai dari masa pra kelahiran. Langkah pertama adalah memeriksa normal atau tidaknya payudara atau puting susu.

Biasanya, puting akan kelihatan menonjol pada saat mendekati kelahiran anak atau awal masa laktasi.

Kolostrum (ASI yang keluar pertama kali) yang sarat dengan zat-zat gizi dan antibodi harus diberikan, sehingga bayi akan terlindungi dari berbagai macam penyakit selama beberapa hari pertama kehidupannya. Ibu yang tidak mengerti akan membuang air susu yang berwarna kuning itu karena menganggapnya kotor atau tidak bersih, tidak seperti air susu putih, padahal kolostrum ini mengandung antibodi yang sangat penting bagi bayi.

Berilah bayi dengan ASI dalam beberapa menit dari masing-masing kedua payudara untuk beberapa hari-hari pertama kehidupannya. Cara ini dapat mencegah terjadinya pengerasan payudara karena adanya sisa air susu yang tidak sempat keluar.

Berikut ini petunjuk singkat cara menyusui yang baik:

- 1) Pertama-tama, cucilah tangan ibu sebelum memulai menyusui. kemudian bayi dipangku, kepalanya diletakkan pada siku ibu, lalu tangan ibu menahan bokong bayi.
- 2) Hendaknya menjaga tubuh bayi menghadap ibu dan perut bayi tetap menempel pada badan ibu.
- 3) Sebelum puting dimasukkan ke dalam mulut bayi, sebaiknya payudara ditekan-tekan melingkar agar otot-otot payudara menjadi lemas sehingga memudahkan air susu mengalir.

- 4) Pastikan agar mulut bayi berada pada posisi sekeliling puting, kemudian sentuhkan pada bibir bayi untuk merangsang mulut bayi terbuka lebar.
- 5) Basahi puting susu dengan ASI, jika mulut bayi telah terbuka lebar, segeralah masukkan puting kemulut bayi.
- 6) Lakukanlah kegiatan menyusui ini dengan payudara yang bergantian, kira-kira 7 menit untuk payudara kiri dan 8 menit untuk payudara kanan (Mahayu, 2014).

d. Kendala dalam Pemberian ASI Eksklusif

ASI eksklusif selama 6 bulan merupakan makanan terbaik bagibayi, akan tetapi dalam pelaksanaannya banyak kendala yang muncul, antara lain ibu kurang memahami tata laksana laktasi yang benar, produksi ASI kurang, kelainan puting ibu, kesulitan bayi dalam menghisap dan karena ibu bekerja. Sehingga harus meninggalkan bayinya di rumah, keinginan untuk disebut modern, dan pengaruh iklan susu formula yang kian gencar (Prasetyono, 2012).

2. ASI Eksklusif

ASI eksklusif adalah bayi hanya diberi ASI selama 6 bulan tanpa tambahan cairan lain, seperti susu formula, jeruk, madu, air putih serta tanpa tambahan makanan padat, seperti pisang, bubur susu, biskuit, bubur nasi dan nasi tim. Pemberian ASI eksklusif juga berhubungan dengan tindakan memberikan ASI kepada bayi hingga berusia 6 bulan tanpa makanan dan minuman lain (Prasetyono, 2012).

3. Pengetahuan

Menurut Suhartono (2005) pengetahuan diperlukan manusia untuk memecahkan setiap persoalan yang muncul sepanjang kehidupan manusia dalam pencapaian tujuan hidup yaitu kebahagiaan, keadaan makmur, tenteram, damai dan sejahtera baik pada taraf individual maupun taraf sosial. Pengetahuan juga dapat membuat manusia memiliki kemampuan untuk mempertahankan dan mengembangkan hidup. Pengetahuan juga berguna supaya manusia tidak melakukan penyelidikan dan pemikiran mengenai sesuatu hal yang pada akhirnya menjadi sia-sia.

Tingkat pendidikan ibu yang tinggi belum tentu mempengaruhi tingkat pengetahuan ibu dalam memberikan ASI eksklusif. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor sesuai dengan Notoatmodjo (2010) yaitu pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh faktor internal seperti intelegensi, minat, dan kondisi fisik, Faktor eksternal seperti keluarga dan masyarakat.

a. Sumber-Sumber Pengetahuan

Menurut Suhartono (2005) pengetahuan dibentuk oleh beberapa sumber yang lebih kompleks yaitu kepercayaan, kesaksian orang lain, pengalaman, akal pikiran dan intuisi.

- 1) Sumber pertama yaitu kepercayaan berdasarkan adat-istiadat, tradisi dan agama yang merupakan nilai-nilai warisan nenek moyang. Sumber ini biasanya berbentuk norma atau kaidah yang kebenarannya tidak dapat dibuktikan secara rasional dan empiris, tetapi sulit untuk dikritik atau diperbaiki karena sumber pengetahuan ini sudah ditanamkan sejak seseorang dilahirkan.
- 2) Sumber kedua yaitu kesaksian orang lain. Kesaksian ini biasanya didapatkan dari orang yang berpengalaman dan berpengetahuan lebih luas sebelumnya seperti orangtua, guru, ulama dan orang yang dituakan dan apapun yang dikatakan mereka baik atau buruk, benar atau salah biasanya diikuti tanpa kritik.
- 3) Sumber ketiga yaitu pengalaman individu. Pengalaman sering dijadikan sebagai alat vital dalam memenuhi kebutuhan hidup. Pengalaman yang dimaksud dalam hal ini adalah pengalaman indrawi karena dengan indra manusia dapat menggambarkan sesuatu dengan benar (Bakhtiar, 2004).

- 4) Sumber keempat yaitu akal pikiran. Akal pikiran mampu menangkap hal-hal yang metafisis, spiritual, abstrak, universal, yang seragam dan yang bersifat tetap. Akal pikiran cenderung memberikan pengetahuan lebih umum, objektif dan pasti sehingga dapat diyakini kebenarannya (Bakhtiar, 2004).
- 5) Sumber kelima yaitu intuisi. Intuisi merupakan pemahaman yang tertinggi, juga merupakan pengalaman batin yang bersifat langsung artinya berbuat dengan alasan yang jelas. Dengan demikian pengetahuan intuisi kebenarannya tidak dapat diuji karena hanya berlaku secara personal belaka (Suhartono, 2005).

b. Cara Pengukuran Pengetahuan

Menurut Arikunto (2006) pengukuran pengetahuan dapat diperoleh dari kuesioner atau angket yang menanyakan isi materi yang ingin diukur dari subyek penelitian atau responden. Kedalaman pengetahuan yang ingin kita ketahui atau kita ukur dapat juga disesuaikan dengan tingkat pengetahuan tersebut diatas. Pengetahuan yang diukur dapat digolongkan dalam kategori sudah baik, cukup dan kurang (Setiadi, 2007).

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan dalam Diri Seseorang

1) Pendidikan.

Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah dan berlangsung seumur hidup. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi. Dengan pendidikan tinggi maka seseorang akan cenderung untuk mendapatkan informasi, baik dari orang lain maupun dari media massa. Semakin banyak informasi yang masuk semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan. Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan dimana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Namun perlu ditekankan bahwa seorang yang berpendidikan rendah tidak berarti mutlak berpengetahuan rendah pula. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh di pendidikan formal, akan tetapi juga dapat diperoleh pada pendidikan non formal. Pengetahuan seseorang tentang sesuatu obyek juga mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan negatif. Kedua aspek inilah

yang akhirnya akan menentukan sikap seseorang terhadap obyek tertentu. Semakin banyak aspek positif dari obyek yang diketahui, akan menumbuhkan sikap makin positif terhadap obyek tersebut .

2) Informasi/ MediaMassa

Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengaruh jangka pendek (immediate impact) sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Majunya teknologi akan tersedia bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang inovasi baru. Sebagai sarana komunikasi, berbagai bentuk media massa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, dan lain-lain mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang. Dalam penyampaian informasi sebagai tugas pokoknya, media massa membawa pula pesan-pesan yang berisi sugesti yang dapat mengarahkan opini seseorang. Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya pengetahuan terhadap hal tersebut.

3) Sosial budaya dan ekonomi

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan orang-orang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk. Dengan demikian seseorang akan bertambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Status ekonomi seseorang juga akan menentukan tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga status sosial ekonomi ini akan mempengaruhi pengetahuan seseorang.

4) Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada di sekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut. Hal ini terjadi karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh setiap individu.

5) Pengalaman

Pengalaman sebagai sumber pengetahuan adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi masa lalu. Pengalaman belajar dalam bekerja yang

dikembangkan memberikan pengetahuan dan keterampilan professional serta pengalaman belajar selama bekerja akan dapat mengembangkan kemampuan mengambil keputusan yang merupakan manifestasi dari keterpaduan menalar secara ilmiah dan etik yang bertolak dari masalah nyata dalam bidang kerjanya.

6) Usia

Usia mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik. Pada usia madya, individu akan lebih berperan aktif dalam masyarakat dan kehidupan sosial serta lebih banyak melakukan persiapan demi suksesnya upaya menyesuaikan diri menuju usia tua, selain itu orang usia madya akan lebih banyak menggunakan banyak waktu untuk membaca. Kemampuan intelektual, pemecahan masalah, dan kemampuan verbal dilaporkan hampir tidak ada penurunan pada usia ini. Dua sikap tradisional mengenai jalannya perkembangan selama hidup. Semakin tua semakin bijaksana, semakin banyak informasi yang dijumpai dan semakin banyak hal yang dikerjakan sehingga menambah pengetahuannya. Tidak dapat

mengajarkan kepandaian baru kepada orang yang sudah tua karena mengalami kemunduran baik fisik maupun mental. Dapat diperkirakan bahwa IQ akan menurun sejalan dengan bertambahnya usia, khususnya pada beberapa kemampuan yang lain seperti misalnya kosa kata dan pengetahuan umum. Beberapa teori berpendapat ternyata IQ seseorang akan menurun cukup cepat sejalan dengan bertambahnya usia (Wahyudi, 2012).

4. Motivasi

a. Jenis jenis motivasi

Menurut priyosaksono (2008) motivasi dapat dibedakan menjadi 3 jenis, yaitu:

1) *Fear motivation*

Fear motivation adalah motivasi yang didasarkan atas kekuatan seseorang melakukan sesuatu yang buruk akan terjadi.

2) *Achievment motivation*

Achievment motivation adalah motivasi yang didasarkan karena ingin mencapai sesuatu motivasi ini jauh lebih baik dari yang pertama karena sudah ada tujuan didalamnya.

3) *Inner motivation*

Inner motivation adalah motivasi yang didorong kekuatan dari dalam yaitu karena didasarkan oleh misi hidupnya yang berdasarkan nilai yang diyakini.

b. Faktor-Faktor internal yang Mempengaruhi Motivasi:

1) Fisik

Faktor fisik adalah segala sesuatu yang berkaitan dengan kondisi atau kelainan fisik seputar menyusui misalnya puting susu lecet, payudara bengkak, mastitis dan abses. Yang cukup sering terjadi adalah puting lecet karena posisi bayi yang menyusui kurang tepat atau bayi menggigit puting, yang tentunya membuat ibu merasa sakit dan akhirnya berhenti menyusui.

2) Proses mental

Motivasi merupakan suatu proses yang tidak terjadi begitu saja tetapi ada kebutuhan yang mendasari munculnya motivasi tersebut yaitu menyusui yang mengalami gangguan pada proses mental tentu sulit untuk memberi ASI kepada bayinya.

3) Faktor kematangan usia

Kematangan usia akan mempengaruhi pada proses berfikir dan pengambilan keputusan dalam pemberian ASI (Bobak, 2004).

4) Tingkat pengetahuan

Pengetahuan didapat dari pengalaman sendiri atau dari pengalaman orang lain. Tingkat pengetahuan seseorang mempengaruhi perilaku individu, yang mana makin tinggi pengetahuan seseorang maka akan memberi respon lebih rasional dan juga makin tinggi kesadarannya akan memberikan ASI eksklusif (suradi *et al*, 2004).

c. Sedangkan faktor eksternal meliputi :

1) Lingkungan

Lingkungan sangat berpengaruh terhadap motivasi ibu menyusui terutama lingkungan yang tidak mendukung dan kurang kondusif akan meningkatkan ataupun mengurangi stress bagi ibu menyusui.

2) Kebudayaan

Budaya adalah hasil cipta manusia dan terkandung kebiasaan. Kebiasaan adalah perbuatan yang diulang-ulang dalam bentuk yang sama, kebiasaan diperoleh dari budaya yang mengandung nilai-nilai kepercayaan tentang segala sesuatu. Banyak ibu-ibu yang mempunyai kebiasaan malu-malu serta sembunyi-sembunyi menyusui bayinya karena mereka menganggap menyusui tidak sopan. Hal ini mempengaruhi tabiat bahwa menyusui anak merupakan sesuatu hal yang harus dihindarkan.

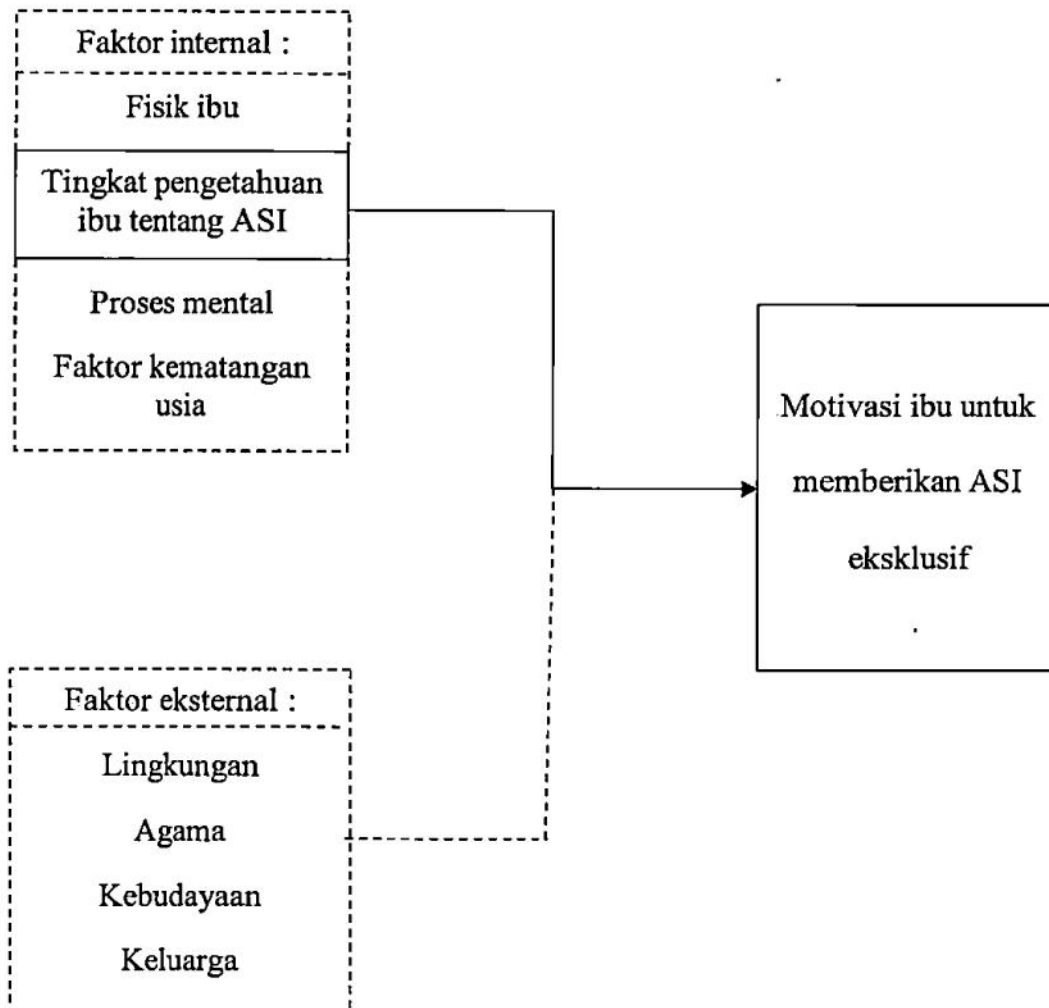
4) Dukungan keluarga

Dukungan keluarga merupakan faktor pendukung yang pada prinsipnya adalah suatu kegiatan baik bersifat emosional maupun psikologis yang diberikan kepada ibu menyusui dalam memberikan ASI. Seorang ibu yang tidak pernah mendapatkan nasehat atau penyuluhan tentang ASI dari keluarganya dapat mempengaruhi sikapnya ketika ia harus menyusui sendiri bayinya (Lubis, 2000).

4) Agama

Alasan yang paling penting untuk memulai menyusui adalah latar belakang agama Islam. Hal ini kemungkinan besar terkait dengan ajaran Islam dalam Al-Qur'an yang menyatakan, "Dan ibu harus menyusui anaknya selama dua tahun penuh, bagi mereka yang ingin menyelesaikan durasi sesuai menyusui". Sehingga hal tersebut memotivasi wanita dalam memberikan ASI bagi bayi mereka (Al-Binali, 2012).

B. Kerangka konsep



Keterangan:

: Diteliti

: Tidak diteliti

C. Hipotesis

Terdapat hubungan pengetahuan ibu tentang ASI terhadap motivasi ibu dalam pemberian ASI eksklusif.