

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Eksklusif

1. Pengertian ASI Eksklusif

ASI Eksklusif merupakan pemberian asi secara murni sejak bayi baru lahir hingga berusia 6 bulan. ASI diberikan tanpa ditambahkan cairan lain, seperti madu, air teh, jeruk, air ataupun susu formula. Kecuali sirup obat yang digunakan untuk pengobatan bayi dan tanpa pemberian makanan tambahan, misalnya bubur, biskuit, nasi tim atau pisang. ASI merupakan jenis makanan yang memenuhi seluruh kebutuhan bayi, meliputi aspek fisik, psikologis, sosial, dan spiritual. Air Susu Ibu menjadi satu-satunya makanan atau minuman terbaik untuk bayi selama enam bulan pertama karena mampu menyediakan kebutuhan nutrisi secara optimal (Akbar et al., 2021).

2. Instrumen Pemantauan ASI Eksklusif

Dalam pemantauan pemberian ASI Eksklusif digunakan kode berikut:

- a. E1 = apabila ASI hanya sampai berumur 1 bulan
- b. E2 = apabila ASI hanya sampai berumur 2 bulan
- c. E3 = apabila ASI hanya sampai berumur 3 bulan
- d. E4 = apabila ASI hanya sampai berumur 4 bulan
- e. E5 = apabila ASI hanya sampai berumur 5 bulan
- f. E6 = apabila ASI hanya sampai berumur 6 bulan (Mufdillah, 2017).

3. Komposisi ASI

ASI memiliki komposisi yang dapat berubah dan berbeda sesuai dengan waktu, ASI dibedakan menjadi 3 yaitu:

a. ASI hari 1-7 (Kolostrum)

Kolostrum merupakan cairan kekuningan yang diproduksi pada awal masa menyusui dan susu pertama yang sangat berharga bagi bayi baru lahir. Kolostrum memiliki kadar laktosa yang lebih rendah dan lebih banyak protein. Ada sekitar 8,5% protein, 3,5% karbohidrat, 2,5% lemak, 0,4% garam dan mineral, 85,1% air, dan vitamin larut dalam lemak. Kolostrum sangat bermanfaat karena dapat membersihkan sistem pencernaan bayi baru lahir karena sifatnya sebagai pencahar alami..

b. ASI hari 7-14 (ASI Masa Transisi)

Merupakan fase peralihan dari kolostrum ke ASI matur. Pada periode ini, terjadi peningkatan kadar lemak, laktosa, vitamin larut air dan volume ASI, sementara kandungan proteinnya berkurang. Peningkatan volume ini dipengaruhi oleh durasi menyusui sebelum akhirnya digantikan oleh ASI matur sepenuhnya. ASI Matur

Merupakan ASI yang diproduksi secara stabil mulai hari ke-14 setelah melahirkan, dengan komposisi yang cenderung tidak berubah. ASI matur dibagi menjadi 2 yaitu:

- 1) Susu primer (susu awal) merupakan ASI yang keluar pada awal proses menyusui untuk mencukupi kebutuhan cairan bayi. Cairan

dalam tubuh bayi akan tercukupi apabila menerima susu awal dalam jumlah yang cukup.

- 2) Susu sekunder (susu akhir) merupakan ASI yang keluar pada akhir proses menyusui, dan mengandung lemak yang lebih tinggi, sehingga warnanya terlihat lebih putih dari susu awal (Wijaya, 2019).

4. Manfaat ASI

Pemberian ASI secara teratur memiliki beberapa keuntungan yaitu:

- a. Mencegah bayi terserang penyakit

Pentingnya ASI bagi bayi terletak pada kemampuannya dalam membangun dan memperkuat imunitas. ASI mengandung antibodi alami yang berfungsi sebagai pelindung agar dapat meningkatkan kekebalan atau ketahanan tubuh dan melindungi terhadap penyakit.

- b. Membantu perkembangan otak dan fisik bayi

Di usia 0-6 bulan seorang bayi belum diizinkan mengkonsumsi makanan atau minuman lain selain ASI. Pemberian ASI selama 6 bulan memiliki dampak signifikan pada perkembangan otak dan fisik bayi.

- c. Mengurangi risiko karies gigi, karena kadar laktosa dalam ASI disesuaikan dengan kebutuhan bayi.
- d. Meningkatkan ikatan batin atau hubungan emosional antara bayi dan ibu.

e. Ibu juga mendapatkan manfaat dari pemberian ASI Eksklusif yaitu:

1) Mencegah kanker payudara.

Selain dapat bermanfaat bagi bayi, memberikan Asi juga bermanfaat bagi kesehatan ibu. Salah satu manfaatnya adalah mencegah kanker payudara. Kanker payudara dapat disebabkan karena kurangnya pemberian ASI pada bayi (Mursyid, 2023).

2) Mengurangi terjadi anemia

3) Memberikan rasa ikatan batin seorang ibu dengan bayi

4) Mempercepat kembalinya berat badan

5) Sebagai metode KB sementara (Rivanica et al., 2023).

5. Tujuan ASI Eksklusif

a. Untuk memenuhi nutrisi bayi, karena ASI mengandung semua nutrisi dalam proporsi yang tepat dan mudah dicerna oleh bayi karena sistem pencernaannya yang masih belum sempurna.

b. Untuk kekebalan tubuh dan kesehatan bayi, karena sistem kekebalan tubuh bayi masih belum sempurna saat lahir. Antibodi yang terkandung dalam ASI memberikan perlindungan ekstra sehingga kekebalan tubuh bayi berkembang dengan baik.

c. Untuk tumbuh kembang bayi, karena nutrisi yang lengkap dan seimbang dalam mendukung perkembangan bayi

6. Pengertian Ibu Primipara dalam Pemberian ASI Eksklusif

Ibu primipara adalah wanita yang pertama kali melahirkan atau belum pernah mempunyai pengalaman melahirkan (Sukarsi et al.,

2013). Ketika seorang ibu baru pertama menyusui, berbagai keluhan sering timbul misalnya ASI tidak mengalir dengan lancar, puting payudara mengalami lecet, bayi menjadi rewel akibat belum mampu menyusu dengan baik. Selain itu, ibu mungkin merasa canggung saat menggendong atau mudah cemas ketika bayi mulai menangis (Cahyaningrum & Mularsih, 2019).

7. Tantangan yang Dihadapi Ketika Memberikan ASI Eksklusif

Tantangan adalah sesuatu yang baru dan sulit yang membutuhkan usaha dan tekad yang besar untuk menentukan kemampuan. Tantangan juga merupakan keadaan yang membuat ibu menyusui lebih sulit melakukan pemberian ASI eksklusif (Hassan & Hossain, 2023).

Tantangan yang dihadapi ibu ketika memberikan ASI antara lain:

a. Pembengkakan pada payudara

Pembengkakan payudara merupakan tanda yang meyakini bahwa ASI matang sedang disekresikan. Pembengkakan payudara terjadi karena peningkatan produksi ASI yang tiba-tiba. Kelenjar susu membengkak dan saluran susu tersumbat, menyebabkan rasa sakit pada payudara. Pengeluaran ASI dini dapat membantu mencegah pembengkakan.

b. Nyeri berkepanjangan saat menyusui

Banyak wanita yang mengalami penyapihan dini karena rasa sakit yang dirasa atau cedera pada puting. Selain itu, rasa sakit atau

nyeri pada payudara membuat seorang ibu enggan memberikan ASI kepada bayinya.

c. Pasokan ASI rendah

Pasokan susu cukup jika frekuensi pemberiannya rata-rata 8-12 kali per hari (beberapa bayi membutuhkan pemberian makan yang lebih sering). Beberapa faktor yang menyebabkan pasokan ASI rendah seperti frekuensi menyusui yang tidak cukup, stress dan kondisi lainnya. Hal tersebut dapat mengakibatkan bayi menangis terus karena tidak mendapat ASI. Jika pasokan atau produksi ASI rendah, ibu didukung untuk menyusui atau memerah ASI lebih sering untuk meningkatkan pasokannya (Adetola F. Louis-Jacques, MD; Andrea B. Joyner, MD, IBCLC; dan Susan D. Crowe, 2021).

d. Persepsi ASI tidak cukup

Keyakinan ibu mengenai produksi ASInya mempengaruhi pemberian ASI Eksklusif. Persepsi bahwa ASI tidak cukup sering kali menjadi kendala utama dalam keberhasilan ASI Eksklusif dan bayi tidak memperoleh ASI dengan maksimal. Persepsi tersebut merupakan sebuah kekhawatiran ibu itu sendiri dan mengakibatkan stress tersendiri.

e. Puting lecet

Cara menyusui yang keliru dapat mengakibatkan puting luka atau lecet, sehingga mengakibatkan nyeri sehingga ibu menghentikan pemberian ASI.

f. Bayi menolak menyusui

Bayi yang menolak menyusu terjadi karena beberapa hal biasanya bayi lebih senang bermain, hidung bayi tersumbat, puting ibu datar, payudara bengkak, bayi tumbuh gigi (sekitar pada umur 6 bulan) dan lainnya

g. Rendahnya tingkat pengetahuan

Kurangnya pemahaman ibu mengenai ASI Eksklusif dapat berdampak pada proses menyusui dengan ASI Eksklusif, baik bagi ibu yang bekerja maupun ibu rumah tangga (Muharyani, Widita, 2022).

h. Kurangnya dukungan keluarga

Dukungan atau support orang terdekat memegang peranan utama dalam tercapainya keberhasilan proses menyusui bayi dengan ASI eksklusif. Semakin banyak dukungan yang diterima dalam proses menyusui maka kemampuan untuk melanjutkan menyusui pun semakin meningkat. Kurangnya dukungan keluarga dapat membuat ibu merasa stress (Dewi et al., 2023). Keluarga memiliki empat fungsi dukungan yaitu:

1) Dukungan emosional

Termasuk ungkapan rasa empati seperti memberikan perhatian melalui mendengar secara aktif, bersikap menerima, menunjukkan keyakinan pada apa yang disampaikan, serta

memberikan perhatian kasih sayang. Hal ini membantu ibu merasa lebih tenang dan nyaman.

2) Dukungan informasi

Adalah memberikan penjelasan mengenai semua hal yang terkait dengan persoalan yang dialami. Dapat berupa saran, arahan, panduan atau langkah-langkah yang perlu diambil saat menghadapi situasi yang sulit.

3) Dukungan instrumental

Merupakan dukungan atau bantuan penuh berupa fasilitas atau sumber materil, seperti tenaga, dana, makanan, dan waktu yang disediakan untuk membantu atau melayani.

4) Dukungan *appraisal* atau penilaian

Merupakan dukungan berupa penilaian yang baik, dapat berupa apresiasi atau tanggapan positif (Kinasih, 2017).

8. Dampak Bayi Tidak Mendapatkan ASI

a. Tumbuh kembang otak kurang optimal

ASI kaya akan asam lemak tidak jenuh untuk mendukung perkembangan otak bayi secara optimal. Dan bayi berisiko tinggi mengalami *stunting* jika kurang mendapatkan ASI.

b. Kurangnya ikatan emosional dengan ibu

Menyusui tidak sekedar menyediakan nutrisi yang dibutuhkan bayi, tetapi juga memperdalam keterikatan batin antara ibu dan anak.

c. Rentan mengalami penyakit

Bayi yang tidak memperoleh ASI cenderung memiliki sistem kekebalan tubuh lebih lemah dibandingkan bayi yang menerima ASI, sehingga risiko mengalami berbagai penyakit menjadi lebih tinggi.

d. Gangguan kesehatan pencernaan

Bayi yang tidak memperoleh ASI menjadi lebih rentan terhadap masalah pencernaan karena ASI mengandung zat yang memberikan perlindungan alami terhadap berbagai infeksi pada saluran pencernaan, sehingga risiko mengalami masalah seperti diare dan sembelit meningkat (Bina Medika, 2024).

9. Faktor yang Mempengaruhi Target ASI Eksklusif Rendah

a. Wawasan ibu mengenai ASI Eksklusif

b. Hambatan atau tantangan (persepsi ASI tidak cukup, khawatir, stres, kelelahan, tidak suka menyusui, puting lecet, nyeri berkepanjangan dan lainnya)

c. Pengaruh pekerjaan ibu dengan kegagalan pemberian ASI Eksklusif

d. Kebiasaan menyusui yang kurang tepat (posisi pelekatan yang salah, keterlambatan pemberian ASI, memberikan ASI di malam hari, durasi menyusui yang singkat, penggunaan botol atau dot, serta pemberian makanan atau cairan selain ASI).

e. Dukungan keluarga dan sosial

- f. Stress yang dialami ibu menyusui dapat menghambat proses pengeluaran ASI.
- g. Kondisi fisik ibu (memiliki penyakit kronis, penggunaan pil KB, hamil, gizi buruk, alkohol atau merokok)
- h. Keadaan bayi (bayi yang sakit atau mengalami kelainan yang mempengaruhi kemampuan untuk menyusu atau menghisap) (Wijaya, 2019).

B. Konsep Pengetahuan

1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan (*Knowledge*) muncul dari proses mengetahui yang tersimpan dalam pikiran dan hati manusia. Pengetahuan merupakan hasil dari kegiatan mengetahui mengenai sebuah objek, baik berupa hal maupun peristiwa yang dialami. Pengetahuan juga diartikan sebagai buah atau hasil dari aktivitas berpikir yang dilakukan manusia. Pengetahuan yang sudah dimiliki seseorang dapat disebarluaskan kepada orang lain melalui bahasa maupun tindakan. Cara ini memungkinkan setiap individu untuk saling memperluas pemahaman dan wawasan. Pengetahuan yang diperoleh disimpan dalam berbagai media seperti buku, kaset, atau karya lain agar bisa diwariskan dan terus dikembangkan oleh generasi berikutnya (Octaviana & Ramadhani, 2021).

Pengetahuan dapat dipahami sebagai hasil dari proses dimana otak manusia menyerap dan menyimpan informasi yang berasal dari berbagai sumber. Informasi ini tidak sekadar diperoleh melalui jalur formal,

melainkan juga melalui jalur nonformal, interaksi dalam percakapan setiap hari, kegiatan membaca, mendengarkan siaran radio, menonton tayangan televisi, serta melalui berbagai pengalaman hidup yang dilalui seseorang. Menggunakan cara ini, pengetahuan terus berkembang seiring waktu dan memberikan bekal penting bagi individu untuk memahami dan menghadapi berbagai situasi dalam kehidupan (Khofiyah, 2019).

2. Tingkat Pengetahuan

Tingkat pengetahuan merupakan tingkat pemahaman seseorang tentang suatu konsep, teori atau informasi. Pengetahuan adalah domain yang krusial untuk membangun perilaku individu, tingkat pengetahuan diurutkan menjadi:

- a. Tahu (*know*) adalah tingkat pengetahuan paling dasar, dimana seseorang hanya bisa mengingat kembali informasi yang sudah pernah ia lihat atau dengar.
- b. Memahami (*comprehension*) adalah kemampuan seseorang untuk menjelaskan suatu objek sekaligus menginterpretasikannya secara benar. Orang yang telah memahami suatu hal diharapkan mampu menguraikannya, memberikan contoh-contoh relevan, menjelaskan secara detail, dan menyimpulkan inti dari objek tersebut.
- c. Aplikasi (*application*) merupakan kemampuan seseorang yang telah memahami suatu objek untuk menjelaskannya dan mengimplementasikannya dalam berbagai situasi yang berbeda.

- d. Analisis (*Analysis*) merupakan kemampuan individu untuk mengambil ide-ide abstrak yang baru dipelajari lalu mengaplikasikannya dalam situasi nyata. Melalui kemampuan ini, seseorang tidak hanya memahami konsep secara teoritis, tetapi juga mampu menggunakan pemahaman tersebut untuk menemukan solusi yang tepat ketika menghadapi berbagai permasalahan. Proses ini melibatkan berpikir kritis yang menghubungkan konsep teori dengan praktik guna menyelesaikan masalah secara efektif.
- e. Sintesis (*Synthesis*) adalah kemampuan untuk menggabungkan berbagai komponen dari suatu formulasi yang ada dan menyusunnya dalam hubungan logis sehingga terbentuk formula baru. Dengan kemampuan ini, seseorang dapat merangkum dan mengintegrasikan bagian-bagian tersebut menjadi suatu kesatuan yang berarti dan inovatif.
- f. Evaluasi (*evaluation*) merupakan kemampuan individu dalam menentukan nilai suatu materi berdasarkan standar yang dibuat pribadi maupun standar yang telah ditetapkan. Proses ini melibatkan penentuan nilai atau kualitas dengan cara membandingkan objek tersebut terhadap standar yang telah ditetapkan sebelumnya (Pariati & Jumriani, 2021).

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

a. Pendidikan

Merupakan petunjuk yang diperoleh dari individu lain agar dapat memahami suatu hal. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi memudahkan seseorang menerima informasi, sedangkan tingkat

pendidikan yang rendah membuat pemahaman informasi menjadi lebih sulit.

a. Pekerjaan

Lingkungan kerja memberikan kesempatan bagi seseorang untuk mendapatkan pengalaman dan pemahaman, baik secara langsung melalui aktivitas dan interaksi sehari-hari maupun secara tidak langsung melalui pengamatan dan pembelajaran dari situasi sekitar. Lingkungan tersebut berperan penting dalam proses pengembangan kemampuan dan wawasan individu dalam menghadapi berbagai tugas dan tantangan pekerjaan.

b. Umur

Penambahan usia membawa perubahan yang dialami oleh seseorang pada aspek fisiologis dan psikologis atau mental. Pertumbuhan fisiologis terbagi menjadi empat kategori utama, yaitu perubahan pada ukuran tubuh, perubahan proporsi tubuh, menghilangnya berbagai ciri lama, dan munculnya berbagai ciri baru. Proses perkembangan ini menunjukkan bagaimana tubuh dan pikiran terus mengalami transformasi seiring waktu, yang memengaruhi kondisi fisik maupun mental seseorang secara menyeluruh.

c. Minat

Minat adalah kecenderungan atau keinginan yang intens dalam diri seseorang terhadap sesuatu, sehingga mendorongnya untuk mencoba dan mengeksplorasi hal tersebut. Proses ini memungkinkan seseorang

memperoleh pengetahuan baru atau memperdalam pemahaman yang sudah dimiliki. Adanya minat akan meningkatkan motivasi belajar dan pemahaman, sehingga pengetahuan yang didapat dapat berkembang secara lebih optimal.

d. Pengalaman

Pengalaman adalah suatu peristiwa yang telah dialami individu. Ada pengalaman yang tidak ingin diingat karena bersifat kurang menyenangkan, namun ada pula pengalaman yang membekas kuat dalam ingatan dan emosi, sehingga menimbulkan sikap positif terhadap hal-hal tertentu. Kenangan tersebut memberikan dampak emosional yang berperan dalam membentuk perilaku dan pandangan hidup seseorang.

e. Kebudayaan

Apabila suatu daerah memiliki budaya yang mengutamakan kebersihan lingkungan, peluang masyarakat sekitar untuk memiliki sikap positif terhadap pelestarian kebersihan tersebut menjadi lebih tinggi. Kebiasaan dan nilai-nilai budaya ini membentuk kesadaran kolektif yang mendorong individu untuk aktif menjaga dan merawat kebersihan lingkungan. Budaya yang kuat dalam hal kebersihan memegang peranan penting dalam membentuk perilaku masyarakat agar lingkungan yang sehat dan nyaman dapat terbentuk.

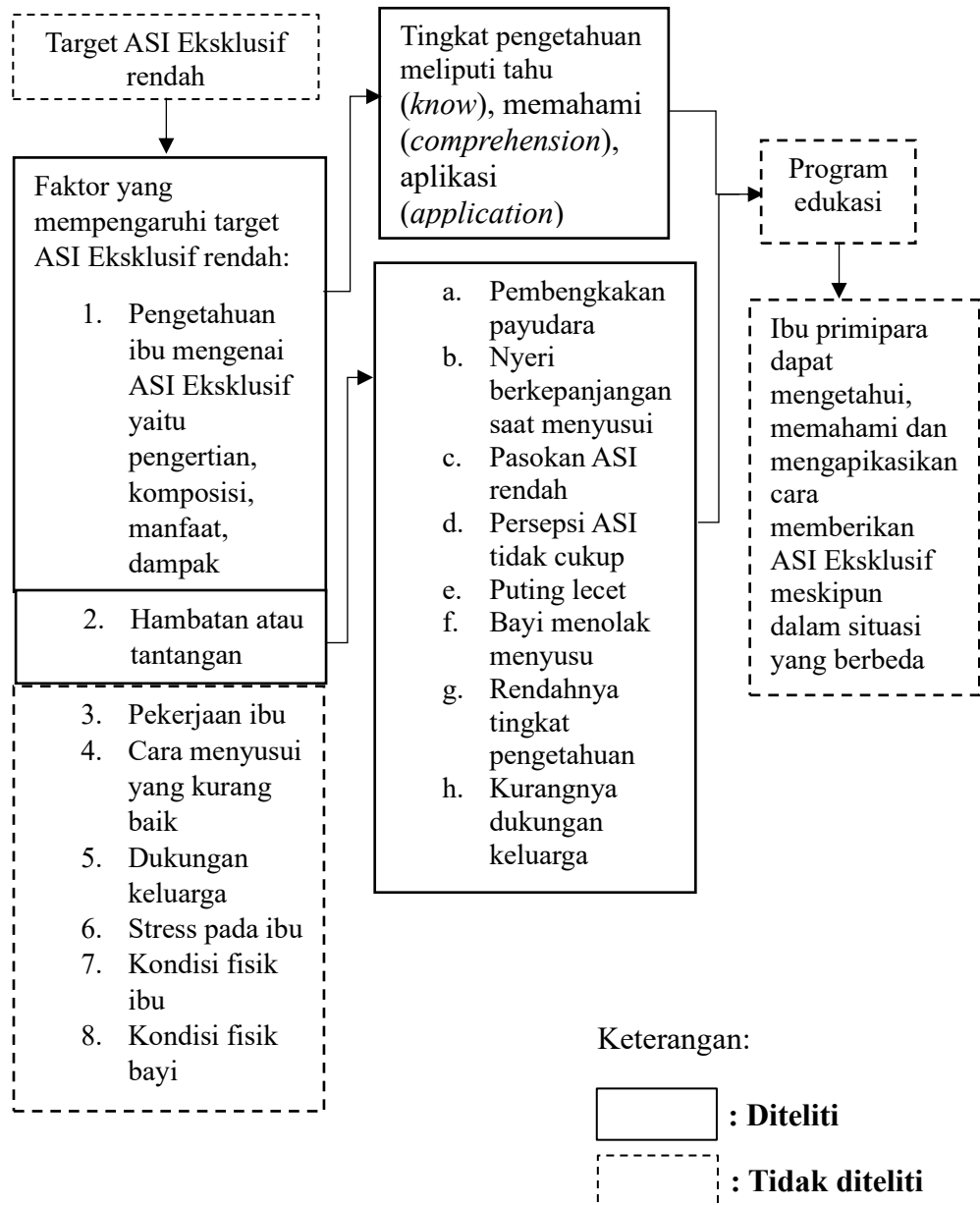
4. Pengukuran Pengetahuan

Pengetahuan dapat diukur dengan metode wawancara atau melalui angket yang memuat pertanyaan mengenai materi yang diteliti kepada subjek atau responden. Peneliti menggunakan kuesioner berskala Guttman untuk pengukuran ini. Skala Guttman mengharuskan responden memberikan jawaban tegas, misalnya ya atau tidak, benar atau salah, serta pernah atau tidak pernah. Metode ini bertujuan memperoleh data yang jelas dan terukur mengenai tingkat pengetahuan responden terkait topik penelitian.

Hasil pengukuran skor disajikan dalam bentuk persentase, maka dapat dijabarkan, skor 1 = $1 \times 100\% = 100\%$ untuk jawaban benar, dan jawaban salah diberi skor $0 = 0 \times 100\% = 0\%$. Dalam pengukuran dikategorikan baik jika skor pada rentang 50% - 100%, cukup jika skor 50%, dan kurang jika skor pada rentang 0% - 50%.

Pengetahuan dikelompokkan menjadi 3 kategori yaitu pengetahuan baik (76% - 100%), sedang atau cukup (56% - 75%) dan kurang (<55%) (Yenita Endra Swari, 2021).

C. Kerangka Konsep



Gambar 2. 1 Kerangka Teori

D. Hipotesis

H_0 : Tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan dan tantangan ibu primipara dalam pemberian ASI Eksklusif.

H_1 : Terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dan tantangan dalam pemberian ASI Eksklusif.