

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Nutrisi Bayi

Kebutuhan nutrisi bayi yang direkomendasikan dan menjadi standar emas makanan bayi adalah ASI saja sampai bayi berusia 6 bulan. Setelah itu, bayi mendapatkan MPASI, dan menyusui dilanjutkan hingga bayi berusia 2 tahun.

- a. Bayi berusia 0-6 bulan, kebutuhan nutrisi harus dipenuhi dari ASI (menyusui) sebanyak 100%
- b. Bayi 6 bulan, berangsur kebutuhan nutrisi yang harus dipenuhi yaitu ASI 70%, MPASI 30%
- c. Bayi berusia 9 bulan menjadi ASI 50% dan MPASI 50%
- d. Bayi usia 12-24 bulan, kebutuhan nutrisinya harus dipenuhi dengan MPASI 70% dan ASI 30%. Sejak anak berusia 12 bulan, contohnya anak dipenuhi gizinya dengan *meal*, camilan, jus, buah dan menyusui malam-pagi (2-3x) sudah cukup.
- e. Saat anak berusia 24 bulan, kebutuhan nutrisinya dipenuhi *full* dengan MPASI. ASI saja hanya memenuhi nutrisi sebanyak 5%. Artinya bayi berusia diatas 24 bulan tidak mendapat asupan susu tidak masalah. Atau bila bayi masih mau menyusu hanya sebagai selingan di luar asupan yang harus dipenuhi yaitu MPASI.

(Bayu, 2014)

2.2 Air Susu Ibu (ASI)

2.2.1 Pengertian

Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan yang disekresikan oleh kelenjar payudara ibu berupa makanan alamiah atau susu terbaik bernutrisi dan berenergi tinggi yang diproduksi sejak masa kehamilan (Wiji, 2013). Sedangkan ASI eksklusif adalah pemberian ASI dari ibu terhadap bayinya yang diberikan tanpa minuman atau makanan lainnya termasuk air putih atau vitamin tambahan lainnya (Widuri, 2013). Pemberian ASI Eksklusif adalah bayi hanya diberi ASI saja selama 6 bulan tanpa makanan tambahan baik berupa cairan seperti susu formula, madu, air teh, dan air putih, maupun berupa makanan padat seperti pisang, nasi yang dilembutkan, bubur nasi, tim, biscuit, dan lain sebagainya (Suryoprajogo, 2009).

2.2.2 Dampak pemberian makanan selain ASI bagi bayi 0-6 bulan

- 1) Dapat meningkatkan resiko diare dan penyakit lainnya. Hal ini karena kita tidak bisa menjamin kebersihan air dan makanan. Sedangkan bayi 0-6 bulan masih memiliki pencernaan yang sensitif.
- 2) Bayi yang diberi susu selain ASI, berisiko 17 kali lebih besar menderita diare daripada yang mendapat ASI. Serta berisiko 4 kali lebih besar mengalami ISPA (Infeksi Saluran Pernapasan Atas).
- 3) Memberikan makanan atau minuman selain ASI dapat mengganggu proses menyusui, sehingga dapat menurunkan jumlah produksi ASI.

- 4) Telah ditemukan beberapa kasus dimana usus bayi terpelintir, akibat diberikan makanan selain ASI. Makanan tersebut belum siap dicerna oleh pencernaan bayi yang belum sempurna.

(Pratiwi dan Zuhrah, 2017)

Alasan dan riset yang mendukung pemberian ASI eksklusif menurut Widuri (2013) adalah:

- a. Riset medis mengatakan ASI eksklusif membuat bayi berkembang dengan baik khususnya pada 6 bulan pertama
- b. Sistem pencernaan bayi belum memiliki protein dan enzim yang lengkap hingga usia 6 bulan. Pemberian makanan padat sebelum usia 6 bulan tidak dapat dicerna dengan baik oleh bayi dan mengakibatkan reaksi tidak nyaman seperti gangguan pencernaan, timbulnya gas, dan konstipasi.
- c. Bayi usia 4-6 bulan memiliki usus yang belum menutup sempurna, sehingga protein dan bakteri pathogen akan mudah masuk ke dalam aliran darah. Kandungan antibodi pada ASI dapat melapisi organ pencernaan bayi dan menyediakan kekebalan pasif, mengurangi terjadinya penyakit dan reaksi alergi sebelum penutupan usus terjadi.
- d. Kandungan zat besi pada ASI lebih mudah diserap oleh tubuh bayi dibandingkan zat besi dari susu sapi atau susu formula, sehingga bayi dengan ASI eksklusif akan terhindar dari anemia.

- e. Pemberian makanan padat terlalu dini akan meningkatkan kandungan lemak dan berat badan pada masa anak-anak. Menunda pemberian makanan padat membantu melindungi bayi dari resiko obesitas di masa datang
- f. Pemberian makanan padat akan mengurangi asupan ASI bagi bayi, sehingga produksi ASI akan semakin sedikit.

2.3 Makanan Pendamping ASI (MPASI)

2.3.1 Pengertian

MPASI atau Makanan Pendamping ASI adalah makanan yang diberikan pada bayi usia 6 bulan ke atas (Sutomo, 2013). MPASI menurut Molika (2014) merupakan makanan tambahan bagi bayi. Makanan ini harus menjadi pelengkap dan dapat memenuhi kebutuhan bayi. Hal ini menunjukkan bahwa MPASI berguna untuk menutupi kekurangan zat gizi yang terkandung dalam ASI. Dengan demikian, peranan makanan tambahan untuk melengkapi ASI.

2.3.2 Syarat Makanan Pendamping ASI

a. Sehat

Makanan harus bebas dari kuman penyakit, pengawet, pewarna, dan racun. Pertumbuhan dan perkembangan bayi sangat rentan terhadap pengaruh kuman penyakit dan bahan tambahan makanan (zat adiktif). Zat tambahan yang umumnya berupa bahan kimia harus dijauhkan dari makanan bayi.

b. Mudah diperoleh

Makanan tambahan untuk bayi hanya terdiri dari satu bahan atau beberapa bahan saja. Ini karena sistem pencernaan bayi yang belum siap untuk menerima bermacam-macam makanan. Bahan makanan seperti pisang dan pepaya dapat diperoleh dengan mudah di negara-negara tropis, sementara apel dan pir kebanyakan dibudidayakan di daerah subtropis. Demikian pula dengan jenis-jenis sayuran dan sumber karbohidrat yang berbeda-beda untuk beberapa daerah. Walaupun telah banyak pusat perbelanjaan yang menjual barang-barang impor, penggunaan bahan makanan lokal akan lebih menjamin kesegaran dan merupakan bentuk ketahanan pangan yang baik.

c. Masih segar atau fresh

Sebaiknya MPASI disiapkan sesaat sebelum diberikan kepada bayi dan dibuat dari bahan-bahan segar yang bebas polusi. Oleh karena itu, bahan MPASI harus memenuhi standar higienis baik dalam bentuk bahan mentah ataupun cara pengolahannya.

d. Mudah diolah

Pengolahan bahan MPASI sebaiknya tidak terlalu lama, tetapi teksturnya cukup lembut untuk pencernaan bayi yang baru mengenal MPASI. Bahan yang mudah diolah tentu akan memudahkan orangtua menyiapkan MPASI untuk anaknya.

e. Harga terjangkau

Makanan pendamping ASI tidak harus mahal. Jika harganya terjangkau, tentu akan lebih baik. Secara umum, harga bahan pangan nabati lebih murah daripada bahan pangan hewani. Selain itu, porsi makan bayi masih sedikit sehingga tidak perlu membeli bahan MPASI terlalu banyak.

f. Cukup kandungan gizinya

Makanan tambahan yang diberikan ke bayi harus memenuhi kecukupan gizi bayi. Kombinasi yang tepat antara bahan nabati dan hewani diharapkan memenuhi kebutuhan nutrisi bayi untuk tumbuh dan berkembang dengan baik. Selain itu, bahan nabati lebih beresiko kecil menyebabkan alergi daripada bahan hewani. Selain itu, perlu diingat bahwa bahan makanan sumber protein dapat memicu pertumbuhan fisik bayi yang lebih baik.

g. Jenis makanan sesuai dengan umur bayi

Ada beberapa makanan yang tidak pantas diberikan untuk bayi usia 6 bulan karena baru tepat diberikan ke bayi berumur 9 bulan. Ini harus diperhatikan karena kemampuan pencernaan bayi yang lebih muda usianya berbeda dengan bayi yang sudah besar. Kemampuan cerna bayi berkembang sesuai dengan umurnya. Untuk pengenalan MPASI awal, sari buah tunggal, pure buah tunggal, atau bubur nasi lembut lebih mudah dicerna daripada buah utuh, pure buah atau roti.

h. Pengolahan MPASI harus higienis

Alat yang digunakan juga diperhaikan kebersihannya agar kita bisa memberikan MPASI yang sehat dan aman bagi anak kita.

(Sudaryanto, 2017)

Makanan pendamping ASI menurut WHO direkomendasikan untuk bersumber dari aneka ragam bahan pangan lokal yang variatif untuk memastikan kebutuhan nutrisi terutama energi dan mikronutrien (khususnya zat besi, vitamin A, C, zink dan asam folat). Ciri MPASI berkualitas menurut WHO adalah:

- a. Kaya energi, protein, dan mikronutrien (khususnya zat besi, kalsium, vitamin A, vitamin C, dan asam folat)
- b. Bersih dan aman
 - 1) Tidak mengandung kuman patogen
 - 2) Tidak ada zat kimia yang berbahaya
 - 3) Tidak ada bagian yang keras yang beresiko tersedak
 - 4) Tidak terlalu panas
- c. Tidak asin dan tidak pedas
- d. Mudah dikonsumsi anak
- e. Disukai anak
- f. Tersedia secara lokal dan terjangkau
- g. Mudah disiapkan dari makanan keluarga

(Handy, 2017)

2.3.3 Tanda-tanda Bayi Siap Menerima MPASI

Ciri-ciri bayi yang siap menerima makanan padat adalah:

- a. Bayi sudah dapat didudukkan atau mampu menyangga kepala dan punggungnya saat tubuhnya ditegakkan. Jika kepala bayi masih terkulai, artinya bayi belum mampu menelan makanan dengan benar.
- b. Berat badan bayi mengalami kenaikan minimal 2x dari berat lahir.
- c. Mulai hilangnya reflek menjulurkan lidah. Bayi yang masih menjulurkan lidah akan mendorong makanan keluar dari mulutnya.
- d. Bayi mulai melakukan gerakan seperti mengunyah dan menggerakkan lidah dari depan ke belakang.
- e. Bayi masih menunjukkan tanda-tanda lapar meskipun sudah 8-10x minum ASI.
- f. Bayi mulai menunjukkan ketertarikannya terhadap makanan. Biasanya bayi akan mulai melihat-lihat piring makan atau merebut sendok makan orang disekitarnya.

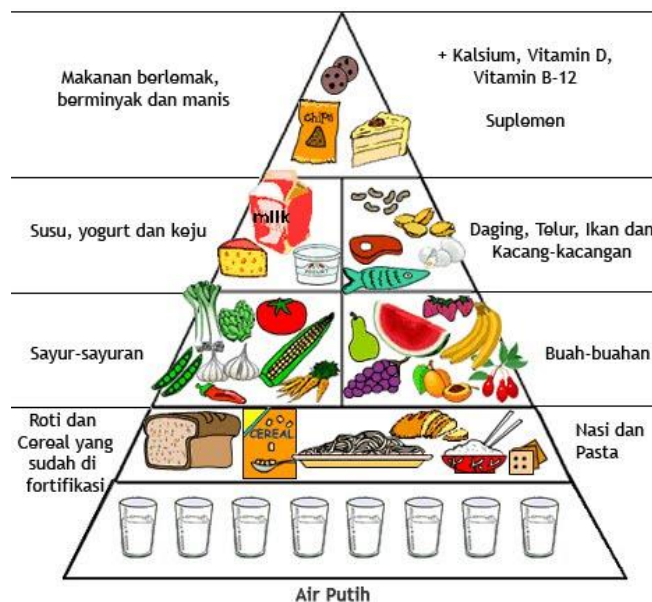
(Dwiastuty, 2014)

2.3.4 Tahapan Pemberian MPASI

Usia 6-9 bulan merupakan “periode kritis” perkembangan keterampilan bayi. Apabila dalam periode ini bayi tidak dilatih mengkonsumsi makanan yang semakin padat dan kasar, selanjutnya bayi tidak mampu menerima makanan keluarga. Pemberian MPASI pada bayi

dilakukan secara bertahap berdasarkan usia, dimulai dari bentuk encer dan berangsur-angsur ke bentuk yang lebih kental (Dwiastuty, 2014).

Bayi dikenalkan dengan jenis bahan makanan secara bertahap. Ini berkaitan dengan kemampuan mencerna dan adaptasi penerimaan bayi akan jenis makanan tertentu. Pengenalan makanan sehat untuk bayi bisa dilihat jenisnya dari piramida makanan berikut, dan bayi sebaiknya dikenalkan dengan makanan yang berada di bagian bawah. (Sudaryanto, 2017).



Gambar 2.1 Piramida Makanan

Menurut Setyarini (2012)

a. Usia 6-7 bulan

Pure atau makanan ekstra lembut adalah tekstur yang baru bisa diterima bayi usia ini. Bubur susu yang terbuat dari tepung beras plus susu (ASI atau susu formula) adalah menu yang dianjurkan untuk

diberikan kepada bayi saat mengkonsumsi MPASI di hari-hari pertamanya.

Sebagai pengenalan, cukup diberikan 2-3 sendok makan bayi setiap kali makan. kenalkan satu jenis makanan dulu selama 2-3 hari berturut-turut agar bayi mengenal betul rasa makanan , serta terdeteksi apabila mengalami alergi makanan.

b. Usia 7-9 bulan

Porsi makanan bayi usia 7-8 bulan bisa mulai ditambah menjadi 4-5 sendok makan untuk sekali makan, dan hingga usia 9 bulan bisa mencapai 8 sendok makan. tekstur makanan bertahap bisa semakin kasar. Di usia 8-9 bulan bisa diberikan makanan halus yang tidak perlu disaring lagi. Tambahkan sumber lemak seperti santan dan minyak nabati. Selain menambah energi, lemak juga memberikan rasa gurih serta mempertinggi penyerapan vitamin yang larut dalam lemak, yaitu vitamin A, D, E, dan K. Bayi membutuhkan cukup lemak untuk tumbuh kembang otak.

c. Usia 9-12 bulan

Kini organ pencernaan bayi sudah mulai bisa menerima makanan dengan tekstur yang lebih kasar lagi. Misalnya nasi tim lembek dengan ikan gabus dan wortel serta buncis cincang. Porsinya dapat ditingkatkan bertahap menjadi satu mangkuk kecil. Makanan selingan seperti aneka camilan sehat, biskuit, bubur kacang hijau, dan olahan buah, juga bisa mulai diberikan. Memasuki usia 12 bulan, bayi

sudah dapat mengkonsumsi makanan keluarga, asalakan tidak berbumbu tajam, terlalu pedas dan asam.

Handy (2017), menyebutkan bahwa pedoman pemberian makanan pendamping ASI adalah sebagai berikut:

0-6 bulan	6-9 bulan	9-12 bulan	> 12 bulan
	2-3 sdm bertahap hingga 125 ml 2-3x makan 1-2x selingan 	125 ml bertahap hingga 250 ml 3-4x makan 1-2x selingan 	250 ml bertahap hingga 250 ml++ 3-4x makan 1-2x selingan 
Ibu dimotivasi untuk dapat terus menyusui. Anak usia 0-6 bulan hanya mengonsumsi ASI saja. CUKUP ASI SAJA	Makanan dibuat dengan disaring. Tekstur makanan lumat dan kental.  DISARING	Bahan makanan sama dengan orang dewasa, namun rasa disesuaikan untuk anak-anak 9-10 bulan, makanan ditumbuk dengan tekstur makanan dibuat dengan dicincang kasar.  DICINCANG	Bahan makanan untuk dewasa dapat juga digunakan untuk membuat makanan bayi dan anak. Pada usia ini, menu untuk anak-anak dapat disamakan dengan dewasa, namun rasa disesuaikan.  MASAK BIASA

Sumber: *The Community Infant & Young Child Feeding Counseling Package, UNICEF & IRC/CHS, 2012*

Gambar 2.2 Pedoman Pemberian Makanan pendamping ASI

2.4 Pengetahuan

a. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek dari indra yang dimilikinya (Notoatmodjo, 2012). Sedangkan menurut Mubarak (2012) Pengetahuan adalah kesan dalam pikiran manusia sebagai hasil penggunaan pancainderanya.

b. Tingkat Pengetahuan Menurut (Kholid, 2015) terdapat 6 tingkat pengetahuan, yaitu:

1) Tahu (*Know*)

Tahu adalah mengingat kembali memori yang telah ada sebelumnya setelah mengamati sesuatu.

2) Memahami (*Comprehension*)

Memahami adalah suatu kemampuan untuk menjelaskan tentang suatu objek yang diketahui dan diinterpretasikan secara benar.

3) Aplikasi (*Aplication*)

Aplikasi adalah suatu kemampuan untuk mempraktekkan materi yang sudah dipelajari pada kondisi real (sebenarnya).

4) Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah kemampuan menjabarkan atau menjelaskan suatu objek atau materi tetapi masih di dalam struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu dengan yang lainnya.

5) Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis adalah suatu kemampuan menghubungkan bagian bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru.

6) Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi adalah pengetahuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek.

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut Budiman dan Riyanto (2013) faktor yang mempengaruhi pengetahuan meliputi:

1) Pendidikan

Pendidikan adalah proses perubahan sikap dan perilaku seseorang atau kelompok dan merupakan usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan (Budiman & Riyanto, 2013). Semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin cepat menerima dan memahami suatu informasi sehingga pengetahuan yang dimiliki juga semakin tinggi (Sriningsih, 2011).

2) Informasi/ Media Massa

Informasi adalah suatu teknik untuk mengumpulkan, menyiapkan, menyimpan, memanipulasi, mengumumkan, menganalisis dan menyebarkan informasi dengan tujuan tertentu. 11 Informasi diperoleh dari pendidikan formal maupun nonformal dapat memberikan pengaruh jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan. Semakin berkembangnya teknologi menyediakan bermacam-macam media massa sehingga dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat. Informasi mempengaruhi pengetahuan seseorang jika sering mendapatkan informasi tentang suatu pembelajaran maka akan menambah pengetahuan dan wawasannya, sedangkan seseorang yang tidak sering menerima informasi tidak akan menambah pengetahuan dan wawasannya.

3) Sosial, Budaya dan Ekonomi

Tradisi atau budaya seseorang yang dilakukan tanpa penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk akan menambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Status ekonomi juga akan menentukan tersedianya fasilitas yang dibutuhkan untuk kegiatan tertentu sehingga status ekonomi akan mempengaruhi pengetahuan seseorang. Seseorang yang mempunyai sosial budaya yang baik maka pengetahuannya akan baik tapi jika sosial budayanya kurang baik maka pengetahuannya akan kurang baik. Status ekonomi seseorang mempengaruhi tingkat pengetahuan karena seseorang yang memiliki status ekonomi dibawah rata-rata maka seseorang tersebut akan sulit untuk memenuhi fasilitas yang diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan.

4) Lingkungan

Lingkungan mempengaruhi proses masuknya pengetahuan kedalam individu karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspons sebagai pengetahuan oleh individu. Lingkungan yang baik akan pengetahuan yang didapatkan akan baik tapi jika lingkungan kurang baik maka pengetahuan yang didapat juga akan kurang baik.

5) Pengalaman

Pengalaman dapat diperoleh dari pengalaman orang lain maupun diri sendiri sehingga pengalaman yang sudah diperoleh dapat meningkatkan pengetahuan seseorang. Pengalaman seseorang tentang

suatu permasalahan akan membuat orang tersebut mengetahui bagaimana cara menyelesaikan permasalahan dari pengalaman sebelumnya yang telah dialami sehingga pengalaman yang didapat bisa dijadikan sebagai pengetahuan apabila mendapatkan masalah yang sama.

6) Usia

Semakin bertambahnya usia maka akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperoleh juga akan semakin membaik dan bertambah.

d. Pengukuran tingkat pengetahuan menurut (Budiman, 2013) pengetahuan seseorang ditetapkan menurut hal-hal berikut:

- 1) Bobot I : tahap tahu dan pemahaman.
- 2) Bobot II : tahap tahu, pemahaman, aplikasi dan analisis
- 3) Bobot III : tahap tahu, pemahaman, aplikasi, analisis sintesis dan evaluasi

Pengukuran pengetahuan dilakukan dengan wawancara atau kuesioner yang menanyakan tentang isi materi yang akan diukur dari subjek penelitian atau responden.

Menurut Arikunto (2013) terdapat 3 kategori tingkat pengetahuan yang didasarkan pada nilai presentase sebagai berikut:

- 1) Tingkat Pengetahuan kategori Baik jika nilainya 76-100%
- 2) Tingkat pengetahuan kategori Cukup jika nilainya 56-75%
- 3) Tingkat pengetahuan kategori Kurang jika nilainya < 56%

2.5 Jenis-jenis Media Publikasi Massa

Aplikasi media merupakan bagian terpenting dalam sebuah promosi karena media bisa langsung berinteraksi dengan masyarakat. Sering dengan meningkatnya teknologi sekarang sangat dibutuhkan kreativitas seseorang dalam menggunakan media agar semakin efektif, efisien dan sesuai dengan sasaran yang diharapkan (Kholid, 2015).

2.5.1 Media Cetak

a. Poster

Poster merupakan pesan singkat dalam bentuk gambar dengan tujuan untuk mempengaruhi seseorang agar tertarik atau mempengaruhi seseorang bertindak akan suatu hal. Poster bertujuan untuk mengingatkan kembali dan mengarahkan pembaca ke arah tindakan tertentu sesuai dengan yang diinginkan oleh komunikator. Pada umumnya poster berupa lembaran kertas dengan ukuran tertentu, berisi tulisan dan gambar. Penyebarluasan poster dengan cara dipajang atau ditempelkan di tempat umum. Poster merupakan media yang lebih diutamakan dalam promosi.

b. *Leaflet*

Leaflet adalah suatu bentuk media publikasi yang berupa kertas selebaran dengan ukuran tertentu, disajikan dalam bentuk lembaran kertas berlipat maupun tidak berlipat. Penyebarannya dengan cara dibagikan kepada pengunjung atau pasien. Isinya harus bisa ditangkap dengan sekali baca.

c. Baligho

Baligho merupakan media informasi yang dipasang di tempat terbuka, di tempat-tempat strategis seperti jalan raya. Biasanya dibuat dalam ukuran yang besar, menggunakan triplek dan cat pewarna. Biasanya berisi tentang suatu informasi, penawaran suatu produk yang dilengkapi gambar.

d. Spanduk

Spanduk adalah media informasi yang berupa kain, yang biasanya dipasang di tepi jalan dengan cara dibentangkan.

e. X-Banner

Standing banner atau sebagian orang menyebutnya X-Banner, kini menjadi pajangan yang lazim di berbagai tempat. Pengaplikasiannya dengan di tempel di dinding atau permukaan yang datar dengan sifat mencari perhatian sekuat mungkin.

f. Gimmick

Gimmick merupakan media efektif yang diberikan langsung ke masyarakat dan bisa digunakan oleh masyarakat yang ditargetkan. Media *gimmick* tersedia dari bahan antara lain kaos, mug, kalender, pin. Topi, gantungan kunci, tempat minum, sticker, tempat pensil dan lain-lain.

g. *One Way Vision Sticker*/ Branding

One way vision sticker pada dasarnya adalah penghalang cahaya matahari pada kendaraan. Pengaplikasiannya banyak digunakan untuk

mempromosikan suatu produk atau jasa maupun sebagai media kampanye. Biasanya ditempatkan pada mobil/ bus/ angkutan kota yang ditujukan pada target.

h. Media Massa (Koran/ Majalah/ Tabloid)

Media massa atau pers suatu istilah yang digunakan sejak tahun 1920 untuk mengistilahkan jenis media yang secara khusus didesain untuk mencapai masyarakat yang luas. Pers dalam arti luas, yaitu memasukkan di dalamnya semua media *mass communications* yang memancarkan pikiran dan perasaan seseorang baik dengan kata-kata tertulis maupun dengan lisan.

Menurut Fitriani (2011), media cetak sebagai alat untuk menyampaikan pesan kesehatan sangat bervariasi:

- a. Booklet, ialah suatu media untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan dalam bentuk buku, baik tulisan maupun gambar.
- b. *Leaflet*, ialah bentuk penyampaian informasi atau pesan-pesan kesehatan melalui lembaran yang dilipat. Isi informasi dapat dalam bentuk kalimat maupun gambar atau kombinasi.
- c. Flyer (selebaran), seperti leaflet tetapi tidak dilipat.
- d. Flip chart (lembar balik) ialah media penyampaian pesan atau informasi-informasi kesehatan dalam bentuk lembar balik. Biasanya dalam bentuk buku dimana tiap lembar (halaman) berisi gambar peragaan dan dibaliknya berisi kalimat sebagai pesan atau informasi berkaitan dengan gambar tersebut.

- e. Rubrik atau tulisan-tulisan pada surat kabar atau majalah mengenai bahasan suatu masalah kesehatan atau hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan.
- f. Poster, ialah bentuk media cetak berisi pesan-pesan/informasi kesehatan yang biasanya ditempel di tembok, tempat umum atau kendaraan umum.
- g. Foto, yang mengungkapkan informasi-informasi kesehatan.

2.5.2 Media Audio Visual

a. Televisi

Televisi sebagai media hiburan dan informasi juga dapat digunakan sebagai media pendidikan. Hal ini dikarenakan televisi memiliki karakteristik sendiri yang tidak dimiliki media massa lainnya. Karakteristik audio visual yang lebih dirasakan perannya dalam mempengaruhi khalayak. Televisi menjadi media yang cukup efektif dalam menjalankan atau mensosialisasikan program pemerintah.

Akan tetapi televisi masih merupakan salah satu media siaran yang masih dalam kategori mahal dalam bentuk pembiayaan/ finansial sebagai media dalam promosi kesehatan yang ditayangkan di media televisi.

b. Radio

Radio adalah media elektronik termurah, baik pemancar maupun penerimanya. Keuntungan dapat menjangkau seluruh

warga negara dalam masyarakat, setiap waktu, setiap tempat, dan melibatkan siapa saja. Pendengar tidak harus berada di depan radio seperti yang dilakukan saat menonton televisi, pendengar bisa mendengarkan radio dengan melakukan aktivitas lainnya.

c. Film

Film adalah gambar hidup, juga sering disebut *movie*. Film dihasilkan dengan rekaman dari orang dan benda (termasuk fantasi dan figur palsu) dengan kamera, dan atau animasi. Studi menunjukkan bahwa orang mengingat hanya 20% dari apa yang mereka dengar dan hanya 30% dari apa yang mereka lihat, tapi 70% dari apa yang mereka dengar dan lihat.

d. Iklan

Iklan dibuat dengan tujuan untuk memberi informasi dan membujuk para konsumen untuk mencoba atau mengikuti apa yang ada di iklan tersebut. Daya tarik iklan mempunyai karakteristik bermakna, yaitu menunjukkan manfaat, dapat dipercaya dan khas atau unik.

2.5.3 Media Internet

a. Jejaring sosial/ *social Network*

Metode promosi menggunakan jejaring sosial sangat efektif dan dengan biaya yang sangat murah, hal ini bisa digunakan sebagai media dalam promosi kesehatan yang cepat seiring dengan berkembangnya teknologi.

b. Website/ blog/ wordpress

Teknologi informasi (TI) atau dalam bahasa Inggris dikenal istilah *Information technology (IT)* adalah istilah umum yang menjelaskan teknologi apapun yang membantu manusia dalam membuat, mengubah, menyimpan, mengkomunikasikan dan atau menyebarkan informasi. TI menyatukan komputasi dan komunikasi berkecepatan tinggi untuk data, suara, dan video. Contoh dari teknologi informasi bukan hanya berupa komputer pribadi, tetapi juga telepon, TV, peralatan rumah tangga elektronik, dan peranti genggam modern (ponsel).

Hal ini dapat digunakan sebagai media dalam promosi kesehatan yang sangat efektif dengan teknologi percetakan memungkinkan pengiriman informasi lebih cepat lagi.

(Kholid, 2015)

2.6 Aplikasi Mobile Berbasis Android

Aplikasi mobile adalah aplikasi yang bisa digunakan secara berpindah-pindah tempat (*mobile*) sehingga bisa menikmati aplikasi-aplikasi kapanpun dan dimanapun pada smartphone sambil menjalankan aktifitas rutin. Contoh aplikasi mobile yang sering digunakan adalah game, web, browser, music, radion, dan sebagainya (Wahana, 2014).

Android merupakan sistem operasi untuk mobile device yang awalnya dikembangkan oleh *Android Inc.* Android dibuat menggunakan kernel linux yang dimodifikasi. Aplikasi android ditulis dengan bahasa Java, menggunakan

Java Core Libraries. Aplikasi android dijalankan di atas VM bernama *Dalvik Virtual Machine*. Android menyediakan platform terbuka bagi para pengembang untuk menciptakan aplikasi mereka sendiri sehingga dapat digunakan oleh bermacam-macam peanti penggerak (Wahana, 2014).

Menurut Junindar (2017), android adalah sistem operasi berbasis linux yang dirancang untuk perangkat mobile layar sentuh seperti telepon pintar dan computer tablet. Dengan banyaknya pengguna dan perangkat yang mendukung sistem operasi ini, maka akan berbanding lurus dengan aplikasi yang akan diperlukan oleh para pengguna. Android adalah salah satu *mobile operating system* yang sangat banyak digunakan di berbagai perangkat pintar, baik yang berspesifikasi rendah maupun mumpuni. Dikarenakan android saat ini merupakan salah satu mobile OS paling digemari, maka tidak dapat dipungkiri sangat banyak sekali aplikasi-aplikasi mobile untuk android.

2.7 Konsep Aplikasi PASITA

2.7.1 Pengertian

PASITA merupakan singkatan dari Pendamping ASI Kita. Aplikasi ini merupakan aplikasi online berbasis android. Aplikasi PASITA ini berisi tentang informasi makanan pendamping ASI. Makanan pendamping ASI ini sesuai dengan tahapan usia anak. Aplikasi ini dapat dimanfaatkan oleh ibu-ibu yang belum memiliki pengalaman maupun sudah pernah memberikan makanan pendamping ASI. PASITA dikembangkan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pemberian makanan pendamping ASI yang tepat untuk anak.

Aplikasi ini dibuat menggunakan bahasa pemrograman java dan menggunakan *software* android studio. Untuk isi aplikasi disimpan menggunakan database MySQL. Aplikasi ini dibuat untuk *OS Lollipop* keatas. Gambaran/ *storyboard* dari aplikasi ini disajikan pada lampiran 15. Untuk cara penggunaan aplikasi PASITA diperlukan pendampingan sampai pengguna dapat secara mandiri mengoperasikan aplikasi. Besarnya ukuran ruang yang dibutuhkan aplikasi yaitu 2.53 MB.

2.7.2 Petunjuk Penggunaan Aplikasi PASITA

- 1) Instal aplikasi PASITA pada ponsel.
- 2) Buka aplikasi login dengan menggunakan *username* dan *password*, klik tombol login.
- 3) Pengguna akan masuk ke dalam halaman pendahuluan. Pada halaman ini akan di jelaskan secara umum yaitu:
 - a. Nutrisi pada bayi
 - b. ASI Eksklusif
 - c. Makanan Pendamping ASI (MPASI)

Pengguna dapat klik tombol *next* untuk ke halaman berikutnya.

- 4) Halaman selanjutnya adalah halaman yang secara khusus menjelaskan tentang dampak diberikannya makanan selain ASI pada bayi usia 0-6 bulan. Klik tombol *next* untuk ke *home*.
- 5) Pengguna akan masuk ke halaman *home*, isilah tanggal lahir anak kemudian klik tombol *next*. Selain itu ada 4 kolom yang tersedia untuk

pengguna mengetahui informasi pemberian nutrisi bayi sesuai rentang usia yang telah tersedia.

- 6) Halaman selanjutnya akan muncul usia anak dan penjelasan tentang frekuensi pemberian makanan pendamping asi atau asi yang dibutuhkan pada usia tersebut. Klik tombol *next* untuk pergi ke halaman selanjutnya, atau *home* untuk kembali ke halaman awal.
- 7) Halaman selanjutnya berisi penjelasan umum dan jabaran khusus untuk jenis makanan yang boleh diberikan kepada anak, untuk penjelasan lebih lanjut Klik tombol *next* untuk pergi ke halaman selanjutnya, atau *home* untuk kembali ke halaman awal.
- 8) Cara mengolah makanan akan muncul pada halaman ini. Ada tiga tahap cara pengolahan makanan, yakni disaring, dicincang, dan masak biasa. Tahapan ini sesuai dengan usia bayi. Klik tombol *exit* untuk keluar dari aplikasi atau *home* untuk kembali ke halaman awal.

2.8 Leaflet

Leaflet adalah suatu bentuk media publikasi yang berupa kertas selebaran dengan ukuran tertentu, disajikan dalam bentuk lembaran kertas berlipat maupun tidak berlipat (Kholid, 2015). Dalam penelitian ini peneliti membuat isi dari *leaflet* sama dengan aplikasi PASITA yang dikembangkan oleh peneliti. Isinya berupa nutrisi bayi, ASI eksklusif, dampak pemberian makanan selain ASI pada bayi 0-6 bulan, MPASI, frekuensi pemberian MPASI, jenis makanan, dan cara memasak. *Leaflet* disajikan pada lampiran 16. Berikut ini adalah materi dalam *leaflet*.

a. Nutrisi Bayi

Kebutuhan nutrisi bayi yang direkomendasikan dan menjadi standar emas makanan bayi adalah ASI saja sampai bayi berusia 6 bulan. Setelah itu, bayi mendapatkan MPASI, dan menyusui dilanjutkan hingga bayi berusia 2 tahun.

b. ASI Eksklusif

Pemberian ASI Eksklusif adalah bayi hanya diberi ASI saja selama 6 bulan tanpa makanan tambahan baik berupa cairan seperti susu formula, madu, air teh, dan air putih, maupun berupa makanan padat seperti pisang, nasi yang dilembutkan, bubur nasi, tim, biskuit, dan lain sebagainya (Suryoprajogo, 2009).

Dampak pemberian makanan selain ASI bagi bayi 0-6 bulan

- 1) Dapat meningkatkan resiko diare dan penyakit lainnya. Hal ini karena kita tidak bisa menjamin kebersihan air dan makanan. Sedangkan bayi 0-6 bulan masih memiliki pencernaan yang sensitif.
- 2) Bayi yang diberi susu selain ASI, berisiko 17 kali lebih besar menderita diare daripada yang mendapat ASI. Serta berisiko 4 kali lebih besar mengalami ISPA (Infeksi Saluran Pernapasan Atas).
- 3) Memberikan makanan atau minuman selain ASI dapat mengganggu proses menyusui, sehingga dapat menurunkan jumlah produksi ASI.
- 4) Telah ditemukan beberapa kasus dimana usus bayi terpelintir, akibat diberikan makanan selain ASI. Makanan tersebut belum siap dicerna oleh pencernaan bayi yang belum sempurna.

c. MPASI (Makanan Pendamping ASI)

MPASI atau Makanan Pendamping ASI adalah makanan yang diberikan pada bayi usia 6 bulan ke atas (Sutomo, 2013).

Tabel 2.1 Tahapan pemberian MPASI

0-6 bulan	6-9 bulan	9-12 bulan	>12 bulan
Berikan Air Susu Ibu (ASI) saja tanpa makanan tambahan apapun hingga usia bayi 6 bulan	<ol style="list-style-type: none"> 2-3 sendok makan bertahap hingga 125 ml 2-3x makan 1-2x selingan 	<ol style="list-style-type: none"> 125 ml bertahap hingga 250 ml 3-4x makan 1-2x selingan 	<ol style="list-style-type: none"> 250 ml bertahap hingga lebih ($\frac{3}{4}$ sampai 1 mangkuk) 3-4x makan 1-2x selingan

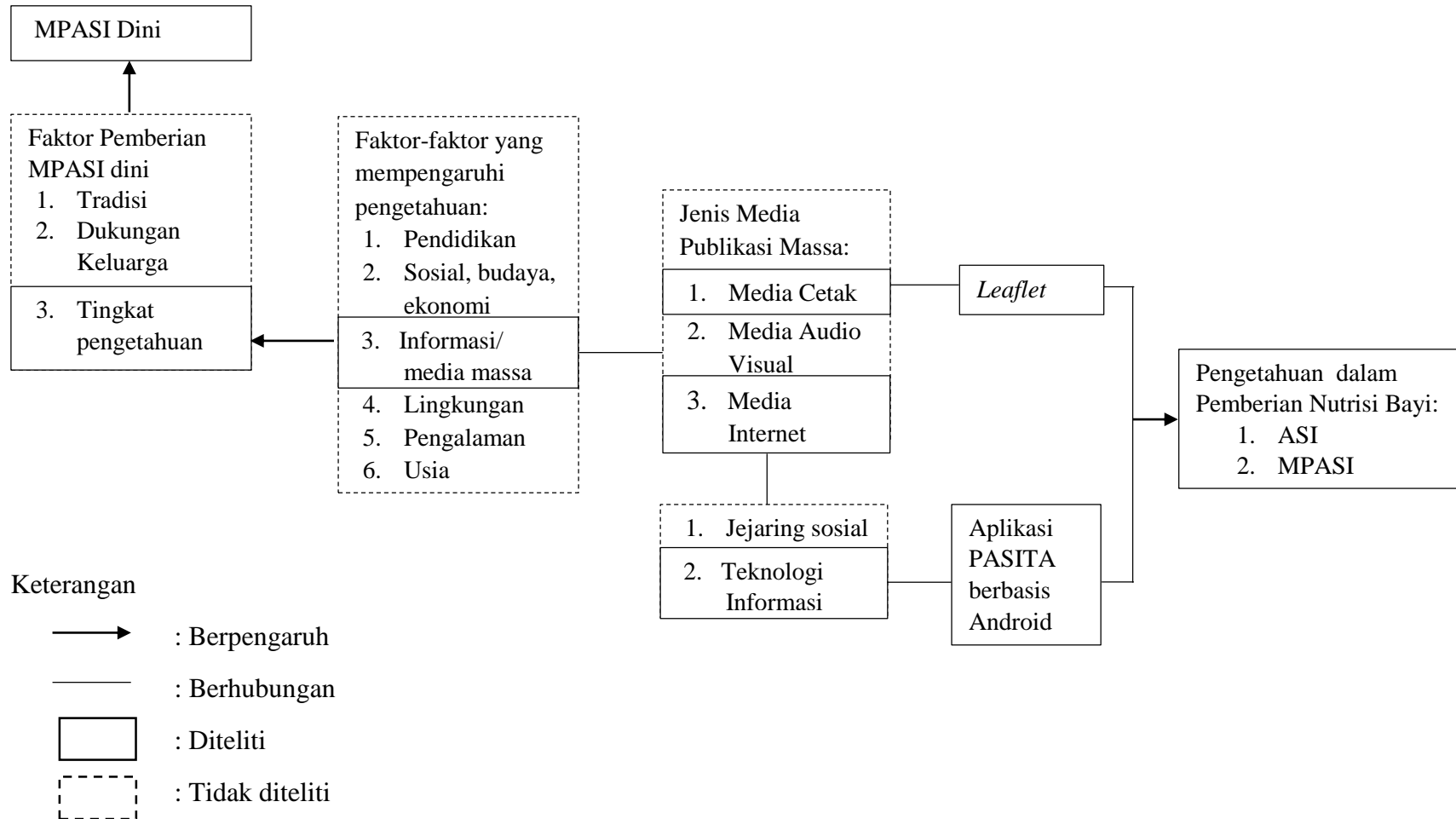
Tabel 2.2 Cara Memasak MPASI

0-6 bulan	6-8 bulan	9-12 bulan	>12 bulan
Cukup ASI saja	Disaring	Dicincang	Masak biasa
	Makanan dibuat dengan disaring. Tekstur makanan lumat dan kental	Bahan makanan sama dengan orang dewasa, namun disesuaikan untuk anak-anak 9-10 bulan, makanan ditumbuk dengan tekstur makanan dibuat dengan dicincang kasar	Bahan makanan untuk dewasa dapat juga digunakan untuk membuat makanan bayi dan anak. Pada usia ini, menu untuk anak-anak dapat disamakan dengan dewasa, namun rasa disesuaikan.

Tabel 2.3 Jenis makanan untuk variasi MPASI

Usia (bulan)	Jenis makanan	Panduan
0-6 bulan	Air Susu Ibu (ASI)	<ol style="list-style-type: none"> Berikan sekehenak bayi. Tak perlu khawatir bayi kekurangan ASI karena produksi ASI akan menyesuaikan kebutuhan bayi. Pastikan berat badan bayi naik sesuai grafik pertumbuhannya di Kartu Menuju Sehat (KMS) atau buku periksa bayi
6-9 bulan	1. Daging, ikan, hati ayam, kacang-kacangan (kacang hijau, kedelai)	Mulailah dengan 1 sendok teh (5 ml), tingkatkan jumlahnya sesuai selera bayi. Coba salah satu sajian yang baru pada satu waktu. Tunggu 3-4 hari sebelum mencoba jenis lain.
	2. Sayuran, buah (dalam bentuk pure)	Mulai dengan 1 sendok teh (5ml). Tingkatkan jumlahnya sesuai selera bayi. Cobalah salah satu sayuran baru atau buah pada satu waktu. Tunggu 3-4 hari sebelum mencoba sayuran atau buah yang lain.
	3. Produk sereal bayi (misalnya beras, oatmeal, jagung, gandum)	Mulailah dengan 1 sendok teh (5ml), lalu tingkatkan jumlahnya sesuai selera bayi. Coba salah satu sereal yang baru pada satu waktu. Tunggu 3-4 hari sebelum mencoba jenis sereal lain.
9-12 bulan	1. Produk sereal (roti, nasi, krekers tanpa gula)	<ol style="list-style-type: none"> Lanjutkan dan tingkatkan jumlahnya sesuai selera bayi Perkenalkan produk sereal yang berbeda dengan jumlah kecil, seperti 1 sendok teh (5ml) potongan kecil pasta, roti atau krekers tanpa gula seukuran jari. Tingkatkan sesuai selera bayi
	2. Susu formula dan produk olahan susu (keju, yoghurt tawar/ <i>plain yogurt</i>)	<ol style="list-style-type: none"> Perkenalkan sejumlah kecil keju dan yoghurt, misalnya 1 sendok teh (5ml). Tingkatkan jumlahnya sesuai selera bayi. Jangan jadikan keju sebagai pengganti susu, karena keju merupakan makanan padat yang sedikit kandungan airnya.
	3. Finger food (makanan yang dapat dipegang sendiri oleh tangan bayi) misalnya potongan buah-buahan (apel, pisang), sayuran rebuh (wortel, buncis, kentang)	Perkenalkan makanan yang berbeda dalam jumlah kecil, misalnya 1 sendok (5ml). Lanjutkan dan tingkatkan jumlahnya sesuai selera bayi.
>12 bulan	Berikan berbagai makanan bergizi seimbang	<ol style="list-style-type: none"> Terus berikan ASI sampai anak berusia 2 tahun. Terus berikan makanan sehat sesuai selera bayi. Makanan bayi sudah sama dengan menu keluarga.

2.9 Kerangka Konsep



Gambar 2.3 Kerangka Konsep

2.10 Hipotesis

H₀ : Tidak Ada perbedaan penggunaan media *leaflet* dengan media aplikasi PASITA terhadap pengetahuan ibu tentang pemberian nutrisi pada bayi di Kelurahan Tamanan Kota Kediri

H_a : Ada perbedaan penggunaan media *leaflet* dengan media aplikasi PASITA terhadap pengetahuan ibu tentang pemberian nutrisi pada bayi di Kelurahan Tamanan Kota Kediri