

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Teori

2.1.1 Konsep Pengetahuan

a. Pengertian

(Notoatmodjo 2012a) mendefinisikan pengetahuan sebagai hasil “tahu” dari manusia yang sekedar menjawab pertanyaan “*what*”, misalnya apa itu air, apa manusia, apa alam, dan lain-lain. Sedangkan ilmu bukan sekedar menjawab “*what*” melainkan akan menjawab pertanyaan “*why*” atau “*how*”, misalnya mengapa air bisa mendidih bila dipanaskan, mengapa bumi mampu berputar, dll. Pengetahuan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan pada suatu objek khusus/tertentu. Penginderaan dapat terjadi melalui panca indra manusia meliputi mata (penglihatan), telinga (pendengaran), hidung (penciuman), lidah (perasa) dan kulit (praba). Pada saat proses penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan, sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap obyek. Pada umumnya, sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui indra penglihat dan indra pendengar.

Pengetahuan seseorang mengandung 2 aspek yang terdiri dari aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini yang akan menentukan sikap seseorang, dimana semakin banyak aspek positif dan objek yang diketahui maka akan menimbulkan sikap yang semakin positif terhadap

objek tertentu. Salah satu bentuk objek kesehatan dapat diperoleh melalui pengalaman sendiri (Wawan 2017).

b. Tahapan Pengetahuan

Pengetahuan merupakan dasar yang penting dalam membentuk tindakan/perilaku seseorang. Dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang dilandasi oleh pengetahuan akan lebih lama ada dari pada perilaku yang tidak dilandasi oleh pengetahuan yang didapat (Notoatmodjo 2012b).

Taksonomi Bloom mengembangkan ranah kognitif menjadi 6 kelompok yang tersusun secara hierarkis mulai dari pengetahuan rendah hingga kemampuan berpikir tingkat tinggi diantaranya (Suyono 2017):

1) Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai tahapan dimana seorang individu mampu mengingat atau mengenali suatu informasi. Tahapan ini dapat dinilai melalui tes pilihan ganda, menghitung, mengingat suatu proses, mengetahui definisi, serta mengutip sebuah prosedur.

2) Memahami (*Comprehention*)

Memahami diartikan sebagai kemampuan untuk menjelaskan suatu makna dari sebuah materi. Pada tahap ini seseorang mampu untuk menyarankan suatu perlakuan, mampu memecahkan masalah tertentu, serta mampu memberikan contoh riil dari suatu materi.

3) Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari kepada situasi praktik yang sebenarnya. Pada tahapan ini seseorang mampu mendemonstrasikan, memecahkan suatu masalah, dan mengelola aktivitas

4) Analisis (*Analysis*)

Analisis merupakan kemampuan untuk mengidentifikasi bagian dan fungsi dari sebuah proses atau konsep. Pada tahapan ini seseorang telah mampu untuk membuat penilaian kualitatif berkaitan dengan hubungan, nilai, sebab-akibat, serta mengetahui kebutuhan.

5) Sintesis (*Syntesis*)

Sintesis merupakan kemampuan individu untuk mengembangkan suatu struktur, sistem, model, maupun gagasan serta pemikiran inovatif terhadap suatu hal.

6) Evaluasi (*Evaluation*)

Kemampuan evaluasi diartikan sebagai kemampuan untuk menilai efektifitas sebuah konsep, Pada tahap ini seseorang telah mampu untuk mempertimbangkan, mengulang kembali, melaporkan suatu kasus, menyelidiki, mengatur, dan memiliki argumentasi.

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya:

1) Pendidikan

Pendidikan merupakan usaha untuk mengembangkan kepribadian seseorang yang dapat diperoleh melalui pendidikan formal maupun

nonformal, dan proses ini berlangsung seumur hidup. Semakin tinggi pendidikan seseorang, makin mudah pula seseorang tersebut menerima informasi (Budiman 2014).

2) Informasi/media massa

Informasi merupakan proses transfer pengetahuan. Informasi dapat diperoleh melalui pendidikan formal maupun nonformal. Semakin berkembang sebuah teknologi semakin menyediakan bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat. Media massa membawa pesan-pesan berisikan sugesti yang dapat mengarahkan opini seseorang (Budiman 2014).

3) Sosial, budaya, ekonomi

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan orang-orang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk akan menambah pengetahuan. Tingkat ekonomi juga mempengaruhi ketersediaan fasilitas dalam keluarga yang diperlukan untuk kegiatan tertentu sehingga akan berdampak pada pengetahuan seseorang (Budiman 2014).

4) Lingkungan

Lingkungan merupakan seluruh kondisi yang ada di sekitar manusia dan pengaruhnya dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang/kelompok (Notoatmodjo 2012b).

5) Pengalaman

Pengalaman seringkali digunakan untuk mendapatkan pengetahuan dengan cara yaitu mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi dimasa lalu (Wawan 2017).

6) Usia

Semakin cukup umur tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Dari segi kepercayaan masyarakat seseorang yang lebih dewasa dianggap lebih dapat dipercaya sebagai akibat dari pengalaman dan kematangan jiwa (Wawan 2017).

d. Pengukuran Tingkat Pengetahuan

Perubahan pengetahuan terjadi karena adanya interaksi antara pengalaman baru dengan pengalamannya yang telah diperoleh sebelumnya (Suiraoaka & Supariasa 2012). Apabila seseorang bisa mengulangi kembali materi yang telah dipelajarinya baik secara lisan maupun tulisan maka dapat disimpulkan bahwa proses pembelajaran telah berhasil pada diri seseorang tersebut (Suyono 2017).

Pengetahuan dapat diukur menggunakan wawancara atau pemberian angket (Budiman 2014). Kedalaman pengetahuan yang ingin diukur sesuai bobot berikut:

- 1) Bobot I : menguasai tahap tahu dan pemahaman
- 2) Bobot II : menguasai tahap tahu, pemahaman, aplikasi, dan analisis

3) Bobot III : menguasai tahap tahu, pemahaman, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi.

Tabel 2.1.1 Standar pertanyaan dalam pengukuran pengetahuan

Tahapan pengetahuan	Kemampuan internal	Kata-kata pertanyaan
Tahu	Mengetahui Misalnya: a) Istilah b) Fakta c) Aturan d) Urutan Metode	a) Mengidentifikasi b) Menyebutkan c) Memberi nama pada d) Menyusun daftar e) Menggaris bawahi f) Menjodohkan g) Memilih h) Memberi definisi
Paham	Menerjemahkan Menafsirkan..... Memperkirakan..... Menentukan..... Misalnya: a) Metode b) Prosedur	a) Menjelaskan b) Menguraikan c) Merumuskan
	Memahami..... Misalnya: a) Konsep b) Kaidah c) Prinsip d) Kaitan antara e) Fakta f) Isi pokok	a) Merangkum b) Mengubah c) Memberi contoh tentang d) Menyadur e) Meramalkan f) Memperkirakan g) Menerangkan
	Mengartikan..... Menginterpretasikan Misalnya: a) Tabel b) Grafik c) Gambar	
Aplikasi	Memecahkan masalah..... Membuat bagan dan Menggunakan.....	

	<p>Misalnya:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Metode/prosedur b) Konsep c) Kaidah d) Prinsip 	<ul style="list-style-type: none"> a) Memperhitungkan b) Membuktikan c) Menghasilkan d) Menunjukkan e) Melengkapi f) Menyediakan g) Menyesuaikan h) Menemukan
Analisis	<p>Mengenali kesalahan..... Membedakan</p> <p>Misalnya:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Interpretasi b) Data dari c) Kesimpulan 	<ul style="list-style-type: none"> a) Memisahkan b) Menerima c) Menyisihkan
	<p>Menganalisis.....</p> <p>Misalnya:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Struktur dasar b) Bagian-bagian 	<ul style="list-style-type: none"> a) Menghubungkan b) Memilih
	<p>Hubungan antara</p>	<ul style="list-style-type: none"> a) Membandingkan b) Mempertentangkan c) Membagi d) Membuat diagram/skema e) Menunjukkan hubungan antara
Sintetis	<p>Menghasilkan</p> <p>Misalnya:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Klasifikasi b) Karangan c) Kerangka teoritis 	<ul style="list-style-type: none"> a) Mengategorikan b) Mengombinasi c) Mengarang d) Menciptakan
	<p>Menyusun.....</p> <p>Misalnya:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Rencana b) Skema c) Program kerja 	<ul style="list-style-type: none"> a) Mendesain b) Mengatur c) Menyusun kembali d) Merangkaikan e) Menghubungkan f) Menyimpulkan g) Merancangkan h) Membuat pola
Evaluasi	<p>Menilai berdasarkan norma internal....</p> <p>Misalnya:</p>	

	a) Hasil karya seni b) Mutu karangan c) Mutu ceramah d) Program penataran	a) Memperhitungkan b) Membuktikan c) Menghasilkan d) Menunjukkan
	Menilai berdasarkan norma eksternal a) Hasil karya seni b) Mutu karangan c) Mutu pekerjaan d) Mutu ceramah	a) Melengkapi b) Menyediakan c) Menyesuaikan d) Menemukan
	Program penataran Mempertimbangkan..... Misalnya: a) Baik-buruknya b) Pro-kontranya c) Untung ruginya	

(Budiman, 2014)

Kategori tingkat pengetahuan dibagi menjadi tiga tingkatan yang didasarkan pada kriteria sebagai berikut (Arikunto, 2013):

- 1) Baik : nilai > 75%
- 2) Cukup : nilai 56-74%
- 3) Kurang : nilai < 55 %

e. Metode Peningkatan Pengetahuan

Beberapa metode untuk meningkatkan pengetahuan menurut Panduan Ketetapan Kriteria Ketuntasan Minimal Nasional Republik Indonesia tahun 2018/2019 diantaranya (Kementerian Pendidikan Nasional Republik Indonesia, 2018):

1) Pengulangan

Pengajaran pengulangan (remidial) bertujuan untuk memperbaiki sebagaimana atau seluruh proses pembelajaran peserta didik. Dengan harapan gejala kesulitan belajar sekecil apapun mampu dianalisis kemudian

diberikan solusi yang tepat sehingga kesulitan tersebut bisa dilakukan perbaikan.

2) Perbaikan metode atau strategi pembelajaran

Metode pembelajaran adalah seluruh perencanaan maupun prosedur kegiatan pembelajaran termasuk cara penilaian yang akan dilakukan. Seluruh perencanaan ini meliputi tujuan pembelajaran, persiapan pembelajaran, kegiatan pembelajaran yang terdiri dari kegiatan pembuka, inti, serta pemilihan media yang akan digunakan, sumber pembelajaran terkait, dan penilaian pembelajaran (Sugiyono 2017).

3) Pertimbangan dalam menetapkan standar ketuntasan minimal

Penentuan standar ketuntasan minimal perlu dianalisis untuk dapat ditindaklanjuti sesuai rata-rata hasil yang diperoleh. Tindak lanjut diperlukan sebagai upaya perbaikan dan penyempurnaan dalam pelaksanaan pembelajaran maupun penilaian. Hasil analisis digunakan sebagai pertimbangan penetapan standar kelulusan pada proses pembelajaran di periode berikutnya.

f. Metode Pembelajaran dalam Pendidikan Kesehatan

Dalam kegiatan Pendidikan kesehatan membedakan alat bantu dan memberikan Pendidikan kesehatan. Alat bantu Pendidikan kesehatan adalah alat-alat yang digunakan oleh pendidik dalam menyampaikan bahan pengajaran. Secara garis besar alat bantu dikelompokkan menjadi:

1. Alat bantu liat (*Visual aids*)

Alat ini digunakan untuk menstimulasi indra penglihatan saat proses pendidikan. Alat ini ada dua bentuk:

- a) Tanpa diproyeksikan, seperti gambar, peta, bagan, bola dunia, boneka dan sebagainya.
- b) Proyeksikan, misalnya slide, film, film strip, dan sebagainya.

2. Alat bantu dengar (*Audio aids*)

Alat yang dapat menstimulasi indra pendengar pada proses Pendidikan, misalnya pita rekaman, dan radio.

3. Alat bantu lihat dengar (*Audio Visual aids*)

Alat bantu yang menstimulasi penglihatan dan pendengaran, contohnya televisi dan video.

Media dikatakan alat bantu pendidikan kesehatan untuk mempermudah pesan-pesan kesehatan bagi masyarakat. Berdasarkan fungsinya, media dibagi menjadi 3 kelompok yaitu:

- a) Media cetak (booklet, leaflet, flipchart, ribric atau tulisan surat kabar, poster, dan foto)
- b) Media elektronik (televisi, radio, slide, dan film strip)
- c) Media papan (billboard) (Suiraoaka & Supariasa, 2012).

g. *Booklet*

Booklet adalah suatu media untuk menginformasikan pesan-pesan kesehatan dalam bentuk buku yang berisi tulisan dan gambar. Booklet merupakan sebuah buku kecil yang jumlah halamannya tidak lebih dari 24 lembar. Isi booklet harus

jelas, tegas, dan mudah dimengerti. Ukuran booklet biasanya dimulai dari tinggi 8 cm sampai 13 cm.

1) Kelebihan booklet

- 1) Bisa disimpan lama
- 2) Subyek yang dituju dapat menyesuaikan serta belajar mandiri
- 3) Pengguna dapat melihat dan membaca isi pada saat santai
- 4) Dapat membantu media lain
- 5) Dapat menginformasikan dengan detail (misal statistic) yang tidak mungkin disampaikan secara lisan
- 6) Isi bisa dicetak kembali

2) Kelemahan booklet

- a) Kemampuan membaca
- b) Menuntut kemampuan baca sasaran terlebih pada masyarakat yang memiliki tingkat kebiasaan membacanya rendah (Suiraoaka & Supariasa, 2012).

2.1.2 Konsep Sikap

a. Pengertian Sikap

Menurut Berkowitz (1972)(Azwar 2013) sikap adalah suatu bentuk evaluasi atau reaksi dari perasaan seseorang. Sikap seseorang terhadap suatu objek adalah perasaan mendukung atau perasaan untuk memihak maupun sebaliknya yaitu perasaan tidak mendukung dan perasaan tidak memihak pada suatu objek tertentu. Sikap merupakan respons evaluatif yang dapat berbentuk positif maupun negatif.

Menurut Eagly dan Chaiken (1993) dalam (Wawan 2017) sikap diposisikan sebagai hasil evaluasi terhadap suatu objek yang diekspresikan melalui proses kognitif, afektif, dan perilaku. Menurut (Notoatmodjo 2012b) sikap adalah reaksi atau suatu respon seseorang yang sifatnya tertutup terhadap suatu stimulus atau objek.

b. Struktur Sikap

Struktur sikap terdiri dari 3 komponen yang saling menunjang, diantaranya (Azwar 2013):

1) Komponen Kognitif

Komponen ini berisi tentang kepercayaan pada diri seseorang mengenai apa yang berlaku atau apa yang benar bagi objek sikap. Kepercayaan datang dari sesuatu yang telah dilihat atau sesuatu yang telah diketahui. Setelah suatu kepercayaan terbentuk, maka kepercayaan tersebut akan menjadi dasar bagi penentuan sikap seseorang.

2) Komponen Afektif

Komponen afektif menyangkut masalah emosional seseorang terhadap suatu objek menyangkut perasaan yang dimiliki terhadap suatu objek.

3) Komponen Perilaku

Komponen perilaku diartikan sebagai struktur sikap yang menunjukkan bagaimana perilaku atau kecenderungan perilaku yang ada dalam diri seseorang. Kecenderungan berperilaku,

kepercayaan dan perasaan seseorang membentuk sikap pada diri seseorang.

c. Karakteristik Sikap

Sax (1980) dalam (Azwar 2013) membagi karakteristik sikap menjadi 4 yaitu:

1. Sikap Mempunyai Arah

Karakteristik ini diartikan bahwa sikap terbagi menjadi 2 arah yaitu arah positif yang berarti mendukung, setuju dan memihak serta arah negatif yang terdiri dari tidak mendukung, tidak setuju, atau tidak memihak terhadap suatu objek.

2. Sikap Memiliki Intensitas

Kedalaman sikap seseorang terhadap sesuatu berbeda antara satu dan lainnya meskipun memiliki arah yang sama.

3. Sikap Memiliki Konsistensi

Sikap memiliki konsistensi yang berarti sikap memiliki kesesuaian antara pernyataan dengan respons yang ditimbulkan.

4. Sikap Bersifat Spontanitas

Hal ini menyangkut sejauh mana kesiapan seseorang untuk menyatakan sikapnya secara spontan.

d. Faktor Pembentukan Sikap

Menurut (Wawan 2017) faktor yang mempengaruhi sikap diantaranya adalah:

1) Pengalaman Pribadi

- 2) Pengaruh Orang Lain yang Dianggap Penting
- 3) Pengaruh Kebudayaan
- 4) Media Massa
- 5) Lembaga Pendidikan
- 6) Faktor Emosional
- 7) Taksonomi Bloom (1956) dalam (Budiman 2014) membagi domain sikap menjadi 5 tahapan:
 1. Menerima: pada tahap ini seseorang mampu menerima rangsangan yang datang pada dirinya dalam bentuk masalah, situasi, gejala, dll. Pada tahap ini seseorang bersedia untuk menerima nilai-nilai yang diajarkan pada mereka.
 2. Menanggapi: kemampuan untuk mengikutsertakan dirinya secara aktif dalam fenomena tertentu.
 3. Menilai: seseorang mampu memberikan penilaian terhadap suatu kegiatan/objek. Seseorang telah mampu menilai apakah sesuatu tersebut baik/tidak baik.
 4. Mengelola: kemampuan untuk mempertemukan perbedaan nilai sehingga terbentuk nilai baru yang universal.
 5. Menghayati: perpaduan semua sistem nilai yang mempengaruhi pola kepribadian dan tingkah laku seseorang.

e. Pengukuran Sikap

Pengukuran sikap dinyatakan dalam bentuk pernyataan untuk dinilai responden yang terdiri dari pernyataan positif dan pernyataan negatif.

Skala yang dapat digunakan adalah skala Likert yang terdiri dari pernyataan sangat setuju, setuju, tidak punya pendapat, tidak setuju dan sangat tidak setuju. Ada 2 bentuk skala Likert yaitu pernyataan Positif dan Negatif. Makna kualitatif dari skor Likert adalah sebagai berikut (Budiman 2014):

1 Pernyataan Positif

Sangat Setuju (SS)	: 5
Setuju (S)	: 4
Kurang Setuju (KS)	: 3
Tidak Setuju (TS)	: 2
Sangat Tidak Setuju (STS)	: 1

2 Pernyataan Negatif

Sangat Setuju (SS)	: 1
Setuju (S)	: 2
Kurang Setuju (KS)	: 3
Tidak Setuju (TS)	: 4
Sangat Tidak Setuju (STS)	: 5

Tingkatan sikap dikategorikan oleh (Azwar 2013) sebagai berikut:

- 1) Baik : jika skor 76-100%
- 2) Cukup : jika skor 40-75%
- 3) Kurang : jika skor 0-39%

2.1.3 Teori Konsep Dukungan Keluarga

a. Definisi Dukungan Keluarga

Keluarga merupakan sekelompok orang yang diikat oleh ikatan perkawinan, adaptasi, dan kelahiran bertujuan untuk menciptakan dan mempertahankan budaya umum, meningkatkan perkembangan fisik, mental dan emosional serta social individu yang ada didalamnya (Harmoko, 2012).

b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Dukungan

Menurut Purnawan (2008) faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga yaitu:

a) Faktor internal

1. Tahap Perkembangan

Merupakan dukungan yang dapat ditemukan pada faktor usia dalam hal ini adalah pertumbuhan dan perkembangan, dengan demikian setiap rentan usia (bayi-lansia) memiliki pemahaman dan respon terhadap perubahan kesehatan yang berbeda-beda.

2. Pendidikan atau tingkat pengetahuan

Keyakinan seseorang terhadap ada tidaknya dukungan tertentu terbentuk oleh variabel intelektual yaitu terdiri dari pengetahuan, latar belakang pendidikan dan pengalaman masa lalu.

3. Faktor emosi

Faktor emosional yang dapat mempengaruhi keyakinan terhadap adanya dukungan dan cara melakukannya. Seseorang yang mengalami respon stress pada setiap perubahan hidupnya cenderung

berespon terhadap berbagai tanda sakit, yaitu dilakukan dengan cara mengkhawatirkan bahwa penyakit tersebut dapat mengancam hidupnya. Orang yang secara umum terlihat tenang mungkin mempunyai respon emosional sangat kecil selama ia sakit. Seorang yang tidak mampu melakukan koping secara emosional terhadap suatu ancaman penyakit.

4. Spiritual

Aspek ini biasanya dilihat dari bagaimana seseorang dapat menjalani kehidupannya, nilai dan keyakinan yang dilaksanakannya, hubungan dengan keluarga atau teman, kemampuan mencari harapan dan arti dalam hidup.

b) Faktor Eksternal

1. Keluarga

Bagaimana cara keluarga memberikan dukungan biasanya sangat mempengaruhi penderita dalam melaksanakan kesehatannya. Misalnya pasien juga kemungkinan besar akan melakukan tindakan pencegahan jika keluarga melakukan hal yang sama.

2. Sosial-ekonomi

Faktor dari sosial-psikososial dapat meningkatkan resiko terjadinya penyakit dan dapat mempengaruhi cara seseorang mendefinisikan dan bereaksi terhadap penyakitnya. Psikososial mencakup stabilitas perkawinan, gaya hidup seseorang dan lingkungan kerja. Seseorang

biasanya akan mencari dukungan dan persetujuan dari kelompok sosialnya, hal ini sangat mempengaruhi tingkat kesehatannya.

3. Latar belakang budaya

Latar belakang budaya dapat mempengaruhi keyakinan, nilai dan kebiasaan individu, dalam memberikan dukungan termasuk cara pelaksanaan kesehatan pribadi.

c. Fungsi dukungan keluarga

Fungsi dukungan keluarga mengacu dari bagaimana cara berinteraksi anggota keluarga terutama bagaimana kualitas interaksi mereka. Fungsi dukungan keluarga seperti berikut:

a) Dukungan fisiologis

Dukungan fisiologis merupakan dukungan yang dilakukan setiap hari berupa pertolongan yang mendasar seperti dalam hal mandi, menyiapkan tempat khusus tertentu, merawat jika ada anggota keluarga yang sakit, membantu kegiatan fisik sesuai kemampuan.

b) Dukungan psikososial

Dukungan ini ditujukan agar memberikan perhatian dan kasih sayang kepada anggota keluarga, rasa aman, membantu menyadari dan memahami.

c) Dukungan Sosial

Dukungan Sosial dapat diberikan seperti memberi saran individu untuk mengikuti kegiatan spiritual seperti pengajian, perkumpulan, memilih

fasilitas kesehatan sesuai dengan keinginan sendiri dan tetap memfasilitasi interaksi dengan orang lain (Indriyati, 2013).

d. Tujuh langkah Keberhasilan ASI eksklusif Bersama Keluarga

Terdapat tujuh langkah untuk keberhasilan ASI eksklusif. Menyusui memang mempengaruhi anggota keluarga. Umumnya suami, kakak, nenek, kakek, dilibatkan dalam langkah-langkah ini yaitu:

- a) Mempersiapkan payudara, jika diperlukan
- b) Mempelajari ASI dan tatalaksana menyusui
- c) Menciptakan keluarga, teman dan sebagainya
- d) Memilih tempat melahirkan yang sayang bayi
- e) Memilih tenaga kesehatan yang mendukung ASI eksklusif
- f) Mencari ahli laktasi
- g) Menciptakan sikap positif tentang ASI dan menyusui

2.1.4 Dukungan Suami

a. Pengertian Dukungan Suami

Dukungan adalah salah satu ungkapan dari kasih sayang seorang suami, bentuk dari dukungan suami berupa memberikan kenyamanan pada ibu, perhatian, penghargaan, atau berupa bantuan suami kepada istri. Tanggung jawab dan peran suami bertambah dengan kehadirannya anak yang baru lahir. Dorongan dan perhatian dari suami merupakan dukungan positif untuk ibu karena mempunyai pengaruh sangat besar (Sutanto and Adinda Vita, 2017).

b. Bentuk Dukungan Suami

a) Dukungan Emosional

Dukungan psikologi yang berupa ungkapan seorang suami kepada istri berupa empati, rasa mencintai, kepedulian dan perhatian untuk membuat istri merasa senang dan nyaman (Sutanto and Adinda Vita, 2017).

b) Dukungan Penghargaan

Ungkapan dari seorang suami melalui penghargaan yang bersifat positif untuk mendorong ibu lebih maju lagi. Ungkapan dukungan yang diberikan berupa kalimat dorongan atau persetujuan, gagasan, atau perasaan suami dan perbandingan yang positif seseorang dengan orang lain. (Sutanto and Adinda Vita, 2017).

Menurut Dr. Arri Handayani dalam bukunya “How To Raise Great Family: Mengasuh Anak Penuh Kesadaran” bahwa penghargaan yang diberikan oleh suami atas kemampuan atau keahlian yang istri punya dapat meningkatkan harga diri dan kepercayaan pada ibu, sehingga ibu mendapat penghargaan, pengakuan atas keahlian secara langsung dari suami (Handayani, 2019).

c) Dukungan Intrumental

Berupa bantuan yang diberikan secara langsung dari suami kepada istri, misalnya memberikan uang atau membantu ibu dalam mengurus rumah dan bayi (Sutanto and Adinda Vita, 2017).

d) Dukungan Informal

Bantuan yang berupa informasi, seperti nasihat, saran, pengetahuan dan petunjuk (Sutanto and Adinda Vita, 2017).

c. Dukungan Suami (*Breastfeeding Father*) Pada Ibu Menyusui

Ketika ibu menyusui bayi, suami dapat berperan aktif aktif dalam kegiatan dan persiapan menyusui. Ada beberapa hal yang dapat dilakukan untuk mendukung keberhasilan ibu menyusui antara lain:

1. Menyendawakan bayi setelah menyusu
2. Mengganti popok yang basah
3. Melakukan pijatan pada bayi
4. Memandikan bayi dan bermain bersama
5. Menyanyikan lagu dan membacakan buku untuk bayi
6. Membawa bayi ke pangkuan ibu saat menangis
7. Menggendong bayi
8. Dapat membuat bayi tenang saat menangis
9. Membawakan bayi minum untuk ibu
10. Membawakan bantal ibu akan menyusui
11. Memeluk, serta memotivasi ibu untuk masa awal menyusui
12. Membantu membersihkan rumah
13. Membuat ibu merasa nyaman dan terlindungi
14. Menemani saat menyusui dan memberikan ciuman kepada anak dan ibu
15. Mengikuti tahapan pertumbuhan anak

Menurut Cahyadi Takiawan (2015) suami harus melakukan beberapa hal untuk membantu ibu menyusui, dengan cara:

1. Menggendong bayi saat menangis di malam hari

2. Membantu ibu dalam merawat bayi seperti memandikan, memberi bedak, minyak telon, memakaikan baju bayi
3. memberikan pijatan kepada ibu saat menyusui atau saat ibu sedang istirahat, dengan pijatan yang diberikan suami dapat mengurangi stres dan menimbulkan rasa bahagia
4. Membuatkan atau membelikan makanan dan minuman yang dapat menunjang produksi ASI seperti jus daun hujau, sayur daun katuk
5. Mengajak bayi keluar rumah untuk berjemur di bawah sinar matahari atau menikmati angin sore

d. Peran Suami

Suami merupakan orang yang paling dekat ketika ibu menyusui bayinya, waktu ibu menyusui suami mempunyai peran penting dalam keberhasilan pemberian ASI. Dukungan seorang suami sangat dibutuhkan ibu saat menyusui, karena dukungan psikologis dari suami menambah kepercayaan ibu dalam proses menyusui (Widaryanti, 2019).

2.1.5 Teori Konsep ASI Eksklusif

a. Definisi ASI Eksklusif

Air Susu ibu (ASI) adalah emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam-garam anorganik yang disekresi oleh kedua belah kelenjar mamma dari ibu, yang berguna sebagai makanan bagi bayinya. Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan yang mudah didapat, selalu tersedia, siap diminum tanpa adanya persiapan yang khusus dengan temperature yang sesuai dengan bayi. Air Susu Ibu (ASI) memiliki

kandungan zat gizi yang lengkap dan sempurna untuk keperluan bayi serta mengandung zat anti infeksi. Oleh karenanya Air Susu Ibu (ASI) merupakan satu-satunya makanan terbaik dan paling cocok untuk bayi (Simbolon, 2017).

ASI eksklusif adalah tambahan ASI saja tanpa tambahan makanan dan minuman lain selama usia 0 - 6 bulan, bayi harus diberi kesempatan menyusui tanpa dibatasi frekuensi dan durasinya. Menyusui secara eksklusif selama 6 bulan dan meneruskan untuk menyusui hingga 2 tahun akan berkontribusi memberikan makanan sehat dengan kualitas energi serta gizi yang baik untuk anak sehingga membantu memerangi kelaparan dan kurang gizi. Menyusui adalah pemberian makan pada bayi dan anak yang paling hemat. ASI adalah makanan berkualitas yang bisa dijangkau oleh siapapun tanpa membebani perekonomian keluarga (Asih, 2016).

Tujuan pemberian ASI Eksklusif selama enam bulan berperan dalam pencapaian tujuan *Millenium Development Goals* (MDGs) tahun 2015. Tujuannya yaitu:

1. Membantu mengurangi kemiskinan jika seluruh bayi yang lahir di Indonesia disusui ASI secara eksklusif 6 bulan makan akan mengurangi pengeluaran biaya akibat pembelian susu formula.
2. Membantu mengurangi kelaparan pemberian ASI eksklusif membantu mengurangi angka kejadian kurang gizi dan

pertumbuhan yang terhenti yang umumnya terjadi sampai usia 2 tahun.

3. Membantu mengurangi angka kematian anak balita berdasarkan penelitian WHO (2000) di enam negara berkembang, resiko kematian bayi antara 9-12 bulan meningkat 40% jika bayi tersebut tidak disusui (Simbolon, 2017).

Adapun alasan pemberian ASI eksklusif adalah:

1. ASI mengandung zat gizi yang ideal dan mencukupi untuk menjamin tumbuh kembang sampai umur 6 bulan. Bayi yang mendapat makanan lain, misalnya nasi lumat atau pisang hanya akan mendapat karbohidrat, sehingga zat gizi yang masuk tidak seimbang.
2. Bayi dibawah usia 6 bulan belum mempunyai enzim pencernaan yang sempurna, sehingga belum mampu mencerna makanan dengan baik. ASI mengandung beberapa enzim yang memudahkan pemecahan makanan selanjutnya.
3. Ginjal bayi yang masih muda belum mampu bekerja dengan baik. Makanan tambahan termasuk susu sapi biasanya mengandung banyak mineral yang dapat memberatkan fungsi ginjal yang belum sempurna kepada bayi.
4. Makanan tambahan pada bayi mungkin mengandung zat tambahan yang berbahaya bagi bayi misalnya zat warna dan zat pengawet.

5. Makanan tambahan bagi bayi yang mudah menimbulkan alergi (Simbolon, 2017) .

b. Manfaat Pemberian ASI

1. Manfaat bagi bayi

- a. ASI sebagai nutrisi

ASI merupakan sumber gizi yang sangat ideal dengan komposisi seimbang dan disesuaikan dengan kebutuhan pertumbuhan bayi. ASI yaitu makanan bayi yang paling sempurna baik kualitas maupun kuantitasnya. Melalui penatalaksanaan menyusui yang benar, ASI sebagai makanan tunggal akan cukup memenuhi kebutuhan tumbuh bayi normal sampai pada usia 6 bulan.

- b. ASI sebagai kekebalan

Bayi baru lahir secara ilmiah akan mendapatkan zat kekebalan dari ibunya melalui plasenta, tetapi kadar zat tersebut akan cepat sekali menurun segera setelah bayi lahir, padahal bayi sampai usia beberapa bulan tubuh bayi belum dapat membentuk sendiri zat kekebalan secara sempurna. Oleh karena itu, kadar zat kekebalan di dalam tubuh bayi menjadi rendah. Hal ini akan tertutupi jika di dalam tubuh bayi mengkonsumsi ASI. ASI mengandung zat kekebalan yang akan melindungi bayi dari bahaya penyakit dari infeksi, seperti : diare, infeksi telinga, batuk, pilek, dan penyakit alergi. Angka morbiditas dan mortalitas bayi yang diberi ASI

Ekklusif jauh lebih kecil dibanding bayi yang tidak mendapatkan ASI Ekklusif.

c. ASI meningkatkan kecerdasan bayi

Bulan-bulan pertama kehidupan bayi sampai dengan usia 2 tahun adalah periode di mana terjadi pertumbuhan otak yang sangat pesat. Periode ini tidak akan terulang lagi selama masa tumbuh kembang anak. Oleh karena itu kesempatan ini hendaknya dimanfaatkan sebaik-baiknya agar otak bayi dapat tumbuh optimal dengan kualitas yang optimal. Pertumbuhna otak adalah factor utama yang mempengaruhi perkembangan kecerdasan. Sementara itu pertumbuhan otak sangat dipengaruhi oleh nutrisi yang diberikan kepada bayi baik dari segi kualitas maupun kuantitasnya. Nutrisi utama pertumbuhan otak antara lain: Taurin, Lanctosa, DHA, AA, Asam Omega-3 dan omega-6. Semua nutrisi yang dibutuhkan untuk itu, bias didapatkan dari ASI.

d. ASI meningkatkan jalinan kasih sayang

Pada saat menyusui, bayi harus berada sangat dekat dalam dekapan ibunya. Semakin merasakan kasih sayang ibunya. Ia juga akan merasa aman, tentram, dan nyaman terutama karena masih dapat mendengar detak jantung ibunya yang telah dikenalnya sejak dalam kandungan. Perasaan dilindungi dan disayangi inilah yang akan menjadi dasar perkembangan emosi bayi dan membentuk ikatan yang erat antara ibu dan bayi.

Ada beberapa manfaat lain pemberian ASI bagi bayi yaitu ASI mudah dicerna karena mengandung enzim pencernaan sehingga bayi yang diberi ASI tidak mengalami obstipasi (sembelit) dan ASI tidak memberatkan fungsi saluran pencernaan dan ginjal yang belum sempurna. ASI juga menunjang perkembangan pada motorik sehingga bayi ASI Eksklusif akan lebih cepat bisa jalan, membantu pembentukan rahang yang bagus, meningkatkan daya penglihatan dan kemampuan bicara, mencegah obesitas (kegemukan) pada bayi, dan mencegah anemia akibat kekurangan zat besi. Selain itu ASI mengurangi risiko terkena penyakit diabetes, kanker pada anak, dan diduga mengurangi kemungkinan menderita penyakit jantung (Walyani and Purwoastuti 2015).

2. Manfaat bagi ibu

1) Mencegah perdarahan pascapersalinan

Hormon oksitosin merangsang kontraksi uterus sehingga pembuluh darah dapat terjepit dan bisa mencegah terjadinya perdarahan

2) Mempercepat involusi uterus

Kontraksi yang bagus disebabkan oleh hormon oksitosin sehingga rahim dapat cepat kembali mendekati ke ukuran semula

3) Mengurangi risiko terjadinya anemia

Kontraksi uterus menjadi bagus karena menyusui sehingga tidak terjadi perdarahan dan tidak menyebabkan anemia

4) Mempercepat kembalinya berat badan

Selama menyusui akan membuat berat badan ibu turun karena kalori dibakar selama memproduksi ASI

5) Sebagai salah satu metode KB sementara

Salah satu metode sederhana adalah Metode Amenorrhoe Laktasi (MAL).

c. Kandungan Gizi di Dalam ASI

ASI merupakan nutrisi terbaik yang menjadi makanan utama untuk bayi yang dihasilkan oleh kedua belah kelenjar payudara. Komposisi ASI berubah dari waktu ke waktu sesuai stadium laktasi. Tahapan dari laktasi dibagi atas kolostrum 0-5 hari, ASI transisi 6-14 hari, dan ASI matur 15-30 hari. ASI mengandung immunoglobulin, antibodi dan sigA untuk kekebalan tubuh bayi.

a) Kolostrum

ASI yang pertama keluar mempunyai warna kuning, yang menandakan tinggi kandungan carotenoid, protein yang tinggi (gamma globulin), rendah lemak dan laktose, mengandung vitamin A, dan banyak natrium serta Zeng.

b) ASI Transisi

Mengandung protein yang lebih rendah dari kolostrum, mengandung lemak dan karbohidrat yang lebih tinggi dari kolostrum.

c) ASI Matang

Berwarna putih kekuningan yang mengandung garam kalsium kaseinat, riboflavin, karoten serta terdapat antimicrobial faktor (antibodi, sel, enzim, protein) (Nugroho, 2014)

d. Komposisi Dalam ASI

Kandungan utama di dalam ASI adalah air, sedangkan pada susu formula bentuknya lebih kental sehingga lebih sering menimbulkan diare pada bayi. Untuk kandungan ASI lainnya yang penting adalah:

a) Karbohidrat

Yang menjadi penyusun utama pada ASI adalah laktosa sebagai sumber energi untuk otak, kandungannya dua kali lipat di banding susu sapi yang menyebabkan angka kejadian diare meningkat. Manfaat yang lain dari laktosa adalah mengabsorpsi kalsium dan merangsang pertumbuhan *Lactobacillus bifidus* (Astuti dkk, 2015)

b) Protein

Protein dalam ASI lebih banyak mengandung protein whey, sedangkan pada susu sapi lebih banyak mengandung protein kasein yang sulit dicerna oleh bayi, ASI mempunyai jenis asam amino salah satunya asam amino taurin. Asam taurin mempunyai peran penting dalam perkembangan otak, taurin ini sangat baik untuk bayi yang prematur karena pada bayi prematur pembentukan asam taurin sangan rendah. ASI juga banyak mengandung senyawa organik atau nukleotida yang tersusun dari nitrogen, karbohidrat dan fosfat.

Nukleotida mempunyai peran dalam pertumbuhan dan kematangan usus, merangsang pertumbuhan bakteri serta menyerap zat besi dan daya tahan tubuh.

c) Lemak

Kadar lemak yang tinggi pada ASI sangat dibutuhkan dalam kecepatan pertumbuhan otak. Lemak omega-3 dan omega-6 berperan aktif dalam perkembangan otak bayi. ASI juga mengandung asam lemak rantai panjang antara asam dokosaheksanoat (DHA) serta asam arakidonat (ARA) yang berperan dalam perkembangan jaringan saraf dan retina mata

d) Karnitin

Karnitin berperan dalam proses pembentukan energi dalam mempertahankan metabolisme tubuh. ASI dalam tiga minggu pertama menyusui mengandung banyak karnitin terutama pada kolostrum.

e) Vitamin

Mengandung banyak vitamin dalam ASI, seperti vitamin K untuk pembekuan darah yang jumlahnya seperempat lebih tinggi dari susu formula. Terdapat juga vitamin A dan E, beta-karoten sebagai bahan baku proses pembentukan vitamin A, fungsinya untuk menjaga kesehatan mata, pembelahan sel, kekebalan tubuh dan perkembangan. Sedang vitamin E berfungsi untuk mencegah terjadinya anemia hemolitik. Vitamin lain yang ada di dalam ASI

antara lain vitamin B1, B2, B6, B9, vitamin C. Asupan makanan yang di konsumsi ibu juga berpengaruh terhadap kadar vitamin dalam ASI.

f) Mineral

Mineral yang terdapat dalam ASI antara lain kalsium, fosfor, magnesium, vitamin D dan lemak. Zat besi dalam ASI mudah untuk diserap oleh bayi sekitar 20-50% sehingga resiko bayi kekurangan zat besi lebih kecil dari pada bayi yang diberi susu formula. Mineral lain yang terdapat dalam ASI adalah zinc yang berguna dalam proses metabolisme dan selenium untuk pertumbuhan bayi (Astuti dkk, 2015)

e. Hal-hal yang mempengaruhi ASI

ASI yang terdapat pada ibu normal biasanya sekitar 550-1000 ml tiap hari. Produksi ASI bias dipengaruhi oleh faktor-faktor berikut yaitu:

1. Makanan

Untuk membentuk produksi ASI yang baik, maka makanan ibu harus memenuhi jumlah kalori, protein, lemak, vitamin, dan mineral yang cukup. Selain itu ibu dianjurkan untuk minum lebih banyak kurang lebih 8-12 gelas/hari. Seluruh makanan yang dikonsumsi ibu akan mempengaruhi produksi ASI. Maka dari itu, berikut adalah makanan yang harus dibatasi untuk ibu menyusui:

- a. Makanan yang merangsang, seperti: cabe, merica, jahe, alcohol, kopi.

- b. Yang membuat kembung, seperti: ubi, singkong, kool, daun bawang, dan sawi.
- c. Serta bahan makanan yang banyak mengandung lemak dan gula.

2. Ketenangan jiwa dan pikiran

ASI dapat diproduksi dengan baik ketika ibu merasa tenang dan aman. Jika ibu dalam keadaan tertekan, emosi menegang, sedih, kurang percaya menyusui, makan akan menurunkan volume ASI dan bahkan bias tidak memproduksi ASI.

3. Penggunaan alat kontrasepsi

Ibu yang menyusui hendaknya memperhatikan penggunaan alat kontrasepsi karena dapat mempengaruhi produksi ASI.

4. Perawatan payudara

Dengan merangsang payudara maka akan mempengaruhi hipofise untuk mengeluarkan hormone progesterone, estrogen dan oxytocin.

5. Anatomis buah dada

Bila jumlah lobus kurang maka lobulus pun berkurang. Maka dari itu produksi ASI juga akan berkurang.

6. Fisiologis

Terbentuknya ASI dipengaruhi oleh hormon terutama prolactin yaitu merupakan hormone laktogenik yang menentukan dalam hal pengadaan dan mempertahankan dalam sekresi air susu.

7. Faktor istirahat

Bila ibu kurang istirahat maka akan mengalami kelelahan dan akan menyebabkan kurangnya produksi ASI.

8. Faktor isapan anak

Jika ibu menyusui dengan jarang maka hisapan anak berkurang demikian pengeluaran ASI berkurang.

9. Faktor obat-obatan

Obat-obatan dapat mempengaruhi hormone prolactin dan oxytosin yang berfungsi memproduksi ASI.

2.1.6 Konsep Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Suami tentang ASI Eksklusif Menggunakan Media *Booklet*

ASI merupakan sumber gizi yang sangat ideal dengan komposisi yang seimbang dan disesuaikan dengan kebutuhan pertumbuhan bayi (Simbolon, 2017). Pemberian ASI eksklusif merupakan modal dasar pembentukan manusia yang berkualitas dimana proses ini dimulai sejak dini samapi enam bulan tanpa tambahan makanan lainnya (Yuliani, 2019).

Pengetahuan memegang peranan penting bagi seseorang karena berpengaruh terhadap sikap dan untuk melakukan suatu tindakan. Pengetahuan yang baik mengenai masalah-masalah yang berkaitan dengan proses pemberian ASI akan memudahkan suami dalam bertindak sebagai pendukung proses pemberian ASI. Suami yang tidak banyak memiliki pengetahuan tentang masalah-masalah yang berkaitan dengan proses pemberian ASI juga akan berpeluang lebih besar untuk gagal dalam

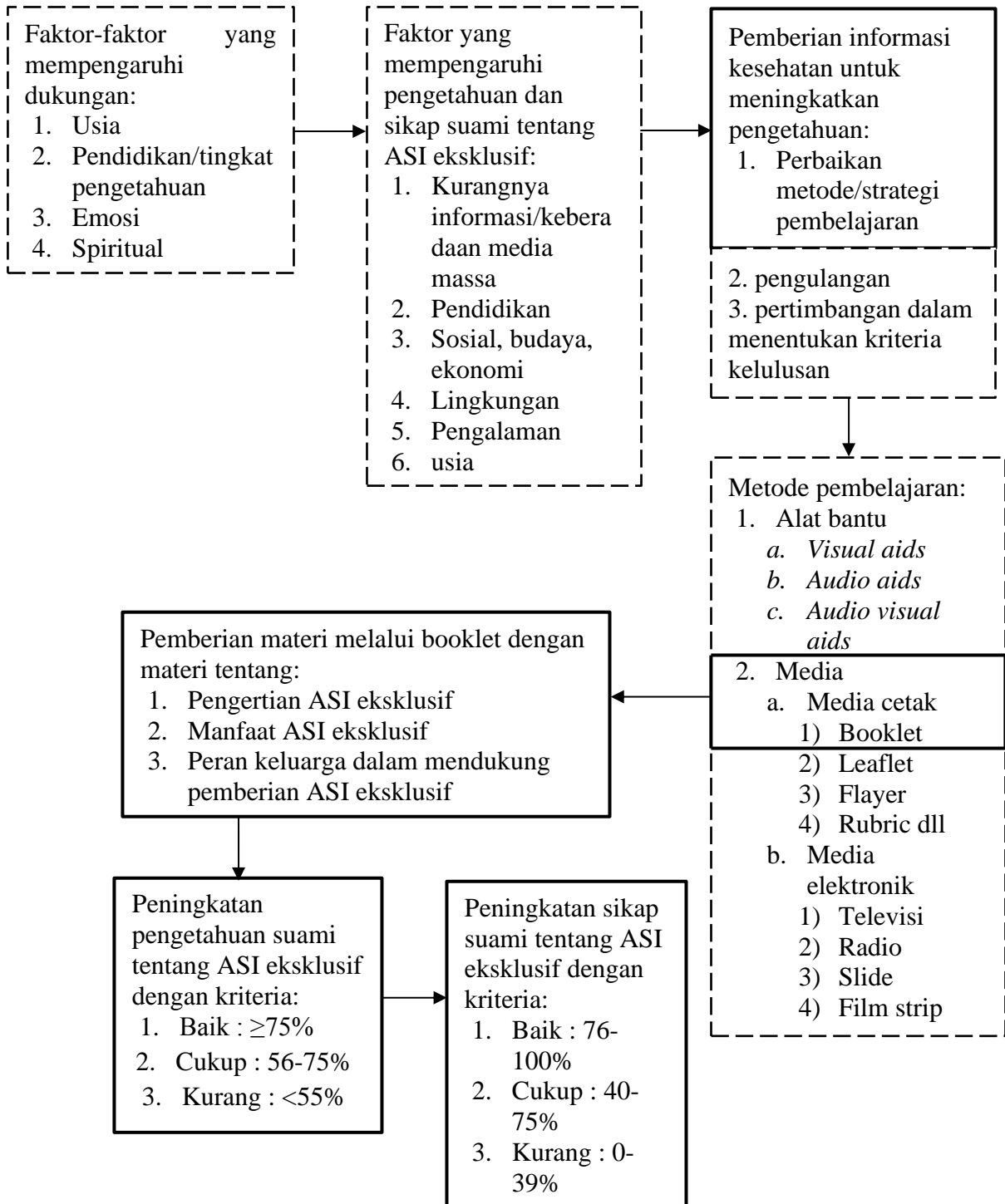
menjalankan perannya dalam pemberian ASI eksklusif secara maksimal. Pengetahuan yang kurang atau minim dalam pemberian ASI akan membuat suami bingung dalam bertindak. Suami tidak tau apa yang seharusnya dilakukan dan tidak dilakukan untuk mendukung pasangannya dalam proses pemberian ASI. Pengetahuan akan menjadi dasar peran ayah dalam memberikan bentuk dukungan yang tepat (Hidayat, 2017).

Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan suami adalah salah satunya dengan memberikan informasi dan pendidikan kesehatan tentang ASI eksklusif. Menurut (Notoatmodjo 2011) pendidikan kesehatan adalah suatu penerapan konsep pendidikan dalam bidang kesehatan. Proses pendidikan berarti dalam pendidikan tersebut terjadi proses pertumbuhan, perkembangan, atau perubahan ke arah yang lebih dewasa, lebih baik, dan lebih matang pada diri seseorang. Konsep pendidikan kesehatan adalah proses dari tidak tahu nilai-nilai kesehatan menjadi tahu, dari tidak mampu mengatasi masalah kesehatannya sendiri menjadi mampu, dan lain sebagainya.

Cara untuk mempermudah penerimaan informasi dan mendorong seseorang untuk mengetahui pengetahuan secara lebih dalam maka media *booklet* merupakan media yang memuat pesan-pesan kesehatan dalam bentuk tulisan dan gambar. Isi dari *booklet* lebih jelas dan mudah dimengerti dimana akan membantu menegakkan pengetahuan yang telah diterima jelas dan dapat dibaca kembali oleh audiens (Suiraoaka & Suparisa, 2012).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Tika Kurnia (2018) dengan judul Efektifitas Pendidikan Gizi Menggunakan Media Booklet Dan Komik Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang di SDN 03 Alai Kota Pdang yaitu mendapatkan hasil bahwa media booklet lebih efektif meningkatkan pengetahuan siswa tentang gizi seimbang dari pada media komik.

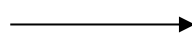
2.2 Kerangka Konsep



Keterangan :



: Diteliti



: Berpengaruh



: Tidak Diteliti

2.3 Hipotesis

Terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap suami tentang ASI eksklusif di desa Ploso Lor wilayah kerja UPTD Puskesmas Pranggang Kabupaten Kediri.