

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. ASI Eksklusif

1. Pengertian ASI Eksklusif

ASI (Air Susu Ibu) adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, lactose dan garam-garam organik yang disekresi oleh kedua belah kelenjar payudara ibu, sebagai makanan utama bagi bayi. Pada usia 6 bulan pertama, bayi hanya perlu diberikan ASI saja atau dikenal dengan sebutan ASI eksklusif. ASI eksklusif adalah pemberian ASI saja pada bayi 0-6 bulan tanpa pemberian tambahan cairan lain seperti susu formula, air jeruk, madu, air teh, air putih dan tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, papaya, bubur susu, biskuit, dan nasi tim (Winly, 2012).

ASI diproduksi dalam korpus alveolus yaitu unit terkecil yang memproduksi susu, selanjutnya dari *alveolus* air susu akan diteruskan ke dalam saluran yang disebut *duktus laktiferus*. Setelah persalinan, produksi susu dipengaruhi oleh isapan mulut bayi yang mampu merangsang prolaktin keluar. ASI merupakan cairan susu yang diproduksi ibu yang merupakan makanan terbaik untuk kebutuhan gizi bayi (Merdhika, 2014). Pengertian ASI eksklusif adalah pemberian air susu ibu, segera setelah persalinan sampai bayi berusia 6 bulan tanpa tambahan makanan lain, termasuk air putih. Pemberian mineral, vitamin, maupun obat boleh diberikan dalam bentuk cair sesuai anjuran dokter. Hal ini dikarenakan sistem pencernaan bayi masih belum sempurna, khususnya usus halus pada

bayi masih berbentuk seperti saringan pasir, pori-pori pada usus halus ini memungkinkan protein atau kuman akan langsung masuk dalam sistem peredaran darah dan dapat menimbulkan alergi (Sjawie, 2019).

2. Komposisi ASI Eksklusif

Menurut Pepi (2017) Komposisi ASI tidak sama dari waktu ke waktu. Faktor-faktor yang mempengaruhi komposisi ASI adalah stadium laktasi, ras, keadaan nutrisi dan diit ibu. Air susu ibu menurut stadium laktasi adalah kolostrom, ASI transisi/peralihan dan ASI matur.

a. Kolostrom

Cairan pertama kali yang keluar dari kelenjar payudara, mengandung *tissue debris* dan *residual* material yang terdapat dalam alveoli dan duktus dari kelenjar payudara sebelum dan sesudah masa puerperium. Kolostrom keluar pada hari pertama sampai hari keempat pasca persalinan. Cairan ini mempunyai *viskositas* kental, lengket dan berwarna kekuning-kuningan (Kambera *et al.*, 2021).

Cairan kolostrom mengandung tinggi protein, mineral garam, vitamin A, nitrogen, sel darah putih dan antibodi yang tinggi dibandingkan dengan ASI matur. Selain itu, kolostrom rendah lemak dan laktosa. Protein utamanya adalah *immunoglobulin* (IgG, IgA, IgM) berguna sebagai antibodi untuk mencegah dan menetralkan bakteri, virus, jamur dan parasit. Volume kolostrom antara 150-300 ml/24 jam. Meskipun kolostrom hanya sedikit volumenya, tetapi volume tersebut mendekati kapasitas lambung bayi yang berusia 1-2 hari. Kolostrom

berfungsi sebagai pencahar ideal yang dapat mengeluarkan zat-zat yang tidak terpakai dari usus bayi baru lahir dan mempersiapkan kondisi saluran pencernaan agar siap menerima makanan yang akan datang (Caitom, 2019).

b. ASI Peralihan

Merupakan peralihan dari kolostrom sampai menjadi ASI matur. ASI peralihan keluar sejak hari ke 4-10 pasca persalinan. Volumennya bertambah banyak dan ada perubahan warna dan komposisinya. Kadar *immunoglobulin* menurun, sedangkan kadar lemak dan laktosa meningkat (Kambera *et al.*, 2021).

c. ASI Matur

ASI yang keluar dari hari ke 10 pasca persalinan sampai seterusnya. Komposisi konstan (adapula yang menyatakan bahwa komposisi ASI *relative* mulai konstan pada minggu ke 3 sampai minggu ke 5), tidak mudah menggumpal bila dipanaskan. ASI pada fase ini yang keluar pertama kali atau pada 5 menit pertama disebut sebagai *foremilk*. *Foremilk* lebih encer, kandungan lemaknya lebih rendah namun tinggi *laktosa*, gula protein, mineral dan air (Wowor, 2013).

Protein

ASI mengandung protein yang lebih rendah dibandingkan dengan susu formula, namun protein ASI yang diebut “*whey*” ini bersifat lebih lembut sehingga mudah dicerna oleh pencernaan bayi (Kambera *et al.*, 2021).

d. Kandungan Zat Gizi ASI

Menurut Kambera *et al.* (2021) kandungan zat gizi pada ibu menyusui adalah sebagai berikut:

1) Karbohidrat

Karbohidrat pada ASI berbentuk *laktosa* (gula susu) yang sangat tinggi dibandingkan dengan susu formula. Jumlah laktosa yang lebih banyak terkandung dalam ASI membuat rasa ASI menjadi lebih manis dibandingkan dengan susu formula. *Laktosa* akan difermentasikan menjadi asam laktat dalam pencernaan bayi, suasana asam memberi beberapa keuntungan bagi pencernaan bayi, antara lain:

- 2) Menghambat pertumbuhan bakteri patologis.
- 3) Memacu pertumbuhan mikroorganisme yang memproduksi asam organik dan mensintesis protein.
- 4) Memudahkan terjadinya pengendapan dari *Ca-caseinat*.
- 5) Memudahkan *absorpsi* dari mineral seperti *kalsium*, *fosfor*, dan *magnesium*
- 6) Protein dalam ASI mengandung *alfa-laktalbumin*, sedangkan susu sapi mengandung *laktoglobulin* dan *bovibe serum albumin* yang lebih sering menyebabkan alergi pada bayi.

7) Lemak

Kadar lemak antara ASI dengan susu formula relatif sama, namun

lemak dalam ASI mempunyai beberapa keistimewaan antara lain:

- (a) Bentuk emulsi lemak lebih sempurna karena ASI mengandung *enzim lipase* yang memecah *trigliserida* menjadi *digliserida* kemudian menjadi monogliserida sehingga lemak dalam ASI lebih mudah dicerna dalam pencernaan bayi.
- (b) ASI mengandung asam lemak tak jenuh yaitu omega-3, omega-6, dan DHA yang dibutuhkan oleh bayi untuk membentuk jaringan otak.

8) Mineral

ASI mengandung mineral yang lengkap dan cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi sampai berusia 6 bulan. Kandungan mineral dalam ASI adalah konstan, tetapi ada beberapa mineral spesifik yang kadarnya dipengaruhi oleh diet ibu. Kandungan zat besi dan kalsium paling stabil dan tidak dipengaruhi oleh diet ibu. Mineral lain adalah kalium, natrium, tembaga, mangan, dan fosfor (Sjawie, 2019).

9) Vitamin

Vitamin dalam ASI cukup lengkap, vitamin A, D, dan C cukup, sedangkan golongan vitamin B, kecuali *riboflavin* dan asam *pantothenik* kurang. Vitamin lain yang tidak terkandung dalam ASI bergantung pada diet ibu (Haurissa, 2019).

- 10) Air ASI terdiri dari 88% air, air berguna untuk melarutkan zat-zat yang terkandung dalam ASI. Kandungan air dalam ASI yang

cukup besar juga bisa meredakan rasa haus pada bayi (Sjawie, 2019).

3. Manfaat ASI Eksklusif

Menurut (Kambera *et al.*, 2021) manfaat ASI Eksklusif bagi bayi, antara lain:

- a. Kolostrum mengandung zat kekebalan terutama IgA untuk melindungi bayi dari berbagai penyakit infeksi terutama diare. Jumlah kolostrum yang diproduksi bervariasi tergantung dari hisapan bayi pada hari-hari pertama kelahiran. Walaupun sedikit tetapi cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi. Oleh karena itu kolostrum harus diberikan pada bayi. Kolostrum mengandung protein, vitamin A yang tinggi, mengandung karbohidrat dan lemak rendah, sehingga sesuai dengan kebutuhan gizi bayi pada hari-hari pertama kelahiran.
- b. Membantu mengeluarkan mekonium (feses bayi)
- c. ASI mengandung zat anti infeksi, bersih dan bebas terkontaminasi, *Immunoglobulin A (IgA)* dalam ASI kadarnya tinggi yang dapat melumpuhkan bakteri pathogen *E.Coli* dan berbagai virus di saluran pencernaan.
- d. *Laktoferin* yaitu sejenis protein yang merupakan komponen zat kekebalan yang mengikat zat besi di saluran pencernaan.
- e. *Lysosim*, enzim yang melindungi bayi terhadap bakteri *E.Coli*, *salmonella* dan virus. Jumlah lysosim dalam ASI 300 kali lebih

banyak daripada susu sapi.

- f. Sel darah putih pada ASI pada 2 minggu pertama lebih dari 1.000sel per mil. Terdiri dari 3 macam, yaitu: *Bronchus Asociated Lymphocyte Tissue* (BALT) antibodi pernafasan, *Gut Asociated Lymphocyte Tissue* (GALT) antibodi saluran pernafasan, dan *Mammary Asociated Lymphocyte Tissue* (MALT) antibodi jaringan payudara ibu.
- g. Faktor *Bifidus*, sejenis karbohidrat yang mengandung nitrogen untuk menunjang pertumbuhan bakteri *Lactobacillus bifidus*. Bakteri ini menjaga keasaman flora usus bayi dan berguna untuk menghambat pertumbuhan bakteri yang merugikan.
- h. Interaksi antara ibu dan bayi dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan psikologik bayi. Pengaruh kontak langsung ibu- bayi: ikatan kasih sayang ibu-bayi terjadi karena berbagai rangsangan seperti sentuhan kulit (*skin to skin contact*). Bayi akan merasa aman dan puas karena bayi merasakan kehangatan tubuh

Menurut Sjawie (2019) manfaat ASI Eksklusif bagi ibu antara lain:

- a. Mengurangi terjadinya perdarahan dan anemia
- b. Menunda kehamilan
- c. Mengecilkan rahim
- d. Lebih cepat langsing kembali
- e. Mengurangi resiko terkena kanker
- f. Tidak merepotkan dan menghemat waktu

- g. Memberi kepuasan bagi ibu.
- h. Risiko osteoporosis dapat dipastikan lebih kecil bagi wanita yang telah hamil dan menyusui bayinya. Selama hamil dan menyusui akan terjadi proses pengeroposan tulang, namun tulang akan cepat pulih kembali bahkan akan lebih baik dari kondisi tulang semula karena absorpsi kalsium, kadar hormon paratiroid, dan kalsitriol serum meningkat dalam jumlah besar.
- i. ASI lebih murah dan ekonomis dibandingkan dengan susu formula

4. Dampak tidak diberikan ASI Eksklusif

Dampak bayi yang tidak diberikan ASI Eksklusif akan lebih rentan untuk terkena penyakit kronis, seperti jantung, hipertensi, dan diabetes setelah ia dewasa serta dapat menderita kekurangan gizi dan mengalami obesitas. Sementara untuk ibu sendiri akan beresiko mengalami kanker payudara, mengeluarkan biaya lebih mahal apabila bayi maupun ibu terkena penyakit, karena memang beresiko rentan terhadap penyakit. Selain itu untuk biaya susu formula menggantikan ASI pada bayi (Kambera *et al.*, 2021).

5. Faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif

Faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif dibedakan menjadi tiga yaitu faktor pemudah (*predisposing factors*),

faktor pendukung (*enabling factors*) dan faktor pendorong (*reinforcing factors*) (Sjawie, 2019).

a. Faktor Pemudah (*predisposing factors*)

1) Pendidikan

Pendidikan akan membuat seseorang terdorong untuk ingin tahu, mencari pengalaman sehingga informasi yang didapatkan akan menjadi pengetahuan. Pengetahuan yang dimiliki akan membentuk keyakinan untuk berperilaku. Ibu dengan pendidikan tinggi akan lebih mudah menerima suatu ide baru dibandingkan dengan ibu yang berpendidikan rendah. Sehingga informasi dan promosi tentang ASI akan lebih mudah diterima dan dilaksanakan (Kambera *et al.*, 2021). Hasil penelitian oleh Yanuarini (2017) menyebutkan bahwa ada hubungan antara pendidikan dan pemberian ASI eksklusif. Tingkat pendidikan dapat mendasari sikap ibu dalam menyerap dan merubah sistem informasi tentang ASI.

2) Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil stimulasi informasi. Informasi bisa berasal dari pendidikan formal maupun non formal, percakapan, membaca, mendengarkan radio, menonton televisi dan pengalaman hidup. Contoh pengalaman hidup yaitu pengalaman menyusui anak sebelumnya. Penelitian yang dilakukan pada ibu-ibu di komunitas Gbarantoru, Nigeria secara signifikan menunjukkan

bahwa pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif mempengaruhi praktik pemberian ASI eksklusif pada anak Haurissa (2019).

Pengetahuan ibu yang kurang tentang ASI eksklusif menyebabkan gagalnya pemberian ASI eksklusif. Pengetahuan yang dimiliki ibu umumnya sebatas pada tingkat “tahu bahwa” sehingga tidak begitu mendalam dan tidak memiliki ketrampilan untuk mempraktikkannya. Jika pengetahuan ibu lebih luas dan mempunyai pengalaman tentang ASI eksklusif baik yang dialami sendiri maupun dilihat dari teman, tetangga atau keluarga maka ibu akan lebih terinspirasi untuk mempraktikkannya. Pengalaman dan pendidikan wanita semenjak kecil akan mempengaruhi sikap dalam kaitannya dengan menyusui di kemudian hari. Seorang wanita yang dalam keluarga atau lingkungan sosialnya secara teratur mempunyai kebiasaan menyusui / sering melihat wanita yang menyusui bayinya secara teratur akan mempunyai pandangan yang positif tentang pemberian ASI (Wowor, 2013).

3) Umur

Umur adalah lama waktu hidup atau ada (sejak dilahirkan atau diadakan). Umur ibu berpengaruh terhadap pemberian ASI eksklusif. Umur ibu sangat menentukan kesehatan maternal dan berkaitan dengan kondisi kehamilan, persalinan dan nifas serta cara mengasuh dan menyusui bayinya. Ibu yang berumur kurang dari 20 tahun masih belum matang dan belum siap dalam hal jasmani dan

sosial dalam menghadapi kehamilan, persalinan serta dalam membina bayi yang dilahirkan (Yanuarini, 2017).

4) Pekerjaan

Segala macam aktivitas yang dilakukan untuk mendapatkan penghasilan. Pekerjaan ibu berhubungan dengan pemberian ASI eksklusif. Pengetahuan responden yang bekerja lebih baik bila dibandingkan dengan pengetahuan responden yang tidak bekerja. Semua ini disebabkan karena ibu yang bekerja di luarrumah (sektor formal) memiliki akses yang lebih baik terhadap berbagai informasi, termasuk mendapatkan informasi tentang pemberian ASI eksklusif (Pepi Hapitria, 2017).

5) Jumlah anak

Jumlah anak atau paritas adalah banyaknya kelahiran hidup yang dipunyai oleh seorang wanita. Menurut Prawirohardjo (2014) dalam Sjawie (2019) jumlah anak dapat dibedakan menjadi primipara, multipara dan grandemultipara.

6) Pengalaman Menyusui

Pengalaman menyusui pribadi mungkin merupakan sumber utama pengetahuan dan pengembangan ketrampilan menyusui dan terkait dengan pengetahuan yang lebih baik, sikap positif dan kepercayaan diri ibu menjadi lebih tinggi dalam Seorang ibu muda dengan anak pertama akan merasakakesulitan dalam menyusui. Seorang wanita dengan bayi pertama mungkin tidak tahu cara

menaruh bayi ke payudaranya. Bayi dapat menghisap namun mungkin tidak tahu cara membawa puting susu kedalam mulutnya. Memposisikan perlekatan mulut bayi ke payudara sangat sederhana bila tahu caranya sehingga cara perlekatan yang benar harus diketahui oleh ibu menyusui. Bayi yang tidak mengambil puting susu dengan benar akan menimbulkan banyak persoalan memberikan ASI eksklusif (Kambera *et al.*, 2021).

Pengalaman yang panjang tentang ASI dan menyusui berkaitan dengan pengetahuan, sikap, kepercayaan dan efektifitas yang dirasakan dalam pemberian ASI. Pengalaman menyusui merupakan faktor dominan yang berhubungan dengan self-efficacy menyusui. Wanita yang tidak pernah menyusui namun pernah melihat orang lain menyusui lebih berminat untuk menyusui anaknya dibandingkan wanita yang tidak pernah melihat orang menyusui bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi pemberian ASI meliputi karakteristik ibu yaitu pengalaman ibu menyusui (Caitom, 2019).

b. Faktor Pendukung (*enabling factors*)

1. Pendapatan Keluarga

Pendapatan keluarga adalah penghasilan yang diperoleh suami dan istri dari berbagai kegiatan ekonomi sehari-hari, misalnya gaji. Pendapatan tinggi memungkinkan keluarga cukup pangan sehingga makanan yang dikonsumsi ibu

memiliki kandungan gizi yang baik. Konsumsi makanan dengan kandungan gizi baik akan menghasilkan ASI dengan kualitas baik (Yanuarini, 2017).

2. Ketersediaan waktu

Ketersediaan waktu ibu untuk menyusui bayinya secara eksklusif berkaitan erat dengan status pekerjaannya. Banyak ibu yang berhenti menyusui dengan alasan ibu kembali bekerja setelah cuti melahirkan selesai. Padahal bagi ibu bekerja, ASI dapat diperah setiap 3-4 jam sekali untuk disimpan dalam lemari pendingin (Nurleli, 2018).

3. Kesehatan Ibu

Kondisi kesehatan ibu sangat mempengaruhi proses pemberian ASI eksklusif pada bayi. Ibu yang mempunyai penyakit menular (HIV/AIDS, TBC, hepatitis B) dan penyakit pada payudara (kanker payudara, kelainan puting susu) tidak boleh ataupun tidak bisa menyusui bayinya, 2019).

c. Faktor Pendorong (*reinforcing factors*)

1. Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga yaitu suami, orang tua dan saudara lain sangat mempengaruhi keberhasilan menyusui. Karena dukungan keluarga berdampak pada kondisi emosi ibu sehingga akan mempengaruhi produksi ASI. Ibu yang kurang

mendapatkan dukungan menyusui dari keluarga akan menurunkan pemberian ASI. Peranan orang tua adalah faktor yang paling dominan terhadap pemberian ASI eksklusif (Sjawie, 2019).

2. Dukungan Petugas Kesehatan

Petugas kesehatan yang professional akan menjadi faktor pendukung ibu dalam memberikan ASI. Dukungan tenaga kesehatan kaitannya dengan nasehat kepada ibu untuk memberikan ASI kepada bayinya akan menentukan keberlanjutan pemberian ASI (Haurissa, , 2019).

3. ASI Eksklusif pada Ibu Bekerja

Bekerja adalah melakukan suatu pekerjaan atau perbuatan (Kamus Besar Bahasa Indonesia). Pekerjaan adalah aktivitas atau kegiatan yang dilakukan oleh seseorang sehingga memperoleh penghasilan. Ibu bekerja adalah ibu yang melakukan suatu kegiatan dengan tujuan untuk mencari nafkah (Kambera *et al.*, 2021).

Menyusui merupakan hak setiap ibu, termasuk ibu bekerja. Data keberhasilan menyusui pada ibu bekerja di Indonesia belum ada, namun menurut Laporan dari Dinas Kesehatan Provinsi di Indonesia tahun 2021, cakupan pemberian ASI 0-6 bulan hanyalah 67,55% (Kemenkes, 2022).

B. Konsep Pengetahuan

Pengetahuan adalah proses kegiatan mental yang dikembangkan melalui proses belajar dan disimpan dalam ingatan, akan digali pada saat dibutuhkan melalui bentuk ingatan, pengetahuan diperoleh dari pengalaman yang berasal dari berbagai sumber (Caitom, Rumayar and Tucunan, 2019).

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu akibat proses penginderaan terhadap subyek tertentu, yang berasal dari pendengaran dan penglihatan (Haurissa, Manueke and Kusmiyati, 2019). Notoadmodjo (2007) mengungkapkan pendapat Rogers bahwa sebelum orang mengadopsi perilaku baru, di dalam diri orang tersebut terjadi proses yang berurutan, yakni:

1. *Awareness* (kesadaran), dimana orang tersebut menyadari atau mengetahui terlebih dahulu terhadap stimulus (obyek);
2. *Interest* (merasa tertarik) terhadap stimulus atau obyek tersebut. Di sini sikap subyek sudah mulai terbentuk;
3. *Evaluation* (menimbang-nimbang) terhadap baik atau tidaknya stimulus;
4. *Trial*, dimana subyek mulai mencoba melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang dikehendaki oleh stimulus;
5. *Adoption*, dimana subyek telah berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran, dan sikapnya terhadap stimulus.

Namun demikian dari penelitian selanjutnya Roger menyimpulkan bahwa perubahan perilaku tidak selalu melewati tahap-tahap tersebut. Menurut Merdhika (2014), pengetahuan mempunyai enam tingkatan:

1. Tahu (*know*), diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajarisebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan ini adalah mengingat kembali sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari ataurangangan yang telah diterima.
2. Memahami (*comprehension*) adalah kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang obyek yang diketahui dan dapat menginterpretasikannya secara benar.
3. Aplikasi (*application*), aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi yang sebenarnya.
4. Analisis (*analysis*) adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atausuatu obyek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih dalam satu struktur organisasi dan masih ada kaitannya satu sama lain.
5. Sintesis (*synthesis*) adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi yang ada. Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagianbagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru.
6. Evaluasi (*evaluation*) berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau obyek.

C. Konsep Sikap

Sikap diartikan sebagai suatu bentuk kecenderungan untuk bertingkah laku, dapat juga diartikan sebagai bentuk respon evaluatif, yaitu suatu respon yang sudah ada dalam pertimbangan individu yang bersangkutan, Sikap bukanlah suatu tindakan, tetapi merupakan suatu kesiapan atau kesediaan untuk bertindak (Nurleli, Purba and Sembiring, 2018).

Menurut Haurissa (2019) untuk mengetahui sikap seseorang dalam penerimaan suatu masalah dapat dibagi menurut tingkatannya yaitu:

1. Tingkat penerimaan (*receiving*), diartikan bahwa orang (subjek) mau dan memperlihatkan stimulus yang diberikan (objek).
2. Tingkat penjawaban (*responding*), memberikan jawaban bila ditanya, mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan.
3. Tingkat pemberian nilai (*valuing*), mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan dengan orang lain terhadap sesuatu masalah.
4. Tingkat pengorganisasian (*organization*), siap bertanggung jawab terhadap segala sesuatu yang telah dipolihnya dengan resiko (Ngatimin, 2003 dalam Nurrahman, 2018).





