

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Air Susu Ibu (ASI)**

##### **1. Pengertian**

ASI merupakan makanan yang disiapkan untuk bayi. Payudara sudah mengalami perubahan untuk memproduksi ASI. Mulai masa kehamilan makanan - makanan yang diramu menggunakan teknologi modern tidak bisa menandingi keunggulan ASI. Hal ini disebabkan ASI mempunyai nilai gizi yang tinggi dibandingkan dengan makanan buatan manusia ataupun susu yang berasal dari hewan sapi, kerbau atau kambing (Nugroho, 2014).

ASI eksklusif adalah pemberian ASI tanpa makanan dan minuman tambahan lain pada bayi berumur 0-6 bulan. Bahkan air putih tidak diberikan dalam tahap ASI eksklusif ini. ASI dalam jumlah cukup merupakan makanan yang terbaik pada bayi dan dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi selama 6 bulan pertama. ASI Eksklusif adalah pemberian ASI tanpa tambahan cairan seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih dan tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, pepaya, bubur susu, biskuit, bubur nasi dan tim (Roesli, 2015).

##### **2. ASI di Kelompokkan Menjadi 3 Bagian**

- a. ASI stadium I adalah kolostrum. Kolostrum adalah cairan yang pertama disekresi oleh kelenjar payudara dari hari ke - 1 sampai hari ke - 4. Kolostrum sangat baik untuk mengeluarkan “meconium” yaitu air ketuban dan cairan lain yang tertelan

- masuk perut bayi saat proses persalinan. Jumlah (volume) kolostrum berkisar 150-300 cc per hari.
- b. ASI Stadium II adalah ASI peralihan yang keluar setelah kolostrum sampai sebelum menjadi ASI yang matang. ASI ini diproduksi pada hari ke-4 sampai hari ke-10.
  - c. ASI stadium III adalah ASI matur. ASI yang disekresi dari hari ke-10 sampai seterusnya, komposisi relatif konstan (Roesli, 2015).

### **3. Manfaat ASI**

Menyusui merupakan kegiatan yang paling menyenangkan bagi ibu dan bayi, sekaligus memberikan manfaat tak terduga bagi sang buah hati (Riksani, 2012).

- a. Bayi mendapatkan nutrisi dan enzim terbaik yang dibutuhkan
- b. Bayi mendapatkan zat kekebalan tubuh serta perlindungan dan kehilangan melalui kontak kulit
- c. Meningkatkan sensitivitas ibu akan kebutuhan bayinya
- d. Mengurangi pendarahan serta konservasi zat besi, protein, zat lainnya. Meningkatkan ibu tidak haid selama menyusui sehingga menghemat zat terbuang.

### **4. Manfaat Pemberian ASI**

Memberikan ASI memiliki berbagai macam manfaat bagi ibu dan juga bayi, berikut adalah manfaat pemberian ASI:

- a. Manfaat bagi ibu
  - 1) Wanita yang menyusui akan mengalami peningkatan kadar hormon oksitosin dalam tubuhnya. Hormon ini akan membantu untuk merangsang kontraksi rahim

sehingga dapat menurunkan risiko pendarahan selama masa postpartum. Ibu bersalin akan pulih lebih cepat dan lebih sedikit mengalami kehilangan darah pada saat persalinan.

- 2) Walaupun tidak selalu, ASI eksklusif membantu menunda proses menstruasi dan ovulasi selama kira-kira 20-30 minggu atau lebih. Hal ini dapat dijadikan sebagai metode kontrasepsi alami, tentunya dengan frekuensi menyusui dan jumlah ASI yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku (*on demand*).
- 3) Menyusui dapat meningkatkan kedekatan antara ibu dan bayi. Bayi yang sering berada dalam dekapan ibu karena menyusui akan merasakan kasih sayang ibunya. Ia juga akan merasa aman dan tenang, terutama karena masih dapat mendengar detak jantung ibunya yang telah dikenal sejak dalam kandungan.
- 4) Menyusui menurunkan risiko untuk mengalami kanker ovarium dan kanker payudara premenopause, serta penyakit jantung pada ibu. Hasil penelitian (*The Lancet Medical Journal*, Juli 2016) mengemukakan bahwa risiko kanker payudara turun 4,3% pada ibu yang menyusui.
- 5) Wanita menyusui yang memiliki riwayat diabetes gestasional akan memiliki kemungkinan yang akan lebih kecil untuk mengalami diabetes tipe 2 di kemudian hari (Astuti, 2015).

#### **b. Manfaat Bagi Bayi**

- 1) Sistem kekebalan tubuh bayi belum sepenuhnya sempurna sampai sekitar usia 2 tahun. ASI mengandung banyak sel-sel darah putih yang ditransfer dari ibu ke bayi yang dapat berkerja untuk melawan infeksi virus, bakteri dan parasit usus.

- 2) ASI mengandung faktor yang dapat meningkatkan respons imun terhadapinokulasi bakteri polio, tetanus, difteri, dan influenza.
- 3) Menyusui dapat mengurangi kejadian beberapa penyakit termasuk infeksi saluran pernapasan, infeksi telinga, bakteri meningitis, pneumonia, infeksi saluran kemih, dan sangat membantu dalam mengurangi kejadian diare pada bayi.
- 4) Hasil penelitian menunjukkan bahwa bayi yang disusui memiliki risiko yang rendah untuk mengalami sindrom kematian bayi mendadak (SIDS).
- 5) Pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko diabetes tipe 1 (diabetes melitus tergantung insulin) untuk anak-anak dengan riwayat keluarga diabetes, dan dapat mengurangi timbulnya diabetes tipe 2 di kemudian hari.
- 6) ASI eksklusif dapat menurunkan angka kejadian asma dan eksim, terutama pada keluarga yang berisiko tinggi mengalami alergi.
- 7) Menyusui dan memberikan ASI merupakan salah satu perlindungan bagi bayi prematur.
- 8) Pemberian ASI eksklusif mendorong meningkatkan kecerdasan melalui pertumbuhan otak yang optimal. Hal ini terjadi karena ASI mengandung nutrisi khusus yang diperlukan otak bayi untuk tumbuh secara cepat dan optimal. Nutrisi khusus tersebut tidak terdapat atau hanya sedikit terdapat dalam susu sapi, seperti taurin, laktosa, dan asam lemak ikatan panjang (AA, DHA, omega-3 dan omega-6). Memperhatikan hal tersebut, dapat dimengerti bahwa pertumbuhan otak bayi yang diberikan ASI eksklusif selama 6 bulan akan optimal dengan kualitas yang optimal pula.

9) Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa ASI dapat membantu pematangan otak. Dibandingkan dengan bayi prematur yang mengonsumsi susu formula, bayi prematur yang mengonsumsi ASI menunjukkan skor IQ yang lebih tinggi di kemudian hari (Astuti, 2015).

## **5. Kandungan ASI**

Kandungan ASI menurut Soetjiningsih (2015) terdiri dari:

### **a. Lemak**

ASI adalah komponen ASI yang dapat berubah-ubah kadarnya. Kadar lemak bervariasi disesuaikan dengan kebutuhan kalori untuk bayi yang sedang tumbuh.

### **b. Karbohidrat**

Karbohidrat utama ASI adalah laktosa (gula). ASI mengandung lebih banyak laktosa dibanding dengan susu mamalia lainya atau sekitar 20 -30 % lebih banyak dari susu sapi.

### **c. Protein**

Protein adalah bahan baku untuk tumbuh. Kualitas protein sangat penting selama tahun pertama kehidupan bayi, karena pada saat ini pertumbuhan bayi paling cepat. Air susu ibu mengandung protein khusus yang dirancang untuk pertumbuhan bayi manusia.

### **d. Faktor pelindung**

ASI yang mengandung beberapa unsur dan dengan adanya zat anti infeksi dan ASI maka bayi yang diberi ASI akan terlindungi dan berbagai macam infeksi, baik yang

disebabkan oleh bakteri, virus, jamur, atau parasit. ASI juga ternyata mengandung zat anti-infeksi.

e. Vitamin, Mineral dan Zat Besi ASI yang terdapat pada ASI

Vitamin, Mineral dan Zat Besi ASI yang terdapat pada ASI bersifat unik, karena sebagian besar zat nutrisi yang ada di ASI dapat dipergunakan oleh tubuh yang mengandung antara lain : ASI mengandung vitamin dan mineral yang lengkap

1) ASI mengandung lebih sedikit kalsium

2) ASI mengandung lebih sedikit natrium, kalium, fosfor, dan klor tetapi dalam jumlah yang cukup untuk kebutuhan bayi.

3) Meski kadar mineral ASI relatif rendah, tetapi cukup untuk bayi sampai umur 6 bulan.

4) Hampir semua vitamin dan mineral dalam ASI akan diserap oleh tubuh bayi.

f. Zat makanan yang tidak diserap akan memperberat kerja usus bayi, mengganggu keseimbangan (ekologi) dalam usus bayi, dan meningkatkan pertumbuhan bakteri yang jahat.

## 6. Pembagian Umur Kategori Anak

Tabel 2.1  
Kategori Usia Anak

Kategori Usia	Usia
Prenatal	Sebelum Kelahiran
Bayi	0-12 Bulan
Balita	12-60 Bulan
Pra Sekolah	60-72 Bulan

Sumber (Noordianti, 2018)

## **B. Manajemen Laktasi**

### **1. Pengertian**

Manajemen Laktasi merupakan segala daya upaya yang dilakukan untuk membantu ibu mencapai keberhasilan dalam menyusui bayinya. Usaha ini dilakukan terhadap ibu dalam 3 tahap, yakni pada masa kehamilan (antenatal), sewaktu ibu dalam persalinan sampai keluar rumah sakit (perinatal) dan pada masa menyusui selanjutnya sampai anak berumur 2 tahun (postnatal) (Maryunani, 2015).

### **2. Periode Manajemen laktasi**

#### **a. Masa kehamilan (Antenatal)**

Hal yang perlu diperhatikan dalam manajemen laktasi sebelum kelahiran adalah :

- 1) Ibu mencari informasi tentang keunggulan ASI, manfaat menyusui bagi ibu dan bayi, serta dampak negative pemberian susu formula.
- 2) Ibu memeriksakan kesehatan tubuh pada saat kehamilan kondisi puting payudara dan memantau kenaikan berat badan saat hamil.
- 3) Ibu melakukan perawatan payudara sejak kehamilan berumur 6 bulan hingga ibu siap untuk menyusui, ini bermaksud agar ibu mampu memproduksi dan memberikan ASI yang mencukupi kebutuhan bayi.
- 4) Ibu senantiasa mencari informasi tentang gizi dan makanan tambahan sejak kehamilan trimester ke-2. makanan tambahan saat hamil sebanyak 1 1/3 kali dari makanan yang dikonsumsi sebelum hamil (Maryunani, 2015).

#### **b. Masa Persalinan (Perinatal)**

- 1) Hal yang perlu diperhatikan dalam manajemen laktasi saat kelahiran adalah :  
Masa persalinan merupakan masa yang paling penting dalam kehidupan bayi selanjutnya, bayi harus menyusui yang baik dan benar baik posisi maupun cara melekatkan bayi pada payudara ibu.
- 2) Membantu ibu kontak langsung dengan bayi selama 24 jam agar menyusui dapat dilakukan tanpa jadwal.
- 3) Ibu nifas diberi kapsul vitamin A dosis tinggi (200.000 IU) dalam waktu 2 minggu setelah melahirkan (Maryunani, 2015).

c. Masa Menyusui (Postnatal)

Hal yang perlu diperhatikan dalam manajemen laktasi setelah kelahiran adalah:

- 1) Setelah bayi mendapatkan ASI pada minggu pertama kelahiran, ibu harus menyusui bayi secara eksklusif selama 6 bulan pertama setelah bayi lahir dan saat itu bayi hanya diberi ASI tanpa makanan tambahan.
- 2) Ibu mencari informasi tentang gizi makanan ketika masa menyusui agar bayi tumbuh sehat.
- 3) Ibu harus cukup istirahat untuk menjaga kesehatannya dan menenangkan pikiran serta menghindarkan diri dari kelelahan yang berlebihan agar produksi ASI tidak terhambat.
- 4) Ibu selalu mengikuti petunjuk petugas kesehatan (merujuk posyandu atau puskesmas). Bila ada masalah dalam proses menyusui.
- 5) Ibu tetap memperhatikan gizi/makanan anak (Maryunani, 2015).



### **3. ASI Eksklusif**

ASI Eksklusif adalah pemberian ASI tanpa pemberian tambahan makanan tambahan lainnya pada bayi umur 0-6 bulan (Maryunani, 2015).

### **4. Manajemen laktasi pada ibu bekerja**

Manajemen laktasi pada ibu bekerja adalah upaya yang dilakukan ibu mencapai keberhasilan dalam menyusui bayinya khususnya pada ibu yang bekerja. Tehnik yang dianjurkan antara lain:

- a. Sebelum berangkat kerja ibu tetap menyusui bayinya
- b. ASI yang berlebihan dapat diperas atau di pompa, kemudian disimpan dilemari pendingin untuk diberikan pada bayi saat ibu bekerja
- c. Selama ibu bekerja ASI dapat diperas atau di pompa dan di simpan di lemari pendingin di tempat kerja, atau diantar pulang.
- d. Bayi dapat di titipkan ke tempat penitipan bayi apabila kantor atau instansi menyediakan tempat.
- e. Setelah ibu di rumah, perbanyak menyusui yaitu saat malam hari Perawat bayi dapat membawa bayi ketempat ibu bekerja bila memungkinkan.
- f. Ibu dianjurkan untuk istirahat, minum cukup, makan dengan gizi cukup untuk menambah produksi ASI (Maryunani, 2015).

### **5. Cara penyimpanan ASI**

ASI adalah cairan hidup, selain makanan ASI mengandung zat anti infeksi, cara penyimpanan ASI perah akan menentukan kualitas anti infeksi dan makanan yang di kandunginya.

- a. Anti infeksi yang terkandung dalam ASI membantu ASI tetap segar dalam waktu yang lebih lama karena akan menghambat pertumbuhan bakteri jahat dalam ASI perah yang disimpan.
- b. Setelah di cairkan ASI harus habis dalam waktu 1 jam, dan sisa ASI tidak boleh dimasukkan lagi dalam lemari es
- c. Tulis jam, hari dan tanggal saat diperah

## **6. Lama Penyimpanan ASI**

- a. Dalam ruangan dengan suhu  $27^0 - 32^0$  C kolostrum dapat disimpan selama 12 jam.
- b. ASI bisa bertahan pada suhu ruangan atau di udara luar selama 6-8 jam.
- c. ASI bisa bertahan dalam termos es selama 24 jam.
- d. ASI dapat bertahan 6 bulan pada freezer (Roesli, 2015).

## **7. Cara Menyusui Pada Bayi**

- a. Payudara diperas sehingga ASI keluar kemudiandioleskan di sekitar aerola puting susu.
- b. Letakkan bayi menghadap payudara.
- c. Pegang payudara dengan cara 4 jari menahan dari bawah dan ibu jari memegang bagian atas, kemudian dekatkan puting susu kearah pinggir mulut bayi sentuk ke pipi bayi (rooting reflek).
- d. Secara bersamaan dekatkan kepala bayi ke payudara dan masukan puting ke mulut bayi.

- e. Gunakan payudara secara bergantian dengan cara melepas isapan bayi, masukan kelingking ke sudut mulut bayi, dagu ditekan ke bawah sambil payudara ditarik keluar.
- f. Setelah selesai keluarkan sedikit ASI lalu oleskan ke puting susu dan aerola mammae lalu biarkan sampai kering.
- g. Lakukan hal tersebut diatas dengan payudara sebelahnya.
- h. Sendawakan bayi dengan cara bayi ditegakkan / sandarkan kebahu ibu/ telungkupkan bayi kemudian punggung bayi ditepuk – tepuk secara perlahan-lahan (Roesli, 2015).

#### **8. Cara Memberikan ASI Dengan Dot pada bayi**

- a. ASI dipanaskan dengan cara merendam botol di dalam baskom atau mangkok yang berisi air panas atau bukan mendidih.
- b. Ibu tidak boleh memanaskan botol dengan cara mendidihkannya dalam panci atau alat pemanas lainnya kecuali menggunakan alat khusus untuk memanaskan botol berisi simpanan ASI.
- c. Susu yang sudah dipanaskan tidak bisa di simpan lagi (Roesli, 2015).

#### **9. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Manajemen Laktasi**

- a. Kondisi payudara dan perawatan kurang baik.
- b. Teknik menyusui yang kurang baik.
- c. Posisi menyusui yang baik.
- d. Frekuensi dan durasi pemberian ASI yang baik.
- e. Status nutrisi yang baik saat menyusui (Maryunani, 2015).

## **10. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Manajemen Laktasi**

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi Manajemen Laktasi menurut Maryunani (2015) adalah sebagai berikut :

- a. Kurangnya pengetahuan ibu terhadap keunggulan ASI dan fisiologis laktasi
- b. Kurangnya persiapan fisik dan mental ibu
- c. kurangnya dukungan keluarga
- d. kurangnya dukungan dari fasilitas pelayanan kesehatan
- e. gencarnya kurangnya fasilitas yang mendukung laktasi di tempat kerja
- f. kurangnya dukungan lingkungan.

### **C. Pengetahuan (*Knowledge*)**

#### **1. Pengertian**

Pengetahuan merupakan suatu pembentukan yang terus menerus oleh seseorang yang setiap saat mengalami re-organisasi karena adanya pemahaman-pemahaman baru (Budiman & Rianto, 2013).

Pengetahuan yaitu hasil dari pemahaman setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap sebuah obyek tertentu. Pengindraan tersebut terjadi melalui panca indra yang dimiliki oleh manusia, yakni indera pendengaran, penglihatan, penciuman bau, rasa serta raba. Diketahui sebagian besar pengetahuan yang diperoleh manusia yaitu melalui indra penglihatan dan pendengaran (Notoatmodjo, 2018).

#### **2. Tingkatan Pengetahuan**

Tingkatan pengetahuan menurut Notoatmodjo (2018) adalah sebagai berikut :

a. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya, termasuk dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) terhadap suatu yang spesifik dan seluruh bahan yang di pelajari atau rangsangan yang telah di terima. Oleh sebab itu tahu merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah.kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang di pelajari yaitu menyebutkan, menguraikan, mengidentifikasi, menyatakan dan sebagainya.

b. Memahami (*comprehention*)

Memahami artinya suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang obyek yang diketahui dan dimana dapat menginterpretasikan secara benar dan paham terhadap obyek atau materi dan dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, terhadap suatu objek yang di pelajari.

c. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah di pelajari pada situasi atau kondisi yang riil (sebenarnya). aplikasi disini dapat diartikan aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam situasi yang lain.

d. Analisis (*Analysis*)

Suatu kemampuan untuk menyampaikan materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen tetapi masih didalam struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain.

e. Sintesis (*Syntesis*)

Menunjukkan suatu kemampuan untuk melaksanakan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu keseluruhan yang baru atau kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi yang sudah ada.

f. Evaluasi (*Evaluation*)

Kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek. penilaian-penilaian itu berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

### **3. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan ibu tentang ASI Eksklusif**

Menurut Nursalam (2015) faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan antara lain:

a. Faktor internal

1) Pendidikan

Pendidikan merupakan salah satu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah orang tersebut menerima informasi.

2) Pekerjaan

Pekerjaan adalah kegiatan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarga. Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan, tetapi lebih banyak merupakan cara mencari nafkah yang membosankan, berulang dan banyak tantangan. Sedangkan bekerja merupakan kegiatan yang menyita waktu. Bekerja bagi ibu akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarga.

3) Umur

Semakin tua usia semakin bijaksana karena semakin banyak informasi yang dijumpai dan semakin banyak hal yang dikerjakan sehingga menambah pengetahuannya.

b. Faktor Eksternal

1) Lingkungan

Lingkungan merupakan seluruh kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku arang atau kelompok .

2) Sosial Budaya

Sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi sikap seseorang dalam menerima informasi. Budaya sangat berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan seseorang karena informasi-informasi yang baru akan disaring kira-kira sesuai tidak dengan budaya yang ada dan agama yang di anut.

**4. Cara mengukur pengetahuan**

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden. Kedalam pengetahuan yang ingin kita ketahui atau kita ukur dan dapat kita sesuaikan dengan tingkat-tingkatan diatas.

Menurut Arikunto (2015). hasil ukur pengetahuan dapat di bagi menjadi tiga kategori yaitu:

- 1) Baik bila jumlah jawaban benar 76 % - 100%.
- 2) Cukup bila jumlah jawaban benar 56% - 75%.
- 3) Kurang bila jumlah jawaban benar  $\leq$  55%.



## D. Kerangka Teori

Kerangka Teori merupakan ringkasan dari tinjauan pustaka yang digunakan untuk mengidentifikasi variabel-variabel yang akan diteliti (amati) (Notoatmodjo, 2018). Kerangka Teori dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

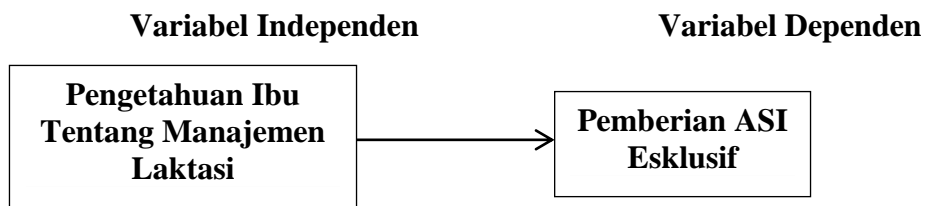
**Bagan 2.1**  
**Kerangka Teori**



Sumber : Notoatmodjo, 2018

## E. Kerangka Konsep

Kerangka konsep penelitian pada hakikatnya adalah suatu uraian dan visualisasi konsep-konsep serta variable-variabel yang akan diukur atau diteliti (Notoatmodjo, 2018).. Kerangka konsep dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :



## F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban sementara, patokan duga, atau dalil sementara, yang kebenarannya akan dibuktikan dalam penelitian tersebut (Notoatmodjo, 2018). Hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Ha :

Ada Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Manajemen Laktasi Dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Umur 0-6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Metro Pusat Tahun 2021.