

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Konsep Efikasi Diri Ibu Menyusui**

##### **1. Pengertian Efikasi Diri Ibu Menyusui**

Efikasi diri ibu menyusui adalah keyakinan diri seorang ibu pada kemampuannya untuk menyusui atau memberikan ASI pada bayinya. Efikasi diri menyusui berpengaruh pada respons individu berupa pola pikir, reaksi emosional, usaha dan kegigihan serta keputusan yang akan diambil (Susilawati, 2019). Efikasi diri menyusui atau *Breastfeeding Self Efficacy* adalah keyakinan diri seorang ibu pada kemampuannya untuk menyusui atau memberikan ASI pada bayinya (Muchtart et al., 2021)

##### **2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Efikasi Diri Ibu Menyusui**

###### **a. Usia ibu**

Faktor usia dengan efikasi diri menyusui di mana wanita yang berusia 20 tahun ke atas atau yang lebih tua cenderung memiliki efikasi diri menyusui yang lebih tinggi, yang dapat menjadi alasan tidak ditemukannya hubungan antara usia dengan efikasi menyusui ibu yaitu rerata usia ibu dalam penelitian ini yaitu 21-40 tahun, usia tersebut masuk pada tahap usia dewasa awal, dimana dewasa awal menghadapi berbagai tantangan saat mereka berupaya menguasai diri mereka sehingga dapat menimbulkan stres (Sjöberg & Bertilsdotter-Rosqvist, 2019).

b. Pendidikan

Dukungan pendidikan kesehatan, dukungan suami, dukungan keluarga, menambahkan bahwa dukungan yang berdampak pada durasi menyusui antara lain menyatakan apresiasi terhadap ibu yang menyusui, mempunyai pengetahuan tentang menyusui sehingga mendukung pengetahuan ibu, dan hadir atau menemani saat ibu menyusui. Selain itu dibutuhkan dukungan pendidikan kesehatan yang berkualitas dan intens untuk mengubah efikasi diri menyusui pada ibu (Mizrak et al., 2019)

c. Pekerjaan

Penelitian yang dilakukan oleh Dahlan, Mubin, dan Mustika, 2019 dikatakan bahwa ibu yang memiliki status bekerja memiliki kemungkinan besar tidak dapat memberikan ASI kepada bayinya dibandingkan dengan status ibu yang tidak bekerja dikarenakan ibu bekerja memiliki sedikit waktu untuk merawat bayinya walaupun dengan menggunakan teknik memompa atau pemerah ASI. Dalam memberikan ASI kepercayaan merupakan modal penting yang harus diketahui dan dipahami oleh ibu dalam keberhasilan terlaksananya pemberian ASI (Abdullah & Ayubi, 2019).

**3. Aspek Yang Mempengaruhi Efikasi Diri Ibu Menyusui**

Keberhasilan individu dalam menyelesaikan tugas dapat meningkatkan efikasi diri. Tingkat efikasi diri yang dimiliki individu dapat dilihat dari aspek efikasi diri. Efikasi diri yang dimiliki seseorang berbeda-beda, dapat dilihat berdasarkan aspek yang mempunyai implikasi penting pada perilaku. Menurut Bandura ada tiga aspek dalam efikasi diri

yaitu(Jamaludim et al., 2022) :

- a. Besarnya (*Magnitude*), aspek ini berkaitan dengan kesulitan tugas. Apabila tugas- tugas yang dibebankan pada individu menurut tingkat kesulitannya, maka perbedaan efikasi diri secara individual mungkin terdapat dalam tugas-tugas sederhana, menengah atau tinggi. Individu akan melakukan tindakan yang dirasakan mampu untuk dilakukan dan akan tugas- tugas yang diperkirakan diluar batas kemampuan yang dimiliki.
- b. Kemauan (*Generality*), aspek ini berhubungan luas dengan bidang tugas dan perilaku. Beberapa pengalaman berangsur-angsur menimbulkan penguasaan terhadap harapan pada bidang tugas dan perilaku yang khusus sedangkan pengalaman membangkitkan keyakinan dalam berbagai tugas.
- c. Kemampuan (*ability*), aspek ini berkaitan dengan tingkat kemampuan seseorang pada keyakinannya. Tingkat efikasi diri yang rendah dapat dengan mudah digoyahkan oleh pengalaman yang memperlemahnya, sedangkan seseorang yang memiliki efikasi diri yang kuat akan tekun dalam meningkatkan usahanya meskipun ditemui oleh pengalaman yang memperlemahnya. Pada individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi maka orang tersebut akan lebih optimis dalam, suasana hati yang positif, dapat memperbaiki kemampuan untuk memproses informasi secara lebih efisien, serta memiliki pemikiran bahwa kegagalan bukan sesuatu yang merugikan namun justru menjadi motivasi diri untuk melakukan lebih baik. Sedangkan pada individu yang memiliki efikasi diri yang rendah, akan memiliki sikap yang pesimis, suasana hati yang negatif sehingga orang tersebut mudah marah, merasa bersalah, dan memperbesar kesalahan mereka

#### **4. Fungsi Efikasi Diri ibu Menyusui**

Efikasi diri ibu menyusui berhubungan dengan keyakinan ibu dalam menentukan kemampuannya untuk menyusui bayinya dan memiliki peran untuk (Muchtart et al., 2021):

- a) Menentukan tingkah laku ibu dalam memilih antara menyusui atau tidak, dengan efikasi diri menyusui yang tinggi diprediksi ibu akan lebih memilih menyusui bayinya dari pada memberikan susu formula.
- b) Menampilkan usaha dan kegigihan ibu dalam mencapai keberhasilan menyusui. Meskipun banyak kesulitan dan hambatan dalam menyusui, seperti adanya nyeri atau kelelahan, bagi ibu yang memiliki keyakinan tinggi diprediksi akan berusaha semaksimal mungkin untuk tetap menyusui bayinya sampai berhasil.
- c) Menentukan pola pikir, dengan efikasi diri menyusui yang tinggi diprediksi ibu akan mampu menentukan pola pikir positif bahwa menyusui merupakan pilihan yang terbaik dibanding dengan memberikan susu formula.
- d) Merespon emosi terhadap hambatan menyusui. Ibu yang memiliki keyakinan diri yang tinggi dalam hal menyusui akan dapat mengendalikan situasi disaat sekarang maupun mengantisipasi situasi yang akan datang dan akan tetap menyusui bayinya meskipun banyak hambatan yang dihadapi.

## 5. Proses Efikasi Diri Menyusui

### a. Proses Kognitif

Efikasi diri menyusui dapat mempengaruhi proses berfikir yang dapat meningkatkan atau mempengaruhi performa dan bisa muncul dalam berbagai bentuk, antara lain konstruksi kognitif (bagaimana seseorang menafsirkan situasi) dan *inferential thinking* (kemampuan memprediksi hasil dari berbagai tindakan yang berbeda dan menciptakan kontrol terhadap hal-hal yang mempengaruhi kehidupannya, dan ketrampilan dalam proses *problem solving*).

### b. Proses Motivasional

Kemampuan seseorang untuk memotivasi dirinya dan melakukan suatu tindakan yang memiliki tujuan berdasarkan pada aktivitas kognitif. Orang akan memotivasi dirinya dan membimbing tindakannya melalui pemikirannya. Motivasi akan membentuk keyakinan bahwa diri mereka bisa dan mengantisipasi berbagai kemungkinan positif dan negatif, menetapkan tujuan dan merencanakan tindakan yang dibuat untuk merealisasikan nilai-nilai yang diraih di masa depan dan menolak hal-hal yang tidak diinginkan.

### c. Proses Afektif

Keyakinan seseorang mengenai kemampuannya dipengaruhi seberapa banyak tekanan yang dialami ketika menghadapi situasi-situasi yang mengancam. Reaksi-reaksi emosional tersebut dapat mempengaruhi perbuatan baik secara langsung maupun tidak langsung melalui perubahan jalan pikiran. Orang percaya bahwa dirinya dapat mengatasi

situasi yang mengancam, menunjukkan kemampuan oleh karena itu tidak merasa cemas atau terganggu oleh ancaman- ancaman yang dihadapinya, sedangkan orang yang merasa dirinya tidak dapat mengontrol situasi yang mengancam maka akan mengalami kecemasan yang tinggi.

d. Proses Seleksi

Proses seleksi menyebabkan seorang ibu mempunyai kekuasaan untuk menentukan pilihannya dalam perilaku, yaitu antara memilih menyusui atau tidak, baik dimasa sekarang maupun dimasa yang akan datang. Pilihan tersebut dipengaruhi oleh keyakinan kemampuan personalnya(Susilawati, 2019)

**6. Klasifikasi Efikasi Diri Menyusui**

a. Efikasi diri tinggi

Tingkatan efikasi diri setiap individu dapat mempengaruhi dalam menjalankan tugas yang ia lakukan. Memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi, dapat mendorong individu memiliki minat intrinsik, gigih dalam berusaha dan menyelesaikan masalah, ketertarikan lebih terhadap tugas yang ia kerjakan, serta memiliki rasa percaya terhadap kemampuan. Segi efikasi diri pada ibu menyusui yakni bagaimana usaha ibu dalam memberikan ASI yang optimal untuk mengurangi resiko kegagalan.

b. Efikasi diri rendah

Efikasi diri yang rendah yaitu individu yang merasa tidak memiliki kemampuan yang optimal serta cenderung menjauh dari tugas dan

masalah yang ia kerjakan. Tujuan dari tugas yang telah disusun tidak dijalankan sesuai komitmen yang telah disepakati. (Badura, 2019)

## **7. Pengukuran Efikasi Diri Menyusui**

Efikasi diri menyusui merupakan instrumen untuk melakukan pengkajian mengenai efikasi diri menyusui. Instrumen ini dirancang berdasarkan teori self-efficacy. Tiga dimensi efikasi diri menyusui yang berkaitan dengan menyusui yaitu dimensi teknik, dimensi pemikiran intrapersonal, dan dimensi dukungan (Jamaludim et al., 2022). Dimensi teknik merupakan semua yang berhubungan dengan aktifitas fisik seseorang dan tindakan untuk mencapai keberhasilan dalam menyusui. Dimensi kepercayaan intrapersonal meliputi keyakinan, persepsi dan sikap ibu terhadap perilaku menyusui. Selanjutnya dimensi dukungan meliputi semua hal yang mendukung ibu untuk menyusui dengan baik yang melibatkan emosional maupun fisik (Susilawati, 2019).

## **B. Konsep ASI**

### **1. Pengertian ASI**

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 (Hanindita, 2021). ASI 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 (Sarumi, 2022)

## **2. Manfaat ASI Bagi Ibu**

Mengurangi terjadinya perdarahan dan anemia, Menunda kehamilan, mengecilkan rahim, lebih cepat langsing kembali, mengurangi resiko terkena kanker, menghemat waktu, dan memberi kepuasan bagi ibu

## **3. Dampak Tidak Diberikan ASI**

Dampak bayi yang tidak diberikan ASI akan lebih rentan untuk terkena penyakit kronis, seperti jantung, hipertensi, dan dapat menderita kekurangan gizi dan mengalami obesitas, Sementara untuk ibu sendiri akan beresiko mengalami kanker payudara, karena memang beresiko rentan terhadap penyakit. (Dompae, 2021).

## **4. Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian ASI**

Faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI dibedakan menjadi tiga yaitu faktor pemudah, faktor pendukung, dan faktor pendorong, (Dompae, 2021)

### **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.

### **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

### 3) Usia

Usia adalah lama waktu hidup atau ada (sejak dilahirkan atau diadakan). Usia 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

### 4) Pekerjaan

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

### 5) Jumlah anak

Jumlah anak atau paritas adalah banyaknya kelahiran hidup yang dipunyai oleh seorang wanita.

a) Primipara adalah perempuan yang telah pernah melahirkan sebanyak satu kali.

b) Multipara yaitu wanita melahirkan seorang anak lebih dari satu

c) Grande multipara adalah perempuan yang telah melahirkan lebih dari lima kali. Pengaruh pengalaman sendiri maupun orang lain terhadap pengetahuan yang dapat mempengaruhi perilaku saat ini atau kemudian.

#### 6) 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.