

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. ASI Eksklusif

1. Pengertian ASI Eksklusif

Selama enam bulan pertama kehidupan bayi, mereka hanya boleh mengonsumsi ASI. Selama masa ini, mereka tidak boleh mengonsumsi cairan lain, termasuk susu formula, jus jeruk, madu, air teh, atau air putih. Selain itu, mereka juga tidak boleh mengonsumsi makanan padat apa pun, termasuk pisang, bubur susu, biskuit, bubur nasi, nasi tim, atau makanan padat lainnya selain vitamin, mineral, dan obat-obatan. Dengan mengedukasi dan memotivasi para ibu untuk menyusui secara eksklusif, kita dapat membantu bayi berkembang secara maksimal, yang diukur dari berat badannya (Sapitri dan Suindri, 2018). Definisi lain dari ASI eksklusif adalah hanya memberikan ASI kepada bayi selama enam bulan pertama kehidupannya, dengan pengecualian sirup yang diresepkan oleh dokter. ASI aman diberikan kepada bayi setidaknya selama dua tahun, dan makanan tambahan dapat diperkenalkan setelah usia enam bulan (Qomariyah, 2016). Komposisinya berubah sesuai dengan kebutuhan bayi pada setiap saat, yaitu kolostrum pada hari pertama 4-7 hari, dilanjutkan dengan ASI peralihan sampai 3-4 minggu, selanjutnya ASI matur. ASI yang keluar pada permulaan menyusui (*foremilk* = susu awal) berbeda dengan ASI yang keluar pada akhir

menyusui (*bindmilk* = susu akhir). Berikut ini adalah daftar rekomendasi menyusui yang akurat:

- a. Menyusui secara eksklusif selama enam bulan pertama, karena ASI memenuhi semua kebutuhan nutrisi bayi.
- b. ASI dapat memenuhi 60-70% kebutuhan kalori bayi dari usia 6-12 bulan, penting untuk melengkapi ASI dengan makanan yang dihaluskan atau makanan lunak yang sesuai dengan usia bayi.
- c. Setelah tahun pertama, makanan padat menggantikan ASI sebagai sumber nutrisi utama karena ASI hanya dapat menyediakan 30% kalori yang dibutuhkan bayi baru lahir. ASI tetap dianjurkan pemberiannya sampai 2 tahun untuk manfaat lainnya

2. Faktor yang mempengaruhi pengeluaran ASI

Merangsang kelenjar payudara dapat menyebabkan peningkatan atau penurunan produksi ASI. Menurut Delvina, dkk (2022), pasokan ASI dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, termasuk:

- a. Faktor makanan ibu

Jika ibu menjaga jadwal makan yang teratur dan makan makanan kaya nutrisi setiap hari, maka produksi ASI akan lancar. Produksi ASI yang maksimal didukung oleh pola makan yang tepat. Asupan gizi ibu yang buruk, pemilihan makanan yang tidak seimbang, dan frekuensi makan yang lebih jarang, semuanya berkontribusi pada suplai ASI yang tidak optimal untuk bayi. Produksi ASI berkisar antara 600 hingga 800 mililiter pada bulan pertama untuk ibu yang bergizi baik dan 500 hingga 700 mililiter untuk ibu yang kekurangan gizi (Marni, 2021).

b. Faktor hisapan bayi

Stimulasi hipotalamus pada kelenjar hipofisis anterior dan posterior terjadi ketika ada hisapan mulut bayi. Untuk meningkatkan pelepasan prolaktin, kelenjar hipofisis anterior memicu proses yang dikenal sebagai stimulasi prolaktin. Salah satu fungsi prolaktin adalah untuk merangsang alveoli, yaitu kelenjar di payudara, untuk memproduksi ASI. Produksi ASI akan menurun karena hormon oksitosin dan prolaktin menurun dan hisapan bayi yang tidak sempurna atau puting ibu yang sangat kecil. Karena hisapan bayi memiliki dampak yang signifikan terhadap stimulasi produksi ASI lebih lanjut, maka tidak disarankan untuk menyusui yang terjadwal. Hal ini sejalan dengan temuan Syari, dkk (2022), yang menemukan bahwa hisapan bayi secara signifikan mempengaruhi jumlah ASI yang diproduksi ibu menyusui ($p = 0,001$).

c. Frekuensi menyusui

Untuk produksi dan sekresi ASI yang optimal, disarankan untuk menyusui setidaknya delapan kali sehari pada bulan pertama setelah kelahiran. Frekuensi menyusui berkaitan dengan kemampuan stimulasi kedua hormon dalam kelenjar payudara, yakni hormon prolaktin dan oksitosin. Produksi ASI kurang diakibatkan frekuensi menyusui pada bayi yang kurang lama dan terjadwal. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Dewi dan Sunarsih, ibu yang memiliki bayi prematur dapat memaksimalkan suplai ASI dengan memompa lebih dari lima kali sehari selama tiga puluh hari pertama setelah melahirkan. Bayi prematur tidak dapat menyusu pada saat ini, sehingga pemompaan sangat diperlukan. Menyusui berhubungan dengan produksi ASI yang cukup pada bayi baru lahir cukup bulan,

yang terjadi 8-12 kali sehari dalam dua minggu pertama setelah melahirkan (Sunarsih dkk., 2024).

d. Faktor psikologis

Kesejahteraan emosional dan mental seorang ibu mempengaruhi produksi ASInya. Produksi ASI yang rendah diakibatkan karena adanya depresi, kesedihan, kecemasan, kurangnya kepercayaan diri, dan jenis stres emosional lainnya. Kondisi emosional ibu menentukan kualitas ASInya. Ketika ibu mengalami kecemasan atau stres, hal ini dapat mengganggu proses menyusui dan berdampak pada jumlah ASI yang diterima bayi. Alasannya, stres dapat mengurangi produksi ASI. Produksi ASI dapat berkurang ketika ibu merasa cemas atau stres karena emosi ini mengurangi pelepasan hormon prolaktin dan oksitosin. Hal ini didukung oleh penelitian Khusniyati dan Purwati (2024), yang mengatakan ada pengaruh psikologi ibu dengan kelancaran produksi ASI (nilai $p = 0,036$).

e. Berat badan lahir

Dibandingkan dengan bayi yang lahir dengan berat badan normal (2500-4000 gram), bayi yang lahir dengan berat badan lahir rendah (BBLR) memiliki kapasitas yang lebih kecil untuk menyusui. Bayi dengan berat badan lahir rendah lebih sulit menghisap ASI, yang berarti mereka menyusui lebih jarang dan dalam waktu yang lebih singkat daripada bayi dengan berat badan lahir normal. Produksi ASI yang lebih sedikit ini disebabkan oleh penurunan hormon prolaktin dan oksitosin. Menurut temuan penelitian Susilawati dan Ibrahim (2018), ada hubungan antara berat badan lahir dengan frekuensi menyusui (nilai $p = 0,005$).

f. Perawatan payudara

Karena payudara ibu akan bersentuhan langsung dengan mulut bayi selama menyusui, maka penting untuk merawatnya agar darah dapat mengalir dengan bebas ke payudara dan saluran ASI tidak tersumbat. Penelitian yang mendukung yaitu Khusniyati dan Purwati (2024), yang mengatakan ada pengaruh signifikan perawatan payudara terhadap produksi ASI (nilai $p = 0,002$).

g. Pola tidur

Baik jumlah jam tidur maupun frekuensi gangguan tidur berkorelasi negatif dengan ibu menyusui. Beberapa dampak negatif yang dapat terjadi akibat kurang tidur setelah melahirkan yaitu meningkatnya gejala depresi pascapersalinan (PPD), peningkatan kecemasan dan kemurungan, kelelahan. Hal ini dapat mengakibatkan berkurangnya produksi ASI. Penelitian Agustina, dkk (2023), mengatakan ada hubungan antara kualitas tidur dengan produksi ASI (nilai $p = 0,004$).

h. Jenis persalinan

Ketika persalinan normal, ibu dapat segera mulai menyusui bayinya yang baru lahir. Biasanya ASI akan keluar pada hari pertama persalinan. Sedangkan pada persalinan tindakan *sectio ceasar* seringkali sulit menyusui bayinya segera setelah lahir, terutama jika ibu diberikan anastesi umum. Kondisi luka operasi di bagian perut membuat proses menyusui sedikit terhambat. Penelitian yang menguatkan hal ini yaitu Lestari, dkk (2021), yang menunjukkan bahwa 80,0% ibu dengan persalinan normal menghasilkan ASI yang cukup, sedangkan ibu dengan persalinan *Sectio Caesarea* (SC) hanya memiliki produksi ASI yang cukup sebesar 27,7% ($p \text{ value} = 0,000$).

i. Umur kehamilan saat melahirkan

Berapa banyak ASI yang diproduksi tergantung pada usia kehamilan dan berat badan lahir. Bayi yang lahir sebelum usia kehamilan 34 minggu tidak sekuat dan mampu menyusui dengan baik, sehingga mereka menghasilkan lebih sedikit ASI dibandingkan dengan bayi yang lahir pada usia kehamilan normal. Bayi prematur mungkin mengalami kesulitan menyusui karena faktor-faktor seperti berat badan lahir rendah dan gangguan fungsi organ. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Susilawati dan Ibrahim (2018) yang menyatakan ada hubungan umur kehamilan dengan frekuensi menyusui nilai ($p = 0,004$).

j. Konsumsi rokok

Merokok dapat mengurangi volume ASI karena akan mengganggu hormon prolaktin dan oksitosin untuk memproduksi ASI. Ketika merokok, kadar adrenalin meningkat, yang pada gilirannya menurunkan kadar oksitosin. Selain itu, penelitian menguatkan hal ini yaitu Safitri dan Wijayanti (2016), yang mengatakan ada pengaruh antara keberadaan perokok pasif ($p = 0,010$) dengan kelancaran produksi ASI.

3. Faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif

a. Faktor internal

1) Pengetahuan Ibu

Ketika seseorang mengembangkan pemahaman tentang suatu hal melalui pengalaman indrawi, mereka telah mencapai pengetahuan. Kelima indera-penglihatan, suara, penciuman, rasa, dan sentuhan, bertanggung jawab untuk memahami dunia di sekitar kita. Indera penglihatan dan pendengaran adalah cara

utama manusia memperoleh informasi empiris. Perilaku seseorang sangat dipengaruhi oleh pengetahuan atau kemampuan kognitifnya (Aqidah dkk., 2019).

2) Usia

Usia seseorang adalah jumlah bulan dan tahun kelahirannya. Kematangan mental dan fisik seseorang meningkat seiring bertambahnya usia. Tingkat kedewasaan seseorang meningkat seiring bertambahnya usia. Seseorang dengan tingkat kedewasaan yang kurang memadai memiliki proses berpikir yang belum matang, sedangkan seseorang dengan tingkat kedewasaan yang memadai memiliki proses berpikir yang matang. Ketika orang mempertimbangkan untuk melakukan penyesuaian terhadap kebiasaan kesehatan mereka, usia adalah salah satu elemen yang ikut berperan. Persepsi dan kognisi keduanya dipengaruhi oleh usia. Karena pengalaman dan kematangan mental, pemahaman dan pemikiran seseorang juga berkembang seiring bertambahnya usia, yang mengarah pada peningkatan jumlah pengetahuan yang diperoleh (Aqidah dkk., 2019).

3) Pendidikan Ibu

Tingkat pendidikan yang lebih tinggi membuat lebih mudah untuk menerima dan mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi. Pendidikan adalah kebutuhan dasar manusia yang penting untuk pengembangan diri. Riwayat pendidikan seseorang merupakan motivator yang kuat untuk berperilaku sehat dan belajar karena merupakan prediktor bagaimana orang tersebut akan bertindak (Aqidah dkk., 2019).

4) Pekerjaan Ibu

Untuk menafkahi keluarga mereka, banyak ibu yang bekerja. Beberapa ibu tidak dapat menyusui karena kebijakan kantor yang melarangnya, karena mereka

tinggal terlalu jauh dari kantor, atau karena mereka tidak memiliki akses transportasi pribadi. Ibu yang bekerja terkadang tidak memiliki energi untuk menyusui karena kelelahan fisik, dan hanya ada sedikit pilihan bagi mereka untuk menyusui dalam waktu yang lebih singkat di tempat kerja (Khofiyah, 2019).

5) Paritas

Ibu yang sudah pernah melahirkan akan memberikan laktasi kedua yang lebih baik dibanding ketika laktasi pertama, hal ini berhubungan dengan sudah adanya pengalaman pada laktasi kedua, akan tetapi ada kemungkinan bahwa ibu yang sudah pernah menyusui tidak memberi ASI eksklusif. Hal ini biasanya disebabkan oleh kurangnya motivasi, ibu yang bekerja dan lain-lain yang membuat pemberian susu formula lebih disukai karena lebih praktis (Retnawati dan Khoriyah, 2022).

6) Kondisi kesehatan

Ibu yang sedang menyusui mungkin mempertanyakan kemampuan mereka untuk menyusui bayi mereka karena masalah kesehatan yang sering terjadi selama proses menyusui. Pada akhirnya, hal ini dapat menyebabkan bayi tidak dapat menyusu secara eksklusif. Salah satu masalah kesehatan yang umum terjadi adalah ketika payudara ibu membengkak, yang dapat terasa menyakitkan dan membuatnya berhenti menyusui bayinya (Alamsyah dkk., 2017).

7) Persepsi

Interpretasi individu mengenai apa yang dimaksud dengan menyusui yang cukup, ASI eksklusif, dan pemberian makanan tambahan membentuk apa yang dikenal sebagai pandangan ibu tentang menyusui. Seorang ibu yang baik akan memberikan ASI saja kepada bayinya ketika merasa produksi ASInya cukup, dan

akan melakukan hal yang sebaliknya ketika merasa produksi ASInya tidak mencukupi, maka akan beranggapan ASI saja tidak cukup untuk bayi sehingga akan memberikan makanan tambahan (Khoiriyah & Lisnawati, 2018).

b. Faktor eksternal

1) Dukungan Keluarga

Variabel eksternal yang paling berpengaruh terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif adalah dukungan anggota keluarga. Ketika seorang ibu merasa didukung oleh keluarganya, terutama suaminya, akan lebih percaya diri dan termotivasi untuk menyusui (Sulistiyowati dkk., 2020).

2) Dukungan petugas kesehatan

Kegigihan menyusui dipengaruhi oleh tingkat dukungan yang diberikan oleh para profesional kesehatan ketika mereka menyarankan ibu untuk menyusui. Kemampuan ibu untuk menyusui secara eksklusif dapat meningkat dengan bantuan praktisi medis yang terlatih (Juliani dan Arma, 2018).

3) Budaya

Kebudayaan yang berlaku di suatu masyarakat dapat mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Sejumlah mitos budaya, termasuk bertahannya kepercayaan tentang menyusui dari satu generasi ke generasi berikutnya, berkontribusi pada ketidakefektifan pemberian ASI eksklusif di daerah tertentu. Ada kesalahpahaman umum bahwa bayi tidak boleh minum kolostrum karena kolostrum adalah ASI yang sudah basi (Warsiti dan Sari, 2020).

4) Dukungan suami

Ketika seorang wanita memilih untuk menyusui secara eksklusif, dukungan suami (*breastfeeding father*) sangatlah penting. Banyak suami beranggapan bahwa

fungsi utama mereka selama menyusui adalah mengawasi istri mereka. Namun pada kenyataannya, suami memiliki peran penting dalam memastikan keberhasilan menyusui, terutama dalam memulai respons oksitosin, hormon yang bertanggung jawab untuk memproduksi ASI (Chomaria dan PSI, 2020).

B. Dukungan Suami

1. Definisi dukungan

Ketika orang-orang secara konsisten terlibat dalam perilaku yang membantu atau interaksi yang menyenangkan satu sama lain, hal ini akan membentuk sebuah pola dukungan. Merasa disukai, dihargai, dan diakui oleh orang lain di sekitar mereka akan meningkatkan rasa memiliki tujuan dan memungkinkan seseorang untuk mencapai potensi penuhnya. Orang yang memberikan bantuan akan mengalami rasa memiliki terhadap orang yang menerimanya (Indarwati dkk., 2017).

Salah satu sumber dukungan dapat berupa keluarga dekat, seperti suami atau istri atau saudara kandung, sementara dukungan dari luar keluarga seperti teman dan kerabat lainnya. Seseorang dapat memperoleh bantuan dengan berbagai cara, termasuk dukungan emosional, instrumental, informasi, penghargaan, dan jenis dukungan lainnya (Kinasih, 2017).

2. Pengertian dukungan suami

Status seorang pria sebagai pasangan hidup yang sah bagi seorang wanita dikenal sebagai suami. Dalam hal dukungan psikologis dan emosional yang diterima ibu menyusui, suami adalah pemain kunci. Pasangan seorang istri adalah sumber utama kesejahteraan emosional dan psikologis, termasuk dukungan,

ketenangan, dan kesenangan. Ketika seorang ayah secara aktif mendorong istrinya yang sedang menyusui untuk memberi makan bayinya hanya ASI selama enam bulan pertama kehidupan anaknya, ia memberikan dukungannya terhadap praktik pemberian ASI eksklusif. Bagian penting dari tanggung jawab suami saat menyusui adalah memastikan ibu merasa nyaman dan menjaga kesehatan mental dan fisiknya. Dukungan dari suami dalam pemberian ASI eksklusif akan menimbulkan *breastfeeding father* atau ayah menyusui. Jika ibu merasa didukung, dicintai dan diperhatikan, maka akan muncul emosi positif yang akan meningkatkan produksi hormon oksitosin, sehingga produksi ASI pun lancar. Dukungan suami merupakan faktor penting agar menyusui dapat berhasil, dengan dukungan dari suami, ibu akan merasa lebih percaya diri (Indarwati dkk., 2017).

Dukungan dari pasangan dapat membantu ibu merasa lebih nyaman saat menyusui, yang pada gilirannya meningkatkan produksi ASI. Pasangan memiliki peran penting dalam membantu ibu menghadapi tantangan menyusui (Khasanah dkk., 2019). Para istri juga dapat mengambil manfaat dari kehadiran suami mereka ketika bayi mereka sedang rewel, entah itu membangunkan mereka di tengah malam, mengganti popok, pergi ke dokter bersama mereka, atau apa pun yang dapat membantu mereka rileks. Demi kesehatan mental ibu dan konsistensi ASInya, hal ini sangat membantu mengurangi stres (Marni, 2021).

Harga diri, kemudahan, dan tingkat keberhasilan ibu saat menyusui dapat ditingkatkan ketika mereka menerima dukungan dari pasangan dan keluarga. Kebanyakan orang percaya bahwa suami dapat membujuk istri mereka untuk menyusui bayi mereka secara eksklusif. Keberhasilan atau kegagalan menyusui sangat dipengaruhi oleh dukungan suami. Semakin banyak dorongan yang

diterima seorang wanita, semakin besar kemungkinan dia untuk terus menyusui (Wahyuni, 2018).

3. Jenis-jenis dukungan

Dibawah ini dijelaskan terkait jenis dukungan :

a. Dukungan emosional

Perasaan peduli, percaya, perhatian, mendengarkan, dan didengarkan suaranya adalah komponen dari dukungan emosional. Salah satu jenis bantuan yang ditawarkan suami adalah dukungan emosional. Mendengarkan dengan penuh perhatian, bersikap jujur, menunjukkan kepercayaan terhadap keluhan, memahami, memberikan kasih sayang, dan memberi perhatian adalah cara-cara untuk menunjukkan empati dan memberikan dukungan emosional. Orang akan merasa lebih nyaman ketika mereka menerima bantuan emosional (Kinasih, 2017).

b. Dukungan instrumenal

Dalam hal kesehatan fisik ibu, suami memberikan dukungan nyata dengan memastikan bahwa ibu memiliki akses ke makanan, minuman, istirahat, dan sarana untuk menghindari kelelahan. Dukungan instrumenal suami adalah ketika memberikan semua bantuan yang dibutuhkan istrinya, baik dalam bentuk bantuan fisik, perlengkapan, tenaga, uang, makanan, atau hanya waktunya untuk melayani, mendengarkan, atau merawat bayi (Khasanah dkk., 2019). Aplikasi dukungan instrumenal yang diberikan suami pada ibu menyusui yaitu:

- 1) Membantu dengan menyediakan kebutuhan menyusui seperti tempat penyimpanan ASI dan mesin pompa ASI.
- 2) Pastikan ibu menyusui mendapatkan cukup makanan.

- 3) Bersikap suportif dan siap membantu ibu saat menyusui.

Selain itu, dukungan instrumental juga dapat berupa pijat endorfin untuk ibu menyusui. Pijat ini membantu mengurangi kecemasan ibu dan meningkatkan kepercayaan diri, yang sangat penting untuk berintegrasi ke dalam komunitas dan membina kemitraan yang kuat antara ibu menyusui dan suaminya (Rahayu dkk., 2018).

c. Dukungan informasi

Dukungan informasi adalah memberikan dukungan seperti penjelasan, nasihat, pengarahan, dan saran tentang situasi dan segala sesuatu yang berhubungan dengan masalah yang sedang dihadapi oleh individu sehingga bisa menentukan sikap dalam menghadapi situasi yang dianggap beban. Memberikan keyakinan diri ibu akan kembali sebagai hasil dari rasa haknya yang baru terhadap otoritas dan kepercayaan. Informasi-informasi mengenai ASI responden dapat mencari sendiri melalui *browsing* internet. Apabila dukungan tersebut tidak diberikan kepada istri maka semua rasa negatif akan berdampak pada reflek keluarnya ASI.

d. Dukungan *appraisal* atau penilaian

Dukungan dari evaluasi, baik yang positif maupun negatif, dapat memberikan dampak yang signifikan bagi seseorang. Suami dapat menunjukkan dukungan mereka untuk menyusui dengan mengingatkan ibu untuk mematuhi jadwal yang ketat dan memarahi mereka ketika mereka memberikan makanan lain selain ASI kepada bayi mereka. Jika ibu merasa dihargai dan dihormati, ia akan cenderung berpikir bahwa menyusui bayinya secara eksklusif adalah pilihan yang baik. (Wahyuni, 2018). Dukungan penilaian suami memainkan peran penting

dalam mengintensifkan perasaan sejahtera. Orang yang hidup dalam lingkungan yang suportif kondisinya jauh lebih baik daripada mereka yang tidak memilikinya. Dukungan ini bisa berbentuk penilaian yang positif, penguatan (pembenaran) untuk melakukan sesuatu, umpan balik atau menunjukkan perbandingan sosial yang membuka wawasan individu dalam keadaan stres serta dukungan untuk maju persetujuan terhadap gagasan dan perasaan individu lain (Kinasih, 2017).

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan suami

Berikut ini adalah beberapa faktor yang dapat memengaruhi dukungan suami: (Rahmawati, 2023):

a. Usia

Ada berbagai kategori yang mengklasifikasikan orang sesuai dengan tahap perkembangan mereka. Seseorang dianggap dewasa jika berada dalam rentang usia optimal untuk memiliki anak. Mendukung pasangan dalam pengambilan keputusan adalah salah satu tindakan bermanfaat yang dapat dipengaruhi oleh kematangan secara kognitif, fisiologis, dan psikologis dalam menghadapi tantangan hidup. Mampu mengambil keputusan, mengatur emosi, dan berpikir secara rasional adalah aspek-aspek dari kedewasaan ini (Azwar, 2018).

b. Tingkat pendidikan

Tingkat pendidikan suami memiliki korelasi langsung dengan seberapa mudahnya ia memperoleh pengetahuan baru. Menurut Rahmawati (2023), salah satu aspek yang mempengaruhi dukungan suami adalah tingkat pendidikannya. Wawasan dan pengetahuan yang dimiliki suami sebagai kepala keluarga dipengaruhi oleh tingkat pendidikannya. Menjadi lebih sulit bagi suami untuk

membuat keputusan yang cepat dan efektif ketika pengetahuannya kurang karena memiliki lebih sedikit akses ke informasi tentang kesehatan istrinya.

c. Pekerjaan

Pekerjaan seseorang akan berkaitan dengan penghasilan atau pendapatan. Sekitar 75%-100% masyarakat pada umumnya menggunakan pendapatannya untuk membiayai keperluan hidup. Suami yang mempunyai status sosial ekonomi yang baik akan lebih mampu berperan dalam memberikan dukungan pada istrinya (Rahmawati, 2023).

d. Jumlah anak

Menurut Silaen, dkk (2022), dalam hal menyusui sebagian besar ibu lebih memilih untuk menyusui anak kedua daripada anak pertama. Suami yang memiliki riwayat mengasuh anak cenderung tidak terlalu cemas dan lebih mampu mengambil peran aktif dalam keluarga. Para suami harus mendorong istri mereka untuk menyusui bayi mereka yang baru lahir secara eksklusif jika mereka memilih metode ini. Dalam hal merawat bayi baru lahir, para ayah baru sering kali memperhatikan proses pemberian ASI eksklusif, tetapi sering kali tidak memiliki keahlian di bidang ini.

e. Budaya

Menurut masyarakat tradisional Indonesia, istri dipandang lebih rendah daripada laki-laki dan harus merawat suami mereka secara eksklusif. Pandangan ini lazim terjadi di beberapa daerah di Indonesia. Karena suami adalah pencari nafkah dan kepala rumah tangga, maka suami memperlakukan istrinya dengan buruk dalam hal kesehatan reproduksinya. Hal ini termanifestasi dalam beberapa hal, termasuk kurangnya empati dan kepedulian terhadap kondisi istri, asupan

mikronutrien yang berkurang, dan ketidakseimbangan asupan makanan suami dibandingkan dengan keluarganya.

5. Cara mengukur dukungan suami

Terdapat pertanyaan mengenai dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan penilaian, dan dukungan informasi dalam kuesioner dukungan pasangan. Petunjuk penyusunan skala Likert menjadi dasar dari kuesioner ini. Untuk mengukur bagaimana perasaan individu atau kelompok terhadap suatu masalah sosial, peneliti sering menggunakan skala Likert. Dua puluh item pernyataan membentuk survei ini. Mereka dikategorikan ke dalam empat jenis dukungan sosial, masing-masing dengan serangkaian komentar positif dan negatif.

Penilaian kuesioner ini menggunakan skala *Likert* dalam alternatif jawaban yaitu:

a. Pernyataan *favorable* diberi skor:

- 1) Selalu : 4
- 2) Sering : 3
- 3) Jarang : 2
- 4) Tidak pernah : 1

b. Pernyataan *unfavorable* diberi skor:

- 1) Selalu : 1
- 2) Sering : 2
- 3) Jarang : 3
- 4) Tidak pernah : 4

Menurut Werang (2015), nilai-nilai batas klasifikasi variabel dukungan suami menjadi tiga kategori yaitu jika masing-masing jenis dukungan memuat lima pertanyaan sehingga nilai maksimal adalah 80 dan nilai minimal 20. Rata-rata nilai adalah 50 dan standar deviasi adalah 10. Selanjutnya dukungan suami dikategorikan sebagai berikut:

- 1) Baik : Jika skor ≥ 60
- 2) Cukup : Jika skor < 60 dan ≥ 40
- 3) Kurang : Jika skor < 40

Sedangkan untuk masing-masing jenis dukungan yang terdiri dari 5 buah pertanyaan akan diberikan nilai-nilai batas klasifikasi variabel dukungan suami menjadi tiga kategori yaitu nilai maksimal adalah 20 dan nilai minimal 5. Rata-rata nilai adalah 12,5 dan standar deviasi adalah 2,5. Selanjutnya dukungan suami dikategorikan sebagai berikut:

- 1) Baik : Jika skor ≥ 15
- 2) Cukup : Jika skor < 15 dan ≥ 10
- 3) Kurang : Jika skor < 10

C. Persepsi

1. Pengertian persepsi

Kata "persepsi" dalam bahasa Inggris modern berakar dari kata Latin "*percipio*", yang menggambarkan proses memahami dunia di sekitar kita dengan mengumpulkan dan memaknai data sensorik yang kita ambil. Kata bahasa Inggris "*perception*" berasal dari kata Latin "*percipere*," yang berarti "menerima" atau "mengambil" (Fajria dan Cendana, 2023). Agar manusia dapat menghasilkan

persepsi, proses sensorik atau tindakan menerima rangsangan melalui indera seseorang harus terjadi terlebih dahulu. Selanjutnya, sistem saraf pusat harus menerima dan menginterpretasikan sinyal-sinyal sensorik ini. Artinya, proses penginderaan adalah langkah pertama dalam pengembangan persepsi, dan persepsi tidak dapat berdiri sendiri tanpa proses penginderaan. Pada saat yang sama, sesuai Swarjana (2021), istilah "persepsi" mengacu pada pandangan atau pendapat yang dipegang secara luas yang didasarkan pada kesan pertama. Singkatnya, persepsi adalah operasi mental untuk mengambil data, memilah-milahnya ke dalam kategori-kategori yang berarti, menarik kesimpulan berdasarkan kategori-kategori tersebut, dan pada akhirnya membentuk kesan dan pemahaman tentang dunia melalui kesimpulan dan interpretasi pesan.

2. Jenis persepsi

Kelima indera pendengaran, penciuman, pengecapan, perabaan, dan kulit/kecapan merupakan kategori utama persepsi manusia. Pada saat yang sama, seperti yang dikutip oleh Irwanto, Priadi (2017) ada dua jenis persepsi yaitu :

- a. Persepsi yang positif mencirikan semua informasi dan reaksi yang sesuai dengan objek persepsi, dan deskripsi ini dipertahankan melalui upaya untuk menggunakannya.
- b. Semua informasi dan reaksi yang bertentangan dengan objek persepsi dicirikan oleh persepsi negatif. Semua upaya dari objek yang dilihat akan disambut dengan keyakinan yang sama, apakah itu penerimaan atau penolakan.

Penjelasan ini membuat orang percaya bahwa panca indera adalah sumber persepsi. Persepsi positif adalah persepsi dimana objek persepsi konsisten dengan

pengetahuan. Persepsi negatif, di sisi lain, adalah persepsi dimana objek persepsi tidak konsisten dengan pengetahuan.

3. Faktor yang mempengaruhi persepsi

Menurut Swarjana (2021), Banyak hal yang dapat mempengaruhi bagaimana seseorang melihat dunia. Persepsi terhadap sesuatu, peristiwa, dan orang lain dapat dipengaruhi oleh kondisi seseorang. Beberapa hal yang dapat mempengaruhi bagaimana sesuatu dilihat adalah: “*Physiological factor, Expectations, Cognitive abilities, Social roles, Membership in cultures dan social communities.*”

a. *Physiological factor*

Persepsi berbeda dari satu orang ke orang lain, sebagian disebabkan oleh perbedaan individu dalam kapasitas sensorik dan fisiologis. Indera penciuman, perasa, dan pendengaran setiap orang adalah unik. Beberapa orang merasa bahwa mendengarkan musik keras dapat membuat rileks, sementara orang lain mungkin merasa sebaliknya. Bagaimana perasaan seseorang secara fisik memiliki dampak yang signifikan terhadap cara mereka melihat sesuatu. Cara pandang seseorang akan terpengaruh ketika mereka berada dalam situasi yang tidak sehat, seperti ketika mereka kelelahan, stres, dll. Orang dengan penyakit-penyakit ini sering kali memiliki persepsi yang lebih buruk tentang berbagai hal jika dibandingkan dengan saat mereka dalam keadaan sehat dan beristirahat.

b. *Expectations*

Faktor antisipasi adalah efek lain dari bagaimana seseorang memandang sesuatu. Pemahaman akan sesuatu berubah ketika ada informasi baru tentang hal

tersebut. Informasi yang diterima dapat memengaruhi cara seseorang memandang sesuatu karena informasi tersebut menetapkan ekspektasi.

c. *Cognitive abilities*

Cara seseorang mempersepsikan orang lain dapat dipengaruhi oleh kemampuan kognitif dan kompleksitas. Misalnya, kemampuan seseorang untuk memahami dan mempersepsikan orang lain akan sangat terbatas jika ia memandang mereka hanya melalui lensa baik dan jahat. Dengan cara yang sama, mereka yang hanya mempertimbangkan fakta-fakta keras cenderung tidak memiliki tingkat kecanggihan yang ditunjukkan oleh mereka yang juga memahami data psikologis.

d. *Social roles*

Posisi sosial seseorang juga dapat memengaruhi cara pandangnya. Posisi sosial seorang pemimpin komunitas membentuk pandangannya terhadap komunitasnya. Peran sosial guru sebagai pendidik dan lainnya membentuk bagaimana mereka melihat murid-murid mereka.

e. *Membership in cultures dan social communities*

Persepsi dapat dibentuk oleh keanggotaan budaya. Sudah menjadi pengetahuan umum bahwa warisan budaya umum suatu masyarakat mencakup pandangan dunia bersama mereka, yang meliputi kepercayaan, nilai, pemahaman, praktik, dan interpretasi mereka terhadap peristiwa kehidupan. Pengalaman hidup, sudut pandang, dan pengetahuan individu tidak hanya dibentuk oleh lingkungan budaya mereka, tetapi juga oleh kelompok sosial tempat mereka berada. Anggota komunitas sosial merupakan komponen integral dari masyarakat dan bagian yang dapat diidentifikasi di dalamnya. Mereka didefinisikan oleh kepercayaan, norma,

dan praktik umum yang membedakan mereka dari populasi umum. Banyak kelompok sosial didefinisikan dan dibentuk oleh jenis kelamin, warna kulit, agama, dan orientasi seksual anggotanya.

4. Cara mengukur persepsi

Semua variabel dalam penelitian kuantitatif harus dapat diukur, seperti yang ditunjukkan dalam penjelasan Swarjana (2021), tentang cara mengukur persepsi. Persepsi dapat dikuantifikasi dari sudut pandang ilmiah, bahkan ketika materi yang diukur bersifat abstrak. Tujuan dari skala persepsi adalah untuk mengidentifikasi pendapat orang tentang objek sosial, apakah mereka setuju atau tidak setuju. Ada dua jenis pernyataan persepsi: pernyataan yang bersifat positif (mendukung atau mengambil sikap) dan pernyataan yang bersifat negatif (tidak mendukung atau tidak mengambil sikap) terhadap objek persepsi. Skala untuk mengukur kualitas yang dirasakan dari sebuah model. Baik pernyataan positif maupun negatif dipilih setelah mempertimbangkan dengan seksama kualitas isi pernyataan dan pemeriksaan statistik atas kapasitasnya untuk menyampaikan persepsi kelompok.

Subjek memberi respon dengan empat kategori kesetujuan yaitu:

- a. Sangat tidak setuju (STS)
- b. Tidak setuju (TS)
- c. Setuju (S)
- d. Sangat setuju (SS)

Persepsi dapat dibagi menjadi dua yaitu:

- a. Positif, jika skor $\geq Median$
- b. Negatif, jika skor $< Median$