

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. ASI Eksklusif

1. Pengertian ASI Eksklusif

ASI adalah makanan alami pertama untuk bayi dan menyediakan semua vitamin, nutrisi dan mineral yang diperlukan bayi untuk pertumbuhan enam bulan pertama, tidak ada cairan atau makanan lain yang diperlukan. ASI terus tersedia hingga setengah atau lebih dari kebutuhan gizi anak pada tahun pertama dan sampai tahun kedua kehidupan. Selain itu, ASI mengandung antibodi dari ibu yang membantu memerangi penyakit (Khrist, 2011).

ASI merupakan cairan untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi dan melindunginya dalam melawan serangan penyakit. Keseimbangan zat – zat gizi dalam ASI berada pada tingkat terbaik dan ASI memiliki bentuk yang paling baik bagi tubuh bayi. ASI juga sangat kaya akan sari makanan yang mempercepat pertumbuhan sel – sel otak dan perkembangan sistem saraf. Makanan untuk bayi yang dibuat menggunakan teknologi masa kini tidak mampu menandingi keunggulan dari ASI (Saleha, 2014).

ASI diberikan kepada bayi karena mengandung banyak manfaat dan kelebihan. Di antaranya menurunkan risiko terjadinya penyakit infeksi pada bayi, ASI juga bisa menurunkan dan mencegah terjadinya penyakit non infeksi seperti penyakit obesitas, kurang gizi, asma dan meningkatkan IQ dan EQ anak serta menciptakan ikatan kasih sayang yang kuat antara ibu dan bayi. Bayi merasa terlindungi dalam

dekapan ibu, mendengar langsung suara detak jantung ibu dan merasakan sentuhan ibu pada saat menyusui (Prasetyono, 2016).

2. Manfaat ASI Eksklusif

Suatu kenyataan bahwa mortalitas (angka kematian) dan morbiditas (angka terkena penyakit) pada bayi ASI eksklusif jauh lebih rendah dibanding dengan bayi yang tidak mendapatkan ASI. Anak yang sehat tentu akan lebih berkembang 10 kepandaiannya dibanding anak yang sering sakit terutama bila sakitnya berat. Perkembangan kecerdasan anak sangat berkaitan erat dengan pertumbuhan otak. Faktor utama yang mempengaruhi pertumbuhan otak anak adalah gizi yang diterima saat pertumbuhan otak, terutama saat pertumbuhan otak cepat (Roesli, 2016). Bayi yang sering berada dalam dekapan ibunya karena menyusui, dapat merasakan kasih sayang ibu dan mendapatkan rasa aman, tenteram dan terlindung. Hal inilah yang menjadi dasar perkembangan emosi bayi, yang kemudian membentuk kepribadian anak menjadi baik dan penuh percaya diri (Arini, 2015).

Manfaat ASI eksklusif selama enam bulan baik untuk bayi maupun untuk ibunya antara lain (Pomarida Simbolon, 2017):

A. Untuk Bayi

- a. ASI eksklusif merupakan makanan terlengkap yang mengandung zat gizi yang diperlukan untuk bayi.
- b. Mengandung antibody yang melindungi bayi dari penyakit, terutama diare dan gangguan pernafasan.
- c. Melindungi terhadap alergi Karen tiding mengandung zat yang dapat menimbulkan alergi.

- d. Mudah dicerna dan gizi mudah diserap.
- e. Dengan memberikan ASI minimal sampai enam bulan maka dapat menyebabkan perkembangan psikomotrik bayi lebih cepat.
- f. ASI dapat menunjang perkembangan penglihatan.
- g. Dengan memberikan ASI maka akan memperkuat ikatan batin ibu dan bayi.
- h. Mengurangi kejadian karies dentis dikarenakan kadar laktosa yang sesuai dengan kebutuhan bayi.
- i. Bayi yang diberi ASI lebih mampu menghadapi penyakit kuning. Jumlah bilirubin dalam darah bayi banyak berkurang jika diberikan ASI yang kolostrum sesering mungkin yang dapat mengatasi kekuningan dan tidak memberikan makanan pengganti ASI.
- j. Bayi yang lahir prematur lebih cepat menaikkan berat badan dan menumbuhkan otak pada bayi jika diberi ASI.
- k. Aman dan terjamin kebersihannya.

B. Bagi Ibu

Manfaat bagi ibu menyusui bayinya menurut Prasetyono (2012), yaitu:

- a. Isapan bayi dapat membuat rahim ibu lebih cepat kembali seperti sebelum hamil dan mengurangi resiko perdarahan.
- b. Lemak di sekitar panggul dan paha yang ditimbun pada masa kehamilan berpindah kedalam ASI, sehingga ibu lebih cepat langsing kembali.
- c. Ibu yang menyusui dapat mengurangi resiko terkena kanker rahim dan kanker payudara.

- d. Menyusui bayi lebih menghemat waktu, karena ibu tidak perlu menyiapkan dan mensterilkan botol susu.
- e. ASI lebih praktis karena ibu bisa berjalan-jalan keluar rumah tanpa harus membawa banyak perlengkapan, seperti botol, kaleng susu formula dan air panas.
- f. ASI lebih murah karena ibu tidak perlu membeli susu formula.
- g. Ibu yang menyusui bayinya memperoleh manfaat fisik dan emosional.
- h. Menjalani hubungan kasih sayang antara ibu dengan bayi.
- i. Mengurangi perdarahan setelah persalinan.
- j. Mempercepat pemulihan kesehatan ibu.
- k. Mengurangi resiko terkena kanker payudara.
- l. ASI lebih murah dan hemat dibandingkan susu formula.
- m. ASI selalu tersedia setiap saat dalam keadaan segar.

C. Bagi Keluarga

Manfaat ASI bagi keluarga menurut Astutik (2014), yaitu:

- a. Mudah pemberiannya

Pemberian ASI tidak merepotkan seperti susu formula yang harus mencuci botol dan mensterilkan sebelum digunakan, sedangkan ASI tidak perlu disterilkan karena sudah steril.

- b. Menghemat Biaya

ASI tidak perlu dibeli, karena bisa diproduksi oleh ibu sendiri sehingga keuangan keluarga tidak banyak berkurang dengan adanya bayi.

- c. Bayi sehat dan jarang sakit sehingga menghemat pengeluaran keluarga dikarenakan tidak perlu sering membawa ke sarana kesehatan.
- d. ASI dan menyusui praktis tidak perlu repot dan menghemat waktu

3. Kendala – Kendala dalam Pemberian ASI Eksklusif

1. Kurang di mengertinya konsep dan pentingnya ASI eksklusif bagi ibu.
2. Adanya Pendapat bahwa dengan pemberian ASI bentuk payudara akan berubah.
3. Kurangnya waktu bagi wanita bekerja untuk memberikan ASI secara langsung.
4. Tidak adanya sasaran dan prasarana yang menunjang untuk memeras ASI di tempat ibu bekerja.
5. Adanya pelanggaran cara promosi – promosi tertentu yang dapat menyesatkan para ibu untuk mempercayai bahwa susu formula dan tersebut sama baiknya dengan ASI.
6. Persepsi terkait dengan pandangan ibu terhadap kegiatan menyusui, seperti rasa takut, bahwa ASI yang mereka hasilkan tidak cukup dan memiliki mutu yang jelek.
7. Keterlambatan memulai pemberian ASI dan Praktik membuang kolostrum
8. Terkait dengan teknik pemberian ASI yang salah dan Kepercayaan yang keliru bahwa bayi mereka haus dan memerlukan cairan tambahan (UNICEFF, 2007).

4. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Pemberian ASI Eksklusif

Menurut Rusli (2015) alasan ibu tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya adalah ASI tidak cukup, ibu bekerja dengan cuti hanya 3 bulan, takut ditinggal suami, susu formula lebih praktis dibanding dengan ASI. Banyak faktor yang mempengaruhi seseorang ibu dalam menyusui bayinya, antara lain: faktor sistem dukungan, pengetahuan ibu terhadap ASI dan promosi susu formula dan makanan tambahan yang mempunyai pengaruh terhadap pemberian ASI. Pengaruh tersebut dapat memberikan dampak negatif maupun dampak positif dalam memperlancar pemberian ASI eksklusif (Maryunani, 2016).

Menurut Soetjiningsih faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif adalah: (1) faktor sosial budaya ekonomi (pendidikan formal, pendapatan keluarga, dan status kerja), (2) faktor psikologis (takut kehilangan daya tarik sebagai wanita), (3) faktor fisik ibu (ibu yang sakit misalnya mastitis, dan sebagainya), (4) faktor kurangnya petugas kesehatan sehingga masyarakat kurang mendapat penerangan atau dorongan tentang manfaat pemberian ASI eksklusif (Arini, 2012).

Berikut beberapa faktor yang berpengaruh terhadap pemberian ASI eksklusif menurut beberapa hasil penelitian, dapat dirangkum dalam penjelasan berikut:

1. Pengetahuan

Pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui mengenai hal sesuatu. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seorang melakukan penginderaan terhadap sesuatu objek tertentu, penginderaan melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman dan rasa. Pengetahuan/kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (Notoadmojo, 2012).

2. Sikap

Sikap adalah reaksi atau respons seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Manifestasi sikap itu tidak dapat dilihat tetapi dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari yang tertutup.

Menurut penelitian (Hamzah, 2013), bahwa dalam pemberian ASI Eksklusif 63,1% umumnya pada ibu dengan sikap yang kurang baik, dan ada faktor lain yang mempengaruhinya yaitu adat istiadat berupa pantangan-pantangan tertentu seperti pantangan makan makanan yang kecut dan pedas selama menyusui untuk mencegah sakit perut bayinya, selain itu frekuensi pemberian ASI 71,1% ketika bayi memutuhkannya, 10,3% terjadwal (3-4 kali dalam sehari) dan 18,6% tidak tentu. Hal ini menunjukkan bahwa sikap bukan merupakan suatu faktor yang mutlak untuk melakukan tindakan, tetapi tidak terlepas dari faktor lain seperti pengetahuan, budaya dan adat istiadat.

3. Pekerjaan

Menurut Notoatmodjo (2010), mengatakan pekerjaan adalah aktivitas atau kegiatan yang dilakukan oleh responden sehingga memperoleh penghasilan untuk menunjang kehidupannya dan keluarganya. Salah satu dari faktor ibu bekerja adalah seorang ibu yang menjadi tenaga kerja di luar rumah untuk mendapatkan penghasilan selain bertugas membesarkan dan mengasuh anak di rumah. Ibu bekerja adalah ibu yang melakukan suatu kegiatan diluar rumah dengan tujuan untuk mencari nafkah untuk keluarga. Jadi, ibu bekerja merupakan ibu yang bekerja di luar rumah untuk mendapatkan penghasilan disamping membesarkan dan mengurus anak di rumah.

4. Dukungan Suami/ dukungan keluarga

Menyusui bukan semata-mata tanggung jawab ibu yang melahirkan bayinya saja. Fungsi ibu dalam menyusui bayi tidak dapat digantikan oleh suami, tetapi suami juga memiliki peran penting memberikan dukungan bagi ibu untuk mencapai keberhasilan menyusui.

Hasil penelitian Kurniawan (2015), terdapat hubungan antara variabel dukungan suami dengan pemberian ASI eksklusif. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yuliandarin (2016) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan suami dengan pemberian ASI eksklusif. Ibu yang mendapat dukungan suami berpeluang 12,98 kali lebih besar memberikan ASI eksklusif dibanding ibu yang memiliki dukungan suami yang rendah.

5. Promosi Susu Formula

Promosi adalah sejenis alat komunikasi yang memberikan penjelasan dan meyakinkan mengenai barang dan jasa dengan tujuan untuk memperoleh perhatian, mendidik, mengingatkan serta meyakinkan calon konsumen. Susu formula bayi adalah susu yang secara khusus diformulasikan sebagai pengganti ASI untuk bayi sampai berusia 6 bulan (PP No 33 Tahun 2012).

Hasil penelitian Zakiyah (2012) yang mengatakan bahwa ada hubungan pemberian susu formula dengan pemberian ASI Eksklusif. Dalam penelitian mengatakan bahwa dengan adanya promosi susu formula dapat mempengaruhi ibu yang memiliki bayi untuk memberikan susu formula pada bayinya dibanding dengan ASI Eksklusif.

6. Usia

Usia dapat mempengaruhi cara berfikir, bertindak dan emosi seseorang. Usia yang lebih dewasa umumnya memiliki emosi yang lebih stabil dibandingkan dengan usia yang lebih muda. Misalnya pada ibu yang usianya terlalu muda ketika hamil bisa menyebabkan kondisi fisiologi dan psikologisnya belum siap menjadi ibu, hal ini dapat mempengaruhi kehamilan dan pengasuhan anak.

B. Dukungan Keluarga

1. Pengertian

Menurut Sarwono (2013) dukungan adalah suatu upaya yang diberikan kepada orang lain, baik moril maupun materil untuk memotivasi orang tersebut dalam melaksanakan kegiatan. Keluarga adalah kelompok orang yang ada hubungan darah atau pernikahan (Ranjabar, 2014).

Menurut Murdock dalam Lestari (2012) menguraikan bahwa keluarga merupakan kelompok sosial yang memiliki karakteristik tinggal bersama, terdapat kerja sama ekonomi, dan terjadi proses reproduksi.

2. Definisini Dukungan Keluarga

Dukungan Keluarga adalah sebuah proses yang terjadi sepanjang masa kehidupan, jenis dan sifat dukungan berbeda dalam berbagai tahapan – tahapan siklus kehidupan. Dukungan keluarga dapat berupa dukungan sosial internal seperti dukungan dari suami, istri atau dukungan dari saudara kandung dan dapat juga berupa dukungan keluarga eksternal bagi keluarga inti. Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya. Keluarga siap memberikan

pertolongan dan bantuan jika diperlukan oleh anggota keluarganya. Jadi, dukungan keluarga membuat keluarga mampu untuk berfungsi dengan berbagai kepandaian dan akal. Dukungan keluarga juga dapat meningkatkan kesehatan dan adaptasi keluarga.

1. Bentuk Dukungan Keluarga

a. Dukungan emosional

Keluarga merupakan sebagai tempat yang aman dan damai untuk istirahat dan pemulihan dalam membantu penguasaan terhadap emosi. Dukungan keluarga ini dapat diwujudkan dalam bentuk dengan memberikan perhatian, kepercayaan, saling mendengarkan dan di dengarkan. Contohnya Keluarga dapat meyakinkan ibu bahwa dapat memberikan ASI eksklusif kepada bayi berusia 6 bulan.

b. Dukungan Informasional

Jenis dukungan ini meliputi jaringan komunikasi dan tanggung jawab memberikan nasehat, pengarahan, saran, atau umpan balik tentang apa yang dilakukan oleh seseorang. Keluarga dapat menyediakan informasi dengan menyarankan tentang dokter, terapi yang baik bagi dirinya, dan tindakan spesifik bagi individu untuk melawan stressor. Individu yang mengalami depresi dapat keluar dari masalahnya dan memecahkan masalahnya dengan dukungan dari keluarga dengan menyediakan *feed back*. Pada dukungan informasi ini keluarga sebagai penghimpun informasi dan pemberi informasi.

c. Dukungan Penilaian

Dukungan ini meliputi pertolongan pada individu untuk memahami kejadian depresi dengan baik dan juga sumber depresi dan strategi koping yang dapat digunakan dalam menghadapi stress. Dukungan ini juga merupakan dukungan yang terjadi bila ada ekspresi penilaian yang positif terhadap individu. Individu mempunyai seseorang yang dapat diajak bicara tentang masalah mereka, terjadi melalui ekspresi pengharapan positif individu kepada individu lain, penyemangat, persetujuan terhadap ide-ide atau perasaan seseorang dan perbandingan positif seseorang dengan orang lain, misalnya orang yang kurang mampu. Dukungan keluarga dapat membantu meningkatkan strategi koping individu dengan strategi-strategi alternatif berdasarkan pengalaman yang berfokus pada aspek-aspek yang positif.

d. Dukungan Instrumental

Dukungan ini meliputi penyediaan dukungan jasmaniah seperti pelayanan, bantuan finansial dan material berupa bantuan nyata (*instrumental support materialsupport*), suatu kondisi dimana benda atau jasa akan membantu memecahkan masalah praktis, termasuk di dalamnya bantuan langsung, seperti saat seseorang memberi atau meminjamkan uang, membantu pekerjaan sehari-hari, menyampaikan pesan, menyediakan transportasi, menjaga dan merawat saat sakit ataupun mengalami depresi yang dapat membantu memecahkan masalah. Dukungan nyata paling efektif bila dihargai oleh individu dan mengurangi depresi individu. Pada dukungan nyata keluarga sebagai sumber untuk mencapai tujuan praktis dan tujuan nyata.

2 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Keluarga

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga diantaranya yaitu:

a. Tahapan Perkembangan

Dukungan keluarga di tentukan oleh tahapan perkembangan dalam hal ini yaitu usia, ibu yang masih muda cenderung untuk lebih baik tidak bisa merasakan atau mengenali kebutuhan anaknya dan juga lebih egosentris di bandingkan ibu – ibu yang lebih tua.

b. Keluarga besar dan keluarga kecil

Keluarga besar dan keluarga kecil secara kualitatif menggambarkan pengalaman – pengalaman dan perkembangan anak – anak yang berasal dari keluarga kecil menerima lebih banyak perhatian dari pada anak – anak dari keluarga besar

c. Kelas sosial ekonomi orang tua

Kelas sosial ekonomi disini meliputi tingkat pendapatan atau pekerjaan orang tua dan tingkat pendidikan. Keluarga dengan kelas sosial menengah, memiliki hubungan yang lebih demokratis dan adil, sementara dalam keluarga kelas bawah, hubungan yang lebih otoritas atau otokrasi. Dukungan orangtua dengan kelas sosial menengah mempunyai tingkat dukungan, afeksi dan keterlibatan yang lebih tinggi dari pada orang tua dengan kelas sosial bawah.