

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Pemberian ASI

1. Pengertian ASI

Air susu ibu adalah susu yang diproduksi seorang ibu untuk konsumsi bayi dan merupakan sumber gizi utama bayi yang belum bisa mencerna makanan padat. Fungsinya untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi dan melindungi dalam melawan penyakit (Nirwana, 2014).

2. Manfaat ASI

Manfaat ASI untuk bayi sejak jam pertama kelahiran memberikan perlindungan dari kejadian kesakitan neonatal, ibu dengan pengalaman pertama diberikan *support skills* oleh tenaga kesehatan untuk menyusui bayinya, pertumbuhan sel otak secara optimal dan menambah perkembangan kecerdasan pada bayi dan dapat merangsang pertumbuhan sistem kekebalan tubuh (Khanal, 2015). Kandungan dalam ASI memberikan gizi yang cukup pada perkembangan dan pertumbuhan bayi sehingga bayi dapat bertahan hidup diluar kandungan ibu. Penelitian ini juga senada dengan Pantenburg (2014) dengan pemberian ASI Eksklusif dapat mempercepat penyembuhan penyakit diare pada bayi, bayi dengan diare dapat menghilangkan 40% cairan dalam tubuh bayi sehingga dapat mengakibatkan kematian pada bayi, khususnya di negara berkembang dengan *hygiens* lebih rendah akan semakin menyebabkan tingginya kematian pada bayi. Pada penelitian ini para peneliti membuktikan bayi yang mengalami diare dan dirawat dirumah sakit diberikan ASI saja selama tujuh hari memberikan hasil yang

signifikan terhadap penyembuhannya diluar dari pemberian obat dan antibiotik lainnya.

3. Kandungan Dalam ASI

Kandungan dalam ASI sangat bermanfaat untuk bayi dan dapat memenuhi semua kebutuhan pada bayi. ASI adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam organik yang disekresi oleh kedua belah kelenjar payudara ibu, sebagai makanan utama bagi bayi. Komposisi ASI tidak sama dari waktu ke waktu, hal ini berdasarkan stadium laktasi.

Penelitian oleh Utami (2012) mengungkapkan ASI mengandung lebih dari 200 unsur-unsur pokok, antara lain zat putih telur, lemak, karbohidrat, vitamin, mineral, faktor pertumbuhan, hormon, enzim, zat kekebalan, dan sel darah putih. Semua zat ini terdapat secara proporsional dan seimbang satu dengan yang lainnya. Cairan hidup yang mempunyai keseimbangan biokimia yang tepat ini bagi suatu "simfoni nutrisi bagi pertumbuhan bayi" sehingga tidak mungkin ditiru oleh buatan manusia (Wulandari dan Handayani, 2011).

Komposisi ASI berdasarkan kandungan zat gizi :

a. Protein

Keistimewaan protein dalam ASI dengan rasio protein whey: kasein 60:40 dibandingkan susu sapi yang rasionya 20:80. ASI mengandung alfa-laktalbumin dan asam amino esensial taurine yang tinggi. Kadar methiolin dalam ASI lebih rendah sedangkan susu sapi lebih tinggi. Kadar tirosin dan fenilalanin pada ASI rendah.

b. Karbohidrat

Karbohidrat dalam ASI lebih tinggi dari susu sapi. Karbohidrat pada ASI yang utama adalah laktosa dan galaktosa yang berperan penting dalam perkembangan otak bayi. ASI juga mengandung karbohidrat lebih tinggi daripada susu formula yaitu 6.5-7 gram% .

c. Lemak

Lemak dalam ASI bentuk emulsi yang sempurna. Kadar asam lemak tak jenuh dalam ASI 7-8 kali lebih besar dari susu sapi. asam lemak rantang panjang yang berperan dalam perkembangan otak. Kolesterol yang diperlukan untuk susunan saraf pusat dan diperkirakan juga berfungsi dalam pembentukan enzim.

d. Mineral

Dalam ASI terkandung mineral yang lengkap, total mineral selama masa laktasi adalah konstan. Fe dan Ca paling stabil tidak dipengaruhi dari ibu. Fe dan Ca tidak dipengaruhi oleh pola diet ibu. Garam organik yang ada dalam ASI yaitu kalsium, kalium dan natrium. Kalsium berfungsi dalam pertumbuhan jaringan otot dan rangka, transmisi jaringan saraf dan pembekuan darah. Kadar kalsium dalam ASI (Nirwana, 2014).

e. Air

Kira-kira 88% ASI terdiri dari air, yang berguna untuk melarutkan zat-zat yang terdapat di dalamnya yang sekaligus juga dapat meredakan rangsangan haus dari bayi.

f. Vitamin

Kandungan vitamin dalam ASI lengkap terdiri dari vitamin A, D dan C. Sedangkan golongan vitamin D kecuali riboflavin dan prothionik masih kurang. (Wulandari dan Handayani, 2014). Vitamin lengkap terdapat dalam ASI. Vitamin

A yang terdapat dalam ASI yaitu 280 IU sedangkan dalam kolostrum dua kali lipat dari itu. Vitamin D pada bayi 2/3 dari kadar vitamin D ibu yang bisa didapatkan melalui plasenta dan sedikit dalam ASI. Vitamin K berfungsi sebagai faktor pembekuan darah. Vitamin E berfungsi untuk pembentukan sel darah merah. Kadar vitamin K dalam ASI sangat sedikit sehingga ketika bayi baru lahir diberikan vitamin K dalam bentuk suntikan atau oral untuk mengurangi risiko perdarahan (Nirwana, 2014).

ASI menurut stadium laktasi dibedakan menjadi :

a. Kolostrum

Kolostrum merupakan cairan pertama kali diskresi oleh kelenjar payudara yang berwarna kekuning-kuningan lebih kuning dibandingkan ASI matur. Kolostrum mengandung tissue debris dan residual material yang terdapat dalam alveoli dan ductus dari kelenjar payudara sebelum dan setelah masa puerperium. Kolostrum di sekresi oleh kelenjar payudara dari hari ke 1 sampai ke 3. Komposisi dari kolostrum ini dari hari ke hari selalu berubah dan lebih banyak mengandung protein dari ASI matur serta lebih mengandung antibodi. Kolostrum dapat menjadi pencahar yang ideal yang membersihkan mekonium pencernaan makanan bayi bagi makanan yang akan datang. Kadar karbohidrat dan lemak rendah jika dibandingkan dengan ASI matur (Nugroho, 2014).

b. ASI Transisi atau Peralihan

Cairan susu yang keluar dari payudara ibu setelah masa kolostrum hari ke 4-14 laktasi, kandungan ASI transisi adalah protein dengan konsentrasi yang lebih rendah dari kolostrum, serta lemak dan karbohidrat dengan konsentrasi lebih tinggi dari kolostrum. Volume ASI pada masa ini juga meningkat (Nugroho, 2014).

c. ASI Matang

Cairan yang keluar dari payudara ibu setelah masa ASI transisi. Warnanya putih kekuning-kuningan karena kandungan garam kalsium kaseinat, riboflavin, dan karoten.

ASI ini tidak mengumpal jika di panaskan, dengan kandungan 100 g ASI, air 88 g, lemak 4-8 g, protein 1,2-1,6 g, karbohidrat 6,5-7 g, mineral 0,2 g, kalori 77 kal/100ml ASI, dan vitamin. Komposisi ini akan konstan sampai ibu berhenti menyusui bayinya (Nugroho, 2014).

Tabel 1
Komposisi Kandungan ASI

Kandungan	Kolostrum	Transisi	ASI matur
Energi (kg kla)	57,0	63,0	65,0
Laktosa (g / 100ml)	6,5	6,7	7,0
Lemak (g / 100 ml)	2,9	3,6	3,8
Protein (g / 100 ml)	1,195	0,965	1,324
Mineral(g / 100 ml)	0,3	0,3	0,2
Imunoglobulin :			
Ig A (mg / 100 ml)	335,9	-	119,6
Ig G (mg / 100 ml)	5,9	-	2,9

Sumber Nugroho, 2014

4. Langkah Keberhasilan Pemberian ASI

- a. Mempersiapkan payudara bila diperlukan.
- b. Mempelajari ASI dan tatalaksana menyusui.
- c. Menciptakan dukungan keluarga, teman dan lingkungan.
- d. Memilih rumah sakit sayang bayi.
- e. Memilih tenaga kesehatan yang mendukung pemberian ASI Eksklusif.

f. Mendatangi fasilitas konsultasi laktasi untuk persiapan apabila ibu memilih kesulitan saat menyusui (Maryunani, 2009).

5. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI

Menurut Santosa (2005) banyak faktor yang mempengaruhi pemberian ASI pada bayinya. Telah dilakukan penelitian di daerah perkotaan dan pedesaan di Indonesia menunjukkan bahwa pengetahuan tentang ASI, promosi susu formula dan makanan tambahan mempunyai pengaruh terhadap praktek pemberian ASI . Pengaruh tersebut dapat memberikan dampak negatif maupun positif dalam memperlancar pemberian ASI.

Faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI adalah

a. Faktor sosial budaya ekonomi yang berasal dari pendidikan formal ibu, pendapatan keluarga, dan status kerja ibu.

Pendidikan di Indonesia terdapat jenjang yang menunjukkan seberapa tinggi penerimaan seseorang terhadap pengetahuan dan diatur dalam Undang-undang Dasar Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional. Jenjang pendidikan formal terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi. Pendapatan keluarga adalah jumlah penghasilan riil dari seluruh anggota rumah tangga yang digunakan untuk memenuhi kebutuhan bersama maupun perseorangan dalam rumah tangga. Pendapatan keluarga digunakan untuk tingkat kesejahteraan keluarga, keluarga sejahtera apabila pendapatan dan pengeluaran dapat seimbang (Suparyanto, 2014).

Pendapatan keluarga di Kota Denpasar berdasarkan penggolongan Badan Pusat Statistik (2014) yaitu :

- 1) Golongan pendapatan rendah jika pendapatan rata-rata Rp. 1.500.000,00 per bulan .
 - 2) Golongan pendapatan sedang jika pendapatan rata-rata Rp. 1.500.000,00 per bulan s/d Rp. 2.500.00.00 per bulan.
 - 3) Golongan pendapatan tinggi jika pendapatan rata-rata Rp 2.500.00.00 per bulan s/d Rp. 3.500.000, 00 per bulan.
- b. Faktor psikologis dari ibu yang dimana ibu merasa takut kehilangan daya tarik sebagai wanita dan tekanan batin.
 - c. Faktor fisik ibu, ibu merasa sakit sehingga tidak dapat menyusui bayinya.
 - d. Faktor kurangnya petugas kesehatan sehingga masyarakat yang mendapat dorongan tentang manfaat pemberian ASI.
 - e. Faktor lain yang mempengaruhi pemberian ASI yaitu menurut penelitian Martini (2017) bahwa pengetahuan, dukungan keluarga, inisiasi menyusui dini (IMD). Penelitian lainnya oleh Astuti (2013) bahwa pengetahuan, paritas, terpapar media massa, peran suami juga dapat mempengaruhi pemberian ASI.

B. Konsep ASI Eksklusif

1. Pengertian ASI Eksklusif

ASI Eksklusif adalah pemberian ASI selama 6 bulan tanpa dicampur dengan tambahan cairan lain seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih, dan tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, papaya, bubur susu, biskuit dan bubur nasi tim (Maryunani, 2009).

2. Manfaat ASI Eksklusif

a. Bagi bayi

1) Dapat Membantu Memulai Kehidupan dengan Baik

Pemberian ASI membantu bayi memulai kehidupannya dengan baik. Kolostrum, susu jolong atau susu pertama, mengandung antibodi yang untuk mencegah infeksi dan membuat bayi lebih kuat. Penting sekali untuk segera memberikan ASI pada bayi dalam jam pertama sesudah lahir dan kemudian setidaknya setiap 2 atau 3 jam. ASI mengandung campuran yang tepat dari berbagai bahan makanan yang baik dan mudah dicerna oleh bayi. ASI saja tanpa makanan tambahan adalah cara terbaik yang diberikan kepada bayi pada saat berumur 4-6 bulan pertama kehidupan. Sesudah 6 bulan, beberapa makanan yang baik harus ditambahkan ke dalam menu makanan bayi. Pemberian ASI disarankan selama satu tahun pertama kehidupan anak (Wulandari dan Handayani, 2011).

2) Mengandung Antibodi

Mekanisme pembentukan antibodi pada bayi yaitu ketika ibu mendapat infeksi maka tubuh ibu akan membentuk antibodi dan akan disalurkan dengan bantuan jaringan limfosit. Antibodi dipayudara disebut *Mammae Associated Immunocompetent Lymphoid Tissue* (MALT). Kekebalan terhadap penyakit saluran pernafasan yang di transfer disebut *Bronchus Associated Immunocompetent Lymphoid Tissue* (BALT) dan untuk penyakit saluran pencernaan di transfer melalui *Gut Associated Immunocompetent Lymphoid Tissue* (GALT).

Tinja bayi yang mendapat ASI terdapat antibodi terhadap bakteri E.coli dalam konsentrasi tinggi sehingga jumlah bakteri E.coli dalam tinja bayi juga rendah. Di dalam ASI kecuali antibodi terhadap enterotoksin *Escherichia Coli*, juga pernah dibuktikan adanya antibodi terhadap *salmonella typhi*, *shigela* dan antibodi

terhadap virus, seperti rotavirus, polio dan campak (Wulandari dan Handayani, 2011).

3) ASI Mengandung Komposisi yang Tepat

Mengandung berbagai bahan makanan yang baik untuk bayi dengan proporsi yang seimbang dan cukup kuantitas semua zat gizi yang diperlukan untuk kehidupan 6 bulan pertama (Nirwana, 2014).

4) Mengurangi Kejadian *Caries Dentis*

Kejadian *caries dentis* pada bayi dengan susu formula lebih tinggi dibandingkan dengan bayi yang mendapat ASI karena dengan susu formula bayi akan terbiasa dengan botol susu sehingga gigi pun lebih sering kontak susu formula yang akan menyebabkan asam amino yang terbentuk akan merusak gigi (Nirwana, 2014).

5) Memberikan rasa aman dan nyaman pada bayi dengan adanya ikatan antara ibu dan bayi.

Hubungan fisik ibu dan bayi baik untuk perkembangan bayi, kontak kulit ibu ke kulit bayi yang mengakibatkan perkembangan psikomotor maupun sosial yang lebih baik (Wulandari dan Handayani, 2011).

6) Terhindar dari Alergi

Sistem imun IgE pada bayi belum sempurna. Susu formula dapat merangsang terbentuknya sistem ini sehingga dapat menimbulkan alergi. Sementara ASI tidak akan menimbulkan efek ini (Wulandari dan Handayani, 2011).

7) ASI Meningkatkan Kecerdasan bagi Bayi

Lemak pada bayi adalah lemak tak jenuh yang mengandung omega 3 untuk pematangan sel-sel otak sehingga jaringan otak bayi yang mendapat ASI Eksklusif

tumbuh optimal dan terbebas dari rangsangan kejang sehingga menjadikan anak lebih cerdas dan terhindar dari kerusakan sel-sel otak (Wulandari dan Handayani, 2011).

8) Membantu perkembangan rahang dan merangsang pertumbuhan gigi karena gerakan menghisap mulut bayi pada payudara

Telah dibuktikan bahwa salah satu penyebab mal oklusi rahang adalah kebiasaan lidah mendorong ke depan akibat menyusu dengan botol dan dot (Wulandari dan Handayani, 2011).

b. Bagi Ibu

1) Aspek Kontrasepsi

Hisapan oleh bayi merangsang ujung saraf sensorik sehingga post anterior hipofise mengeluarkan prolaktin. Prolaktin masuk ke indung telur, menekan produksi estrogen akibatnya tidak ada ovulasi. Menjarangkan kehamilan, pemberian ASI memberikan 98% metode kontrasepsi yang efisien selama 6 bulan pertama sesudah kelahiran bila diberikan hanya ASI saja dan belum terjadi menstruasi lagi (Maryunani, 2009).

2) Aspek Kesehatan Ibu

Isapan bayi pada payudara akan merangsang terbentuknya oksitosin oleh kelenjar hipofisis. Oksitosin membantu involusi uterus dan mencegah perdarahan pasca salin. Penundaan haid dan berkurangnya perdarahan dapat mengurangi prevalensi anemia defisiensi besi. Kejadian karsinoma mammae pada ibu yang menyusui lebih rendah dibanding yang tidak menyusui. Mencegah kanker hanya dapat dilakukan oleh ibu yang menyusui dengan teratur. Penelitian membuktikan ibu yang memberikan ASI secara eksklusif memiliki risiko terkena kanker payudara

dan kanker ovarium 25% lebih kecil dibanding yang tidak menyusui secara eksklusif (Maryunani, 2009).

3) Aspek Penurunan Berat Badan

Ibu yang menyusui eksklusif ternyata lebih mudah dan lebih cepat kembali ke berat badan semula seperti sebelum hamil. Pada saat hamil, badan bertambah berat selain karena ada janin juga karena penimbunan lemak pada tubuh, cadangan lemak disiapkan sebagai sumber tenaga dalam proses produksi ASI. Dengan menyusui, tubuh akan menghasilkan ASI lebih banyak lagi sehingga timbunan lemak yang berfungsi sebagai cadangan tenaga akan terpakai. Logikanya jika timbunan lemak menyusui berat badan ibu akan cepat kembali ke keadaan seperti sebelum hamil (Maryunani, 2009).

4) Aspek Psikologis

Keuntungan menyusui yaitu memberikan rasa bangga kepada ibu karena merasa berjasa telah mampu memberikan ASI kepada bayinya (Wulandari dan Handayani, 2011).

c. Bagi Keluarga

1) Aspek ekonomi

Pemberian ASI Eksklusif dapat menghemat dana yang akan dikeluarkan sehingga dana yang dikeluarkan untuk membeli susu formula dapat digunakan untuk keperluan lain.

2) Aspek Psikologi

Kebahagiaan keluarga bertambah, karena kelahiran lebih jarang sehingga suasana kejiwaan ibu baik dan dapat mendekatkan hubungan bayi dengan keluarga.

3) Aspek Kemudahan

Menyusui sangat praktis, karena dapat diberikan dimana saja dan kapan saja. Keluarga tidak perlu repot menyiapkan air masak, botol dan dot yang harus dibersihkan serta minta pertolongan orang lain (Wulandari dan Handayani, 2011).

d. Bagi Negara

1) Menurunkan Angka Kesakitan dan Kematian Bayi

Unsur protektif dan nutrient yang sesuai dalam ASI menjamin status gizi bayi baik serta kesakitan dan kematian anak menurun. Beberapa penelitian epidemiologis menyatakan bahwa ASI dapat melindungi bayi dari penyakit infeksi, misalnya diare, otitis media, dan infeksi saluran pernafasan akut bagian bawah. Anak yang tetap diberikan ASI mempunyai volume tinja lebih sedikit, frekuensi diare lebih sedikit dan lebih cepat sembuh dibandingkan anak yang tidak diberikan ASI.

Bayi yang diberikan ASI ternyata juga terlindung dari diare dan kontaminasi makanan yang tercemar bakteri kecil, mendapat antibodi terhadap *shigela* dan imunitas seluler dari ASI, memacu pertumbuhan flora usus yang berkompetisi terhadap bakteri. Adanya antibodi terhadap *Heliobacterjejuni* dalam ASI melindungi bayi dari diare. Anak yang tidak mendapatkan ASI mempunyai risiko 2-3 kali lebih besar untuk menderita diare *Heliocobacterjejuni* dibandingkan yang mendapatkan ASI.

2) Menghemat Devisa Negara

ASI dapat dianggap sebagai kekayaan nasional. Jika semua ibu menyusui diperkirakan dapat menghemat devisa sebesar 8,6 milyar yang seharusnya dipakai untuk membeli susu formula. Devisa yang digunakan sebagai pajak dan royalti

untuk membeli susu impor akan lebih hemat karena ibu sudah menyusui tanpa menggunakan susu formula.

3) Mengurangi Subsidi untuk Rumah Sakit

Subsidi untuk rumah sakit berkurang, karena rawat gabung dapat memperpendek lama rawat ibu dan bayi, mengurangi komplikasi persalinan dan infeksi nosokomial serta mengurangi biaya yang diperlukan untuk perawatan anak sakit. Anak yang mendapat ASI lebih jarang dirawat dirumah sakit dibandingkan anak yang mendapat susu formula (Wulandari dan Handayani, 2011).

4) Peningkatan Kualitas Generasi Penerus

Anak yang mendapat ASI dapat tumbuh kembang secara optimal sehingga kualitas generasi penerus bangsa akan terjamin (Kristiyansari,2009). Menurut Utami (2012) ASI sangat bermanfaat untuk :

- a) ASI sebagai nutrisi
- b) ASI sebagai bahan makanan yang berkhasiat meningkatkan daya tahan tubuh
- c) ASI meningkatkan kecerdasan
- d) ASI meningkatkan jalinan kasih sayang

Manfaat ASI Eksklusif lainnya yaitu meningkatkan intelektual dan motorik, mengurangi penyakit kronik pada bayi, mengurangi perdarahan postpartum, mengurangi risiko kanker payudara dan kanker ovarium, menambah ikatan antara ibu dan bayinya, mengurangi risiko infeksi pada bayi (Leon *et al*, 2015).

3. Cara penyimpanan ASI

a. ASI Segar

ASI yang baru saja diperah atau ASI segar, bisa bertahan rata-rata 4 jam dalam suhu ruangan. Kolostrum berbentuk cairan kekuningan yang lengket dan

kental, keluar pada beberapa hari setelah kelahiran hingga hari ke lima setelah persalinan, kolostrum masih aman disimpan selama 4 jam setiap kali perah dalam suhu ruang kurang dari 25°C

Level suhu dan durasi waktu penyimpanan yang aman untuk ASI perah yaitu:

- 1) ASI yang disimpan dalam suhu ruang 16-29°C aman dikonsumsi dalam 3-6 jam.
- 2) ASI yang disimpan dalam kulkas dengan suhu 0-4°C bisa bertahan hingga 3-8 bulan dan masih aman dikonsumsi.
- 3) ASI yang disimpan dalam freezer lemari es satu pintu dengan suhu kurang dari 15°C aman dikonsumsi hingga 2 minggu. Jika ASI disimpan dalam freezer lemari es dua pintu dengan suhu kurang dari 18°C waktu penyimpanan bisa lebih lama, yaitu hingga 3-6 bulan.
- 4) ASI yang disimpan dalam freezer tunggal/khusus dengan suhu kurang dari 18°C, ASI aman disimpan hingga 6-12 bulan (Maryunani, 2009).

b. ASI Beku

ASI yang sudah disimpan dalam jangka waktu tertentu dalam freezer dan menjadi beku. ASI yang menjadi beku sebelum diberikan pada bayi, sebaiknya dihangatkan ke dalam mangkuk yang diisi air hangat dan segera diberikan kepada bayi. Batas maksimal penyimpanan ASI beku dalam suhu ruangan rata-rata selama 4 jam, meskipun 5-6 jam masih ditoleransi jika kondisinya sangat bersih. ASI yang masih tersisa jangan disimpan dalam freezer kembali tapi harus segera dibuang.

Berikut cara-cara menyimpan ASI dalam lemari es atau freezer yaitu:

- 1) ASI perah disimpan dalam botol kaca dan pengisian maksimal 3/4 dari daya tampung botol.

- 2) Pastikan botol yang akan digunakan telah dibersihkan dan disterilkan.
- 3) Menempelkan label jam dan tanggal pada botol kaca atau tempat yang akan digunakan untuk menyimpan ASI perah.
- 4) Pisahkan ASI dengan bahan makanan lain yang tersimpan dalam lemari es, lebih baik lagi jika mempunyai lemari es khusus untuk menyimpan ASI. Bila ASI keluar dalam jumlah banyak, simpan sebagian di freezer untuk jangka panjang dan sebagian dilemari es bagian bawah untuk pemakaian jangka pendek.
- 5) Menyimpan ASI di bagian dalam freezer atau lemari es, bukan dibagian pintu. Karena bagian pintu berpeluang mengalami perubahan dan variasi suhu udara.
- 6) ASI beku yang tersimpan di freezer dan akan diberikan kepada bayi, sehari sebelumnya diturunkan ke lemari es bagian bawah agar pelelehan ASI perah yang sudah beku berjalan perlahan.
- 7) Jika ASI perah belum benar-benar meleleh sempurna, masukkan botol yang berisi ASI ke dalam mangkuk yang berisi air hangat (Maryunani, 2009)

c. ASI yang Sudah Dihangatkan dengan Air Hangat

ASI perah yang sudah dicairkan dengan air hangat sebaiknya langsung diberikan kepada bayi atau sampai jadwal minum ASI berikutnya. Menyimpan dalam botol di lemari es selama 4 jam.

Cara menghangatkan ASI perah, yaitu :

- 1) Berikan ASI dengan hari dan tanggal yang paling lama disimpan dalam freezer.
- 2) Amati bau dan rasanya, jika tercium basi jangan gunakan ASI tersebut untuk dikonsumsi
- 3) Cairkan ASI yang sudah beku dengan memindahkannya dari freezer ke dalam lemari pendingin, simpan selama 12 jam sebelum diberikan kepada bayi.

- 4) Hangatkan ASI dengan cara meletakkan botol atau wadah ASI kedalam mangkuk berisi air hangat.
- 5) Tidak memanaskan atau merebus ASI diatas kompor, atau memanaskan ASI dalam wicrowave (Maryunani, 2009).
- 6) Periksa suhu ASI yang sudah dihangatkan dan mencicipi ASI tersebut sebelum diberika kepada bayi.

d. ASI yang Sudah Diminum

Pentingnya menyimpan ASI sesuai takaran pemakaian. Jika menyimpan ASI dalam botol atau wadah yang melebihi takaran penggunaan (tersisa), sebaiknya ASI harus dibuang. Jangan menyimpan sisa ASI yang sudah diminum bayi dari botol yang sama ke dalam lemari es dan freezer (Maryunani, 2009).

C. Pengetahuan

1. Pengertian

Menurut Notoatmodjo dalam Wawan dan Dewi (2010) pengetahuan merupakan hasil dari tidak tahu menjadi tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Pada waktu pengindraan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap objek.

Pengetahuan ini sendiri dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula. Pengetahuan seseorang tentang suatu objek mengandung dua aspek ini yang akan

menentukan sikap seseorang, semakin banyak aspek positif dan objek yang diketahui maka akan menimbulkan sikap makin positif terhadap objek tertentu (Wawan dan Dewi, 2010).

2. Pengetahuan terhadap Prilaku Kesehatan

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Komponen kognitif merupakan salah satu unsur sikap yang berisi kepercayaan seseorang mengenai apa yang berlaku dan apa yang benar. Kepercayaan yang dibentuk menjadi dasar pengetahuan seseorang, pemahaman baik dan buruk, pemisah menjadi salah satu yang boleh atau tidak dilakukan (Azwar, 2003).

Pengalaman dan prilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih diingat daripada prilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Penelitian Rogers dalam Notoatmodjo (2003) bahwa sebelum orang mengadopsi prilaku melalui proses seperti ini didasari oleh pengetahuan, kesadaran dan sikap yang positif maka prilaku tersebut akan bertahan lama. Prilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan dan kesadaran tidak akan bertahan lama. Pengetahuan seseorang terhadap kesehatan merupakan faktor predisposisi yang mempengaruhi prilaku seseorang (Sunaryo, 2004).

Tingkat pendidikan yang semakin tinggi maka semakin tinggi pula tingkat pengetahuan (Krisyanti, 2014). Pernyataan ini sesuai dengan Notoatmodjo (2010) yang menyatakan semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang semakin mudah seseorang menerima informasi, atau cenderung lebih mencari informasi, sehingga lebih banyak pengetahuan yang dimiliki terutama tentang kesehatan. Kecenderungan semakin baik pengetahuan maka prilaku akan lebih positif, pada

diri seseorang akan timbul pandangan atau perasaan disertai kecenderungan untuk bertindak kearah yang lebih baik. Salah satu pembentuk prilaku adalah pengetahuan karena semakin tinggi pengetahuan, pemahaman akan semakin meningkat sehingga makin tepat dalam mengambil keputusan. Pengetahuan memiliki pengaruh dalam pembentukan sikap karena merupakan dasar pengertian dan dasar moral dalam individu.

Pengetahuan yang diperoleh dari pemberian informasi tentang cara-cara, mencapai hidup sehat, cara pemeliharaan kesehatan, cara-cara menghindari penyakit dan sebagainya akan meningkatkan prilaku kesehatan masyarakat. Pengetahuan dari informasi akan menimbulkan kesadaran mereka, dan akhirnya akan menyebabkan orang berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang diterima. Hasil atau perubahan prilaku dengan cara ini akan memakan waktu lama, tetapi perubahan yang dicapai akan bersifat permanen karena di dasari oleh kesadaran bukan paksaan (Notoatmodjo, 2003).

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

a. Faktor Internal

1) Pendidikan

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju kerah cita-cita tertentu yang menemukan manusia untuk berbuat dan mengisi kehidupan untuk mencapai keselamatan dan kebahagiaannya. Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Menurut Mantra dalam Wawan dan Dewi (2010), pendidikan dapat mempengaruhi

seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap dalam pembangunan. Semakin tinggi pendidikan maka semakin mudah menerima informasi.

2) Pekerjaan

Pekerjaan merupakan keburukan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupan. Pekerjaan bukannya sumber kesenangan, tetapi lebih banyak merupakan cara mencari nafkah yang membosankan, berulang dan banyak tantangan. Bekerja bagi ibu-ibu akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan (Wawan dan Dewi, 2010).

3) Umur

Menurut Elisabeth dalam Wawan dan Dewi (2010) usia adalah umur individu yang dihitung mulai dari saat dilahirkan sampai berulang tahun. Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan bekerja. Kepercayaan masyarakat seseorang lebih dewasa dipercata dari orang yang belum tinggi kedewasaannya. Hal ini akan sebagai dari pengalaman dan kematangan jiwa.

b. Faktor Eksternal

1) Faktor Lingkungan

Menurut Nursalam dalam Wawan dan Dewi (2010) lingkungan merupakan seluruh kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang dan kelompok.

2) Faktor Budaya

Sosial budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi dari sikap dalam penerimaan informasi

4. Kriteria Tingkat Pengetahuan

Penilaian tingkat pengetahuan dilakukan dengan pengisian kuisioner dengan kriteria pengetahuan ditentukan dari hasil penelitian ini yang telah dilakukan uji normalitas data dengan sebaran data tidak normal sehingga dikategorikan :

- a. Baik : jika hasil penilaian pengetahuan di atas median
- b. Kurang : jika hasil penilaian pengetahuan di bawah median

5. Hubungan Pengetahuan dengan Pemberian ASI

Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan diperlukan sebagai dukungan dalam menumbuhkan rasa percaya diri maupun sikap dan perilaku setiap hari, sehingga dapat dikatakan pengetahuan mendukung tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2003). Penelitian yang dilakukan oleh Sriningsih (2011) menyatakan bahwa responden yang memberikan ASI Eksklusif sebanyak 27,4 % ini setara dengan pengetahuan yang dimiliki responden yaitu pengetahuan kurang (72,6%) dibandingkan pengetahuan sedang (25,7%) dan pengetahuan baik (1,7%), semakin rendah pengetahuan yang dimiliki seseorang maka semakin rendah pemberian ASI Eksklusif. Penelitian ini juga senada dengan penelitian oleh Widiyanto (2012) bahwa responden yang memiliki pengetahuan cukup cenderung memberikan ASI Eksklusif pada bayinya, sebanyak 13,3% responden pengetahuan kurang, 63,3% responden memiliki pengetahuan cukup, dan sebanyak 23,3% responden berpendidikan baik, sehingga pengetahuan seseorang mempengaruhi seseorang dalam berfikir tentang pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0 – 6 bulan.

Pengetahuan yang didapat ibu dari kunjungan antenatal dan imunisasi saat bayi berumur 0-6 bulan tentang ASI Eksklusif dapat meningkatkan pemberian ASI Eksklusif pada bayi. Ibu yang bekerja dengan keterbatasan waktu untuk melakukan kunjungan ke fasilitas kesehatan sehinggacenderung memberikan ASI Eksklusif yang lebih rendah dibandingkan ibu yang rajin melakukan kunjungan antenatal selama hamil. Sikap yang positif juga ditunjukkan oleh ibu yang tinggal di kawasan fasilitas kesehatan, ibu dapat bertanya kepada petugas kesehatan mengenai ASI Eksklusif dan menjaga kebersihan payudara saat menyusui sehingga ibu akan lebih nyaman dan meningkatkan keberhasilan dalam pemberian ASI Eksklusif (Alamirew, 2017).

Penelitian ini membahas pengetahuan adalah gejala yang ditemui dan diperoleh manusia melalui pengamatan akal. Pengetahuan muncul ketika seseorang menggunakan akal budinya untuk mengenali keadaan sekitar yang belum dikenal dan dilihat sebelumnya. Pengetahuan yang harus dimiliki ibu tentang ASI Eksklusif yaitu pengertian, manfaat, kandungan, komposisi, pembagian ASI menurut stadium, langkah keberhasilan pemberian ASI, faktor yang mempengaruhi pemberian ASI, dan cara penyimpanan ASI

D. Paritas

1. Pengertian

Paritas adalah kemampuan seorang wanita untuk melahirkan bayi yang dapat hidup atau *viable* (Prawirohardjo, 2012).

Paritas saat ini telah menarik perhatian para peneliti dalam hubungan kesehatan ibu maupun anak. Terdapat kecenderungan bahwa kesehatan ibu yang berparitas rendah lebih baik dari berparitas tinggi, terdapat asosiasi antara tingkat

paritas dengan penyakit-penyakit tertentu seperti asma, ulkus peptikum, pilorik stenosis, dan seterusnya (Notoatmodjo, 2003).

2. Paritas dengan Prilaku Kesehatan

Paritas dengan jumlah ibu yang memiliki beberapa anak umumnya memiliki pengetahuan yang lebih baik, karena memiliki pengalaman dari kelahiran sebelumnya mengenai pemberian ASI Eksklusif. Kemampuan untuk menyimpulkan, mengetahui aturan dan membuat prediksi berdasarkan observasi penting bagi penalaran manusia, hal ini menunjukkan bahwa pengalaman tentang menyusui secara eksklusif sangat penting sehingga dengan pengetahuan yang di dapatkan dari pengalaman menjadikan ibu semakin percaya untuk memberikan ASI Eksklusif pada bayinya (Nursalam dan Parni, 2001). Paritas dapat mempengaruhi pengetahuan dan menjadi suatu bentuk pengalaman yang pernah dialami ibu dan membentuk struktur pengetahuan ibu.

Pengalaman yang dimaksud adalah proses dimasa lalu yang masih diingat oleh ibu dan dijadikan pedoman untuk selanjutnya. Ibu yang memiliki satu anak akan sangat terfokus dan kurang memiliki pengalaman sehingga kurang berpartisipasi dalam pemberian ASI Eksklusif. Paritas berpengaruh pada penerimaan seseorang terhadap pengetahuan dimana semakin banyak pengalaman seseorang maka penerimaan akan semakin mudah.

3. Klasifikasi Paritas

a. Primipara

Primipara adalah ibu yang telah melahirkan seorang anak, yang cukup besar untuk hidup di dunia luar. Pada masa ini ibu masih rentan dan belum memiliki pengalaman dalam perawatan bayinya.

b. Multipara

Multipara adalah kemampuan ibu yang telah melahirkan seorang anak lebih dari satu kali dan anak dapat hidup diluar kandungan.

c. Grandemultipara

Grandemultipara adalah kemampuan ibu yang telah melahirkan 5 orang anak atau lebih dan biasanya mengalami penyulit dalam kehamilan dan persalinan (Prawirohardjo, 2012).

4. Faktor yang Mempengaruhi Paritas

a. Pendidikan

Pendidikan adalah suatu proses bimbingan yang diberikan seseorang untuk perkembangan orang lain menuju suatu cita-cita tertentu. Makin baik pendidikan seseorang, maka makin baik penerimaan terhadap informasi. Kemampuan ibu akan semakin rasional dengan penerimaan informasi yang baik. Ibu yang berpendidikan tinggi maka akan lebih berpikir rasional bahwa jumlah anak ideal adalah 2 orang (Friedman, 2012).

b. Pekerjaan

Pekerjaan berhubungan dengan status seseorang dimasyarakat. Pekerjaan jembatan untuk mendapatkan penghasilan yang dapat berupa uang dalam memenuhi kebutuhan hidup dan mendapatkan tempat pelayanan kesehatan yang diinginkan. Anggapan banyak orang bahwa status pekerjaan seseorang yang tinggi, biasa mempunyai banyak anak karena merasa mampu memenuhi kebutuhan hidupnya (Friedman, 2012).

c. Keadaan Ekonomi

Keadaan ekonomi keluarga yang tinggi mendorong ibu untuk mempunyai anak lebih karena keluarga merasa mampu dalam memenuhi kebutuhan hidup.

d. Latar Belakang Budaya

Culture universal adalah unsur-unsur kebudayaan yang bersifat universal, terdapat di dalam semua kebudayaan di dunia, seperti pengetahuan bahasa dan khasanah dasar, cara pergaulan sosial, adat-istiadat, penilaian-penilaian umum. Tanpa disadari, kebudayaan telah menanamkan garis pengaruh sikap terhadap berbagai masalah. Keluarga dengan latar belakang panatik dengan paritas dapat mempengaruhi jumlah anak yang dimiliki ibu. Terdapat kebudayaan yang beranggapan bahwa semakin banyak anak akan semakin banyak rezeki.

Kebudayaan dapat mewarnai sikap anggota masyarakatnya, karena kebudayaan pulalah yang memberi corak pengalaman individu-individu yang menjadi anggota kelompok masyarakat asuhannya. Hanya kepercayaan individu yang telah mapan dan kuatlah yang dapat memudahkan dominasi kebudayaan dalam pembentukan sikap individual (Friedman, 2012).

e. Pengetahuan

Pengetahuan sangat berpengaruh pada sikap seseorang dan menjadi domain dari perilaku. Semakin baik tingkat pengetahuan seseorang, maka perilaku akan lebih bersifat rasional. Ibu yang tahu dan paham tentang jumlah anak yang ideal, maka ibu akan berperilaku sesuai dengan apa yang ia ketahui dan pengetahuan yang pernah ia dapatkan (Friedman, 2012).

5. Hubungan paritas dengan pemberian ASI

Paritas adalah jumlah anak hidup yang sudah dilahirkan dalam keadaan hidup. Paritas dapat berkaitan dengan pengalaman ibu sebelumnya dalam

memberikan ASI Eksklusif. Paritas ibu yang lebih dari satu berarti telah mendapat pengetahuan tentang ASI Eksklusif sehingga dapat diterapkan pada anak selanjutnya (Nugroho, 2014). Penelitian yang dilakukan oleh Laksmi (2017) menyatakan bahwa sebagian besar ibu multipara sebanyak (57,5%) memberikan ASI Eksklusif pada bayinya. Ibu yang mempunyai 1-2 anak mempunyai kemungkinan menyusui ASI eksklusif 10 kali dibandingkan dengan ibu-ibu yang tidak mempunyai anak sejumlah itu.

Hasil penelitian lain menyatakan bahwa ada hubungan antara paritas dengan pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan. Hal ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Mabud (2014) bahwa ada hubungan antara paritas dengan pemberian ASI eksklusif. Menunjukkan paritas sangat berpengaruh sekali terhadap penerimaan seseorang terhadap pengetahuan, semakin banyak pengalaman seorang ibu maka penerimaan akan pengetahuan akan semakin mudah. Sesuatu yang dialami seseorang akan menambah pengetahuan yang didapat. Pengalaman sebagai sumber pengetahuan adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi dimasa lalu.

