BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. ASI Eksklusif

1. Pengertian ASI Eksklusif

ASI Eksklusif adalah Ibu menyusui yang memberikan ASI sejak bayi lahir sampai dengan enam bulan, dimana ibu tidak memberikan makanan atau minuman apapun seperti madu, air gula, susu formula, air tajin, pisang, nasi lunak, degan muda dan lain lain disebut memberikan ASI secara eksklusif. Pemberian ASI ini bisa secara langsung dimana ibu meneteki langsung bayinya maupun secara tidak langsung dengan memerah ASI dan diberikan melalui kesehatan. sendok atau gelas ke bayinya. Pada pemberian ASI eksklusif, bayi boleh diberikan obat atau vitamin apabila dianjurkan oleh petugas (Kurniawati, D,. et al., 2020).

Air Susu Ibu (ASI) eksklusif adalah pemberian ASI secara penuh kepada bayi sejak lahir hingga usia 6 bulan tanpa tambahan makanan atau minuman lain selain ASI. Menurut *World Health Organization* (WHO). ASI Eksklusif adalah pilihan terbaik dan pertama untuk bayi yang alami dan utama. ASI memiliki manfaat yang signifikan dalam mengurangi risiko penyakit pada bayi dan mendukung pertumbuhan kecerdasannya. Tidak semua ibu setelah melahirkan menghasilkan ASI karena proses yang terjadi pada tubuh ibu melibatkan rangsangan mekanis, sistem saraf, serta

sejumlah hormon yang mempengaruhi pelepasan oksitosin yang diperlukan untuk memfasilitasi produksi ASI (Hidayatin et al., 2024)

ASI eksklusif adalah pemberian ASI saja tanpa tambahan cairan lain baik susu formula, air putih, air jeruk, atau makanan tambahan lain sebelum bayi mencapai usia enam bulan (Hidayatin et al., 2024). Pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif adalah pemberian ASI secara penuh kepada bayi sejak lahir hingga usia 6 bulan tanpa tambahan makanan atau minuman lain selain ASI.

2. Manfaat Pemberian ASI Eksklusif

Menurut (Kurniawati, D,. et al., 2020). Yang di tulis dalam buku saku ASI (Air Susu Ibu) mengatakan ASI sangatlah bermanfaat bagi ibu dan juga bayi, adapun manfaat ASI sebagai berikut :

a. Manfaat ASI bagi Ibu

1) Ungkapan kasih sayang semakin kuat

Ibu yang memberikan ASI akan selalu melakukan sentuhan kulit atau kontak fisik degan bayinya. Ibu akan sering menatap, mengajak berbicara dan melihat perkembangan bayinya. Seringnya ibu berhubungan dengan bayinya maka ibu akan merasa semakin kasih sayang sehingga ikatan antara ibu dan bayi.

2) Mencegah Kanker

Ibu yang menyusui akan terus mengeluarkan hormon oksitosin dan prolaktin. Hormon ini akan mencegah produksi hormon estrogen.

Hormon estrogen merupakan hormon yang memicu kanker. Dengan menyusui maka ibu akan mencegah kanker.

3) Mencegah Kegemukan

Ibu yang menyusui akan memecah lemak dan simpanan energi selama kehamilan untuk memproduksi ASI. Dengan pemberian ASI yang rutin maka Ibu akan terus memecah simpanan energinya sehingga akan mengurangi kegemukan.

4) Mencegah Perdarahan Setelah Melahirkan

Ibu yang memberikan ASI setelah melahirkan akan terhindar dari perdarahan. Hal ini dikarenakan ibu yang menyusui akan mengeluarkan zat yang disebut oksitosin. Zat ini akan membantu meningkatkan kontraksi uterus. Uterus yang berkontraksi dengan baik akan menyebabkan pembuluh darah yang terbuka karena proses melahirkan akan menutup sehingga tidak terjadi perdarahan.

5) Alat Kontrasepsi

Menyusui merupakan salah satu cara untuk mencegah kehamilan. Pada ibu yang menyusui hormon estrogen tidak terbentuk sehingga ibu tidak kesuburan ibu akan tertunda. Hal ini menunjukan bahwa dengan menyusui maka ibu akan menjarangkan kehamilannya.

6) Aspek kesehatan yang Lainnya

Pada ibu yang menyusi maka akan terjadi penundaan mentruasi dan berkurangnya perdarahan setelah melahirkan. Hal ini akan

membantu ibu untuk mencegah anemia atau kekurangan zat besi. Selain itu menyusui juga mencegah terjadinga osteoporosis.

b. Adapun manfaat ASI ekslusif bagi bayi, ialah:

1) ASI sebagai nutrisi

Asi merupakan sumber gizi yang sangat ideal dengan komposisi seimbang dan disesuaikan dengan kebutuhan pertumbuhan sang bayi. ASI merupakan makanan yang paling sempurna. ASI akan cukup memenuhi kebutuhan bayi normal sampai dengan bayi berusia 6 bulan.

2) Mencegah Infeksi

ASI mengandung zat antibiotik dan zat kekebalan sehingga bayi yang mendapatkan ASI akan terhindar dari infeksi

3) Kecerdasan Lebih Tinggi

ASI mengandung zat yang membantu perkembangan otak dan perkembangan syaraf. Hal ini membantu meningkatkan kecerdasan anak. Anak yang diberikan ASI mempunyai kecerdasan lebih tinggi dibanding anak yang tidak mendapatkan ASI

4) Mencegah diare dan alergi

ASI mengandung zat yang mencegah infeksi, virus dan zat mematangkan usus sehingga bayi yang mendapatkan ASI akan terhindar dari diare dan alergi.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

5) Perkembangan Psikomotorik Optimal

ASI mengandung zat komplek yang dibutuhkan untuk pertumbuhan. Dengan zat ini maka ASI akan membantu bayi tumbuh dan berkembang dengan baik

6) Efek Psikologis yang Optimal

Ibu saat menyusui bayinya akan menatap, kontak mata, membelai dan berbicara dengan bayi. Hal ini akan meningkatkan komunikasi dan sentuhan antara ibu dan bayi. Dengan sentuhan dan komunikasi yang sering makaikatan kasih sayang antara ibu dan bayi semakin kuat, bayi tidak rewel dan tenang.

c. Sedangkan manfaat pemberian ASI bagi keluarga yaitu sebagai berikut:

1) Pemberiannya praktis karena tidak perlu menyiapkan alat-alat untuk menyusui
2) Menghemat biaya pengeluaran karena tidak usah membeli susu formula tambahan
3) Bayi sehat dan jarang sakit karena risiko bayi sakit rendah sehingga tidak usah membawa ke pusat pelayanan kesehatan

3. Komposisi Zat Gizi ASI

ASI merupakan makanan yang mengandung gizi terlengkap dan kompleks (Kurniawati, D,. et al., 2020 yang di tulis dalam buku saku ASI (Air Susu Ibu) yang terdiri dari:

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

a. Air, dimana 88,1% dari ASI merupakan air dan sisanya adalah zat lain yang dibutuhkan bayi.
b. Protein, kandungan protein pada ASI komplek, dimana ada 0,9 gram protein dalam 100 mL ASI.
c. Lemak, DHA dan ARA, Pada ASI terdapat 3,5 gr lemak dalam 100 mL ASI. Lemak yang ada di dalam ASI yaitu lemak esensial, asam linoleat (Omega 6) dan asam linoleat (Omega 3). Selain itu lemak dalam ASI yang penting untuk perkembangan syarat dan penglihatan bayi adalah DHA (docosahexaenoic acid) dan ARA (arachidonic acid).
d. Karbohidrat, ASI mengandun karbohidrat sebanyak 7gr dalam 100 mL ASI.
e. Vitamin, ASI mengandung vitamin yang komplek yaitu vitamin A,D, vitamin E dan vitamin K.
f. Enzim, ASI mengandung 20 enzim aktif, dimana yang penting untuk antimikroba atau mencegah infeksi adalah lyzosome ASI juga mengandung enzim yang membantu pencernaan.
g. Garam dan Mineral, Garam alamiah atau organik yang ada di dalam ASI adalah kalsium, kalium dan natrium dari asam klorida dan fosfat. Kalium merupakan zat terbanyak, sedangkan kadar Cu, Fe dan Mn yang berguna untuk bahan pembuat darah relatif sedikit. Ca dan P merupakan bahan pembentuk tulang dan kadarnya dalam ASI cukup.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

h. Antibiotik, antivirus, ASI mengandung zat yang melindungi tubuhnya dari berbagai jenis penyakit. Zat pelindung tubuh terpenting adalah immunoglobulin

4. Jenis ASI

Adapun jenis ASI terbagi atas tiga menurut (Annisa Nurhayati Hidayat et al., 2021), yaitu:

a. Kolostrum

Kolostrum ini berwarna kekuningan dan dihasilkan oleh sel alveoli kelenjar payudara. Kolostrum juga mengandung zat-zat gizi yang pas untuk bayi antara lain protein, lemak, karbohidrat, vitamin A yang tinggi, antibodi IgA, serta sel darah putih lebih tinggi jika dibandingkan dengan ASI matur yang mengakibatkan bayi tidak mudah terserang diare.

b. Transitional milk (ASI peralihan)

Air susu ibu yang dihasilkan setelah keluarnya kolostrum dan keluar antara 8 atau sampai 20 hari tetapi terkadang juga pada minggu ke 3-5. Pada masa ini kadar lemak,laktosan dan vitamin larut air lebih tinggi, kadar protein, mineral lebih rendah, dan mengandung lebih banyak kalori daripada kolostrum.

c. Mature milk (ASI matang)

Merupakan ASI yang keluar sekitar 21 hari tetapi ada yang mengatakan dimulai pada minggu ke 3-5 setelah melahirkan dengan

volume sekitar 300-850 ml/hari. Mature milk atau ASI matang memiliki sekitar 90% air yang diperlukan untuk hidrasi bayi, dan 10% karbohidrat, protein, lemak untuk perkembangan sang bayi

5. Cara Agar ASI Eksklusif Berjalan Lancar

Adapun cara agar ASI Eksklusif berjalan dengan lancar menurut (Kemenkes RI, 2020)

a. Tingkatkan frekuensi menyusui
b. Perhatikan perlekatan bayi selama enyusui
c. Menyusui dari kedua sisi payudara secara bergantian
d. Melakukan pijat payudara untuk mempelanjar produksi ASI
e. Ciptakan lingkungan yang nyaman selama masa menyusui
f. Mintak dukungan dan kerjasama keluarga dalam pemberian ASI di rumah
g. Usahakan kebutuhan zat gizi tercukupi dengan makanan yang beragam
h. Rileks dan hindari stress

6. Kebutuhan ASI Bayi Berdasarkan Usia 0-6 Bulan

a. Usia 1-2 hari ASI yang di butuhkan bayi sebanyak 5-7 ml perhari
b. Usia 3-5 hari ASI yang di butuhkan bayi sebanyak 22-27 ml perhari
c. Usia 6-10 hari ASI yang dibutuhkan bayi sebanyak 60-81 ml perhari
d. Usia 2-3 minggu ASI yang di butuhkan bayi sebanyak 60-90 ml sekali minum (600-700 ml perhari)

e. Usia 4 minggu ASI yang di butuhkan bayi sebanyak 80-150 ml sekali (700-1050 ml perhari)
f. Usia 1-6 bulan ASI yang di butuhkan bayi 570-900 ml perhari

7. Teknik Menyusui

Proses menyusui akan berjalan dengan lancar jika ibu memiliki keterampilan dalam menyusui, sehingga ASI dapat mengalir dari payudara ibu ke bayi dengan efektif. Posisi dasar menyusui terdiri dari posisi badan ibu, posisi badan bayi, serta posisi mulut bayi dan payudara ibu (perlekatan/ *attachment*). Posisi badan ibu saat menyusui dapat posisi duduk, posisi tidur terlentang, atau posisi tidur miring. Posisi menyusui yang benar menurut (Junaedah, 2020) yaitu:

a. Posisi muka bayi menghadap ke payudara (chin to breast)
b. Perut/dada bayi menempel pada perut/dada ibu (chest to chest)
c. Seluruh badan bayi menghadap ke badan ibu hingga telinga bayi membentuk garis lurus dengan lengan bayi dan leher bayi
d. Seluruh punggung bayi tersanggah dengan baik, ada kontak mata antara ibu dengan bayi
e. Pegang belakang bahu jangan kepala bayi, dan kepala terletak dilengan bukan didaerah siku.

Tanda perlekatan bayi dan ibu yang baik juga telah dijelaskan bahwa dagu harus menyentuh payudara, mulut terbuka lebar, bibir bawah terputar keluar, lebih banyak areola bagian atas yang terlihat daripada bagian bawah, dan tidak menimbulkan rasa sakit pada puting susu (Junaedah,

2020). Menyusui bayi sebaiknya dilakukan di setiap saat bayi membutuhkan karena bayi akan menentukan sendiri kebutuhannya. Rata-rata bayi menyusui selama 5-15 menit, walaupun terkadang lebih. Menyusui bayi sesering mungkin sedikitnya lebih dari 8 kali dalam 24 jam dan tidak hanya pada satu payudara melainkan keduanya secara seimbang, sehingga mendapat stimulasi yang sama untuk menghasilkan ASI. Menyusui pada malam hari dapat membantu mempertahankan suplai ASI karena hormon prolaktin dikeluarkan terutama pada malam hari (Junaedah, 2020)

8. Tanda-Tanda Anak Cukup ASI

Adapun tanda-tanda bayi cukup ASI menurut (Kemenkes RI, 2020) yaitu, bayi tampak tenang dan kenyang setelah menyusui, bayi buatng air kecil 6-8 kali perhari, bayi ceria dan aktif ketika bangun tidur, feses bayi berwarna kuning, bayi tidur nyenyak, payudara itu terasa lebih lembut, berat badan bayi bertambah, bayi sering menyusu, ASI di telan dengan baik, urine berwarna jernih, pencernaan nya lancer.

9. Dampak Bagi Bayi Yang Tidak Diberikan Asi Ekslusif

World Health Organisation (WHO) menganjurkan agar pemberian ASI dilakukan secara eksklusif sejak bayi lahir hingga bayi berusia enam bulan. Anjuran tersebut telah diikuti oleh berbagai negara di dunia, salah satunya Indonesia. Walaupun ASI eksklusif telah dianjurkan oleh pemerintah, kegagalan ASI eksklusif sangat umum terjadi di Indonesia. UNICEF menyatakan bahwa 30 ribu kematian anak balita di Indonesia dan

10 juta kematian balita di seluruh dunia setiap tahun dapat dicegah melalui pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan sejak pertama setelah kelahiran bayi tanpa memberikan makanan dan minuman tambahan kepada bayi (Prihatini et al., 2023).

Cakupan ASI Eksklusif di negara ASEAN seperti India mencapai 46%, di Philipina 34%, di Vietnam 27%, di Myanmar 24% sedangkan di Indonesia sudah mencapai 54,3%. Pemberian ASI akan lebih sehat dibandingkan dengan bayi yang diberi susu formula. Pemberian susu formula pada bayi dapat meningkatkan risiko infeksi saluran kemih, saluran nafas dan telinga. Bayi juga mengalami diare, sakit perut (kolik), alergi makanan, asma, diabetes dan penyakit saluran pencernaan kronis (Prihatini et al., 2023).

Dampak bayi apabila tidak diberikan ASI secara penuh sampai pada usia enam bulan pertama kehidupan beresiko terkena diare yang parah dan fatal. Risiko tersebut 30 kali lebih besar dari pada bayi yang diberi ASI secara penuh. Bayi tidak diberikan ASI eksklusif, memiliki risiko kematian lebih besar karena malnutrisi. (Sunarto et al., 2022).

10. Faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI Ekslusif pada Bayi Usia 0-6 Bulan

a. Umur Ibu

Menurut (Untari, 2017) salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pemberian ASI eksklusif pada bayinya ialah umur.

Wanita muda pada umumnya mempunyai kemampuan menyusui lebih baik dibandingkan dengan wanita yang sudah berumur.

b. Pendidikan Ibu

Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah pendidikan. Semakin tinggi pendidikan maka semakin baik pengetahuannya. menjelaskan bahwa semakin tinggi pendidikan maka semakin mudah menerima hal-hal baru dan lebih mudah menyesuaikan diri dengan hal baru tersebut. Pendidikan dapat membuat seseorang terdorong untuk ingin tahu, untuk mencari pengalaman dan untuk mengorganisasikan pengalaman sehingga informasi yang diterima akan menjadi pengetahuan (Untari, 2017).

c. Status Pekerjaan Ibu

Status pekerjaan merupakan kegiatan yang menyita waktu sehingga berpengaruh terhadap kegiatan dan keluarganya maka dari itu pekerjaan bisa saja mempengaruhi pemberian ASI Eksklusif (Rosdianah & S, 2021).

d. Paritas

Paritas merupakan jumlah anak yang pernah dilahirkan oleh seorang ibu Ibu yang paritas lebih dari satu akan berpengaruh terhadap lamanya menyusui hal ini dikarenakan faktor pengalaman yang di didapatkan oleh ibu. Seorang ibu dengan kelahiran bayi pertamanya mungkin akan mengalami masalah ketika menyusui yang sebetulnya. Hal ini dikarenakan ibu tidak mengetahui cara menyusui yang

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

sebenarnya. Apabila ibu mendengarkan ada pengalaman menyusui yang kurang baik yang dialami orang lain maka hal ini memungkinkan ibu akan ragu untuk memberikan ASI pada bayinya (Puspita, 2023).

e. Jarak Kehamilan

Menurut (Lubis, 2021), jarak pada kehamilan yang aman ialah diantara 1,5 tahun sampai 2 tahun sejak dari persalinan sebelumnya. Dengan adanya pemberian jarak kehamilan yang aman tentunya akan menghindarkan ibu dan bayi dari berbagai resiko. Rahim akan mendapatkan cukup waktu, cukup istrahat untuk menyiapkan diri sehingga asupan nutrisi yang akan diberikan kepada bayi akan berjalan dengan baik dan pada akhirnya akan menjadikan bayi yang sehat dan berkualitas. Jarak kehamilan dapat mempengaruhi ibu untuk memberikan ASI ekslusif.

f. Pengetahuan Ibu

Menurut (Pohan et al., 2020) rendahnya pengetahuan dan beberapa mitos yang ada di lingkungan masyarakat dapat mempengaruhi suksesnya dalam pemberian ASI secara eksklusif. Terbentuknya pengetahuan seorang ibu juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan. Semakin banyak informasi yang didapat oleh ibu maka semakin banyak pula pengetahuan yang didapatkan karena informasi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Pengetahuan atau kognitif merupakan suatu domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Semakin baik pengetahuan seorang Ibu mengenai ASI eksklusif, maka seorang ibu akan memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah pengetahuan seorang ibu mengenai ASI eksklusif, maka semakin sedikit pula peluang ibu dalam memberikan ASI eksklusif kepada bayinya.

g. Sikap

Sikap adalah respon tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu yang sudah melibatkan pendapat dan emosi yang bersangkutan. Menurut (Notoatmodjo, 2010) sikap itu terdiri dari 3 komponen pokok yaitu:

1. Kepercayaan atau keyakinan, ide, dan konsep terhadap objek. Artinya bagaimana keyakinan dan pendapat atau pemikiran seseorang terhadap objek
2. Kehidupan emosional atau evaluasi orang terhadap objek.
3. Kecenderungan untuk bertindak

h. Efikasi Diri

Efikasi diri ialah penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri atau tingkat keyakinan mengenai seberapa besar kemampuannya dalam melakukan suatu hal untuk mencapai hasil tertentu. Adanya efikasi diri diperlukan pada saat memberikan ASI eksklusif, karena dengan adanya efikasi diri maka seorang ibu akan memiliki keyakinan, dimana keyakinan tersebut akan mempengaruhi niat ibu untuk menyusui atau memberikan ASI secara eksklusif kepada

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

bayinya. Efikasi diri yang rendah terjadi karena ibu tidak terlalu percaya diri dalam pemberian ASI eksklusif pada bayinya (Pramanik, 2020).

i. Sosial Ekonomi

Status sosial ekonomi akan mempengaruhi seorang ibu dalam memberikan ASI Ekslusif. Saat ibu bekerja ibu harus meninggalkan bayinya sehingga ibu merasa sulit untuk memberikan ASI Eksklusif selama 6 bulan penuh kepada bayinya. Status kesehatan seseorang merupakan salah satu hasil kontribusi dari status sosial ekonomi. Status sosial ekonomi merupakan bagian dari pendidikan, pekerjaan serta pendapatan, hal ini biasanya menjadi penilaian atas status sosial ataupun kelas dari seorang individu atau kelompok (Pasaribu, 2017).

j. Dukungan Petugas Kesehatan

Petugas kesehatan harus senantiasa meningkatkan pengetahuan serta kompetensi untuk mendukung seorang ibu dalam upaya peningkatan dan pemberian ASI eksklusif. Peran bidan harus mendukung dalam program ASI eksklusif yang sudah diatur dalam Peraturan Pemeritah No. 33 Tahun 2012 tentang Pemberian ASI Eksklusif, yaitu tenaga kesehatan memilikii peranan, tugas dan tanggung jawab yang sangat penting dalam pemberian ASI eksklusif.

k. Dukungan Keluarga

Suatu bentuk keikutsertaan orang-orang terdekat dalam merawat bayi, seperti suami, ibu, dan ibu mertua secara tidak langsung

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

membentuk kepercayaan dan sikap ibu dalam pemberian ASI Eksklusif Dukungan keluarga, dapat menentukan keberhasilan atau kegagalan seorang ibu dalam menyusui, dikarenakan dukungan suami akan menimbulkan rasa nyaman pada ibu sehingga akan mempengaruhi produksi ASI serta meningkatkan semangat dan rasa nyaman (Kurniawati, 2020).

B. Pengetahuan Dan Sikap

1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia yakni, indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh dari mata dan telinga (Notoatmodjo, 2014).

Menurut (Septi et al., 2024) pengetahuan itu 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 pengetahuannya. Akan tetapi perlu ditekankan, bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula. Hal ini menginat bahwa peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh dari pendidikan formal saja, akan tetapi dapat diperoleh melalui pendidikan non formal.

a. Tingkat pengetahuan

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Tingkat Pengetahuan Menurut (Septi et al., 2024), terdapat 6 tingkatan pengetahuan, yaitu:

1) Tahu (*Know*)

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

2) Memahami (*Comprehention*)

   Memahami artinya sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang obyek yang diketahui dan dimana dapat menginterprestasikan secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi terus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan dan sebagainya terhadap suatu objek yang dipelajari.

3) Aplikasi (*Application*)

   Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi ataupun kondisi riil (sebenarnya). Aplikasi disini dapat diartikan aplikasi atau

penggunaan hukum–hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

4) Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menyatakan materi atau suatu objek kedalam komponen–komponen tetapi masih di dalam struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain.

5) Sintesis (*Syntesis*)

Sintesis yang dimaksud menunjukkan pada suatu kemampuan untuk melaksanakan atau menghubungkan bagian–bagian di dalam suatu keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi yang ada.

6) Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian–penilaian itu berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria–kriteria yang telah ada.

b. Jenis Pengetahuan (Redmon Windu Gumati, 2019) Pada umumnya pengetahuan dibagi menjadi beberapa jenis diantaranya:

1) Pengetahuan langsung *(immediate)*

Pengetahuan immediate adalah pengetahuan langsung yang hadir dalam jiwa tanpa melalui proses penafsiran dan pikiran.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Kaum realis (penganut paham Realisme) mendefinisikan pengetahuan seperti itu. Umumnya dibayangkan bahwa kita mengetahui sesuatu itu sebagaimana adanya, khususnya perasaan ini berkaitan dengan realitas-realitas yang telah dikenal sebelumnya seperti pengetahuan tentang pohon, rumah, binatang, dan beberapa individu manusia. Namun, apakah perasaan ini juga berlaku pada realitas-realitas yang sama sekali belum pernah dikenal dimana untuk sekali meilhat kita langsung mengenalnya sebagaimana hakikatnya?. Apabila kita sedikit mencermatinya, maka akan nampak dengan jelas bahwa hal mencermatinya, maka akan nampak dengan jelas bahwa hal itu tidaklah demikian adanya.

2) Pengetahuan tak langsung *(mediated)*

Pengetahuan mediated adalah hasil dari pengaruh interpretasi dan proses berpikir serta pengalaman-pengalaman yang lalu. Apa yang kita ketahui dari benda-benda eksternal banyak berhubungan dengan penafsiran dan pencerapan pikiran kita. Pengetahuan indrawi (perceptual).

3) Pengetahuan indrawi

Pengetahuan indrawi adalah sesuatu yang dicapai dan diraih melalui indra-indra lahiriah. Sebagai contoh, kita menyaksikan satu pohon, batu, atau kursi, dan objek-objek ini yang masuk ke alam pikiran melalui indra penglihatan akan membentuk pengetahuan kita. Tanpa diragukan bahwa hubungan kita dengan alam eksternal

melalui media indra-indra lahiriah ini, akan tetapi pikiran kita tidak seperti klise foto dimana gambar-gambar dari apa yang diketahui lewat indra-indra tersimpan didalamnya. Pada pengetahuan indrawi terdapat beberapa faktor yang berpengaruh, seperti adarıya cahaya yang menerangi objek-objek ekostemal, sehatnya anggota-angota indra badan (seperti mata, telinga, dan lain-lain), dan pikiran yang mengubah benda-benda partikular menjadi konsepsi universal, serta faktor-faktor sosial (seperti adat istiadat). Dengan faktor-faktor tersebut tidak bisa dikatakan bahwa pengetahuan indrawi hanya akan dihasilkan melalui indra-indra lahiriah.

4) Pengetahuan konseptual *(conceptual)*

Pengetahuan konseptual juga tidak terpisah dari pengetahuan indrawi. Pikiran manusia secara langsung tidak dapat membentuk suatu konsepsi-konsepsi tentang objek-objek dan perkara-perkara ekstermal tanpa berhubungan dengan alam eksternal. Alam luar dan konsepsi saling berpengaruh satu dengan lainnya dan pemisahan di antara keduanya merupakan aktivitas pikiran.

5) Pengetahuan partikular *(particular)*

Pengetahuan partikular berkaitan dengan satu individu, objek-objek tertentu, atau realitas-realitas khusus. Misalnya ketika kita membicarakan satu kitab atau individu tertentu, maka hal ini berhubungan dengan pengetahuan partikular itu sendiri.

6) Pengetahuan universal *(universal)*

Kemenkes Politekkes Bengkulu

Pengetahuan yang meliputi keseluruhan yang ada, seluruh hidup manusian misalnya; agama dan filsafat.

2. Faktor–faktor yang mempengaruhi pengetahuan menurut (Septi et al., 2024) :

a. Faktor Internal

1) Pendidikan

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju kearah cita–cita tertentu yang menentukan manusia untuk berbuat dan mengisi kehidupan untuk mencapai keselamatan dan kebahagiaan. Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal–hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap berperan serta dalam pembangunan, pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi.

2) Pekerjaan

Pekerjaan adalah keburukan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarga. Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan, tetapi lebih banyak merupakan cara mencari nafkah yang membosankan, berulang dan banyak tantangan. Sedangkan bekerja umumnya merupakan kegiatan yang

menyita waktu. Bekerja bagi ibu–Ibu akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarga.

3) Umur

Usia adalah umur individu yang terhitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Dari segi kepercayaan masyarakat seseorang yang lebih dewasa dipercaya dari orang yang belum tinggi kedewasaannya. Hal ini akan sebagai dari pengalaman dan kematangan jiwa.

b. Faktor Eksternal

1) Faktor lingkungan

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

2) Sosial Budaya

Sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi dari sikap dalam menerima informasi.

3) Tingkat pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden. Pengetahuan merupakan

domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang.

3. Sikap

a. Pengertian Sikap

Menurut (Muhammad Isa, 2019).Sikap ialah suatu bentuk aktivitas akal dan fikiran yang ditujukan pada obyek tertentu yang sedang dihadapi. Hasil dari aktivitas tersebut yaitu suara pilihan atau ketetapan hati terhadap obyek itu, senang, tidak senang, menerima, menolak, raga, masa bodoh, curiga dan sebagainya. Oleh karena sikap itu ditujukan pada obyek tertentu maka ia cenderung berubah sesuai dengan perubahan obyek. Bahkan terhadap obyek yang sama tetapi dalam waktu yang berbeda orang dapat menunjukkan sikap yang berbeda. Jadi sikap adalah relatif, sangat tergantung pada situasi dan obyeknya. Namun begitu, sikap dapat dibentuk oleh pengaruh lingkungan tertentu.

Pengaruh lingkungan yang dapat membentuk sikap adalah lingkungan keluarga, lingkungan pendidikan formal, lingkungan organisasi termasuk organisasi kerja, dan lingkungan masyarakat umum. Agar sikap dapat dibentuk oleh suatu lingkungan tertentu diperlukan waktu cukup lama, artinya tidak sehari dua hari. Memang sikap yang terbentuk oleh pengaruh lingkungan menjadi dapat lebih bertahan terhadap pengaruh dari lingkungan lain tetapi tetap tidak ada jaminan bahwa sikap itu lambat laun tidak berubah.

Ada 4 macam cara dalam interaksi sosial yang dapat mengubah sikap, yaitu:

1) Adopsi, penyerapan dari peristiwa atan kejadian yang berulang-ulang sehingga dapat merasuk ke dalam jiwanya dan mempengaruhi sikap semula terhadap suats obyek. Proses penyerapan memang memakan waktu cukup lama. Sebagai contoh dalam organisasi yaitu adanya budaya kerja yang telah lama hidup dalam organisasi yang bersangkutan. Mula-mula orang merasa asing terhadap budaya kerja itu, akan tetapi lama-kelamaan dapat terserap dan mempengaruhi sikapnya. Doktrin suatu organisasi dapat dianggap sebagai suatu bentuk sikap kelompok, yang harus menjadi sikap individu dalam kerangka pekerjaan. Doktrin yang selalu diperlihatkan dalam tingkah laku kerja sehari-hari secara konsisten sangat mempengaruhi sikap anggota kelompok kerja, sehingga sikap kerja yang bersangkutan melarut ke dalam sikap kerja kelompok yang telah membudaya.
2) Diferensiasi, yaitu dengan bertambahnya masa kerja. pengalaman, pengetahuan yang diperoleh dalam organisasi kerja, mempengaruhi sikapnya terhadap pekerjaan dan lingkungannya. Pengaruh ini dapat bersifat positif atau negatif. Pengaruh positif akan mampu mengubah sikap sikapnya terhadap pekerjaan maupun terhadap sesuatu hal, yang dahulunya ragu-ragu, curiga, apatis, menolak atau sikap-sikap lain yang kurang menguntungkan bagi organisasi, menjadi sikap menerima dengan segala sikap-sikap yang positif. Disinilah perlunya

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

penyelenggaraan pendidikan, sosialisasi, maupun penyuluhan kepada orang maupun kelompok.

b. Komponen Sikap

Menurut (Damiati, dkk., 2017) sikap terdiri atas tiga komponen utama, yaitu:

1) Komponen kognitif, komponen pertama dari sikap kognitif seseorang yaitu pengetahuan dan persepsi yang diperoleh melalui kombinasi pengalaman langsung dengan objek sikap dan informasi tentang objek itu yang diperoleh dariberbagai sumber. Pengetahuan dan persepsi yang dihasilkannya biasanya membentuk keyakinan artinya keyakinan konsumen bahwa objek sikap tertentu memiliki beberapa atribut dan bahwa perilaku tertentu akan menyebabkan hasil tertentu.
2) Komponen afektif, komponen afektif berkaitan dengan emosi atau perasaan konsumen terhadap suatu objek
3) Komponen konatif, merupakan komponen yang berkaitan dengan kemungkinan atau kecenderungan bahwa seseorang akan melakukan tindakan tertentu yang berkaitan dengan objek sikap, komponen konatif seringkali diperlukan sebagai suatu ekprest dari niat seseorang.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

c. Jenis-Jenis Sikap (Wujarso et al., 2024)

1) Sikap Positif dan Sikap Negatif

a) Sikap Positif: Melibatkan penilaian yang baik terhadap suatu objek atau individu. Seseorang dengan sikap positif terhadap suatu hal cenderung memiliki pemikiran yang menyenangkan, suka, dan bersedia untuk mendukung atau berinteraksi dengan objek tersebut.

b) Sikap Negatif: Sebaliknya, sikap negatif melibatkan penilaian yang buruk terhadap suatu objek atau individu. Individu dengan sikap negatif cenderung memiliki pemikiran yang tidak menyenangkan, tidak suka, dan mungkin menghindari atau menolak objek tersebut

2) Sikap Netral: Adalah ketika seseorang tidak memiliki penilaian yang kuat, baik positif maupun negatif, terhadap suatu objek. Sikap netral bisa mencerminkan ketidaktahuan atau ketidak pedulian terhadap objek tersebut.

3) Sikap Ambivalen: Melibatkan keberadaan dua penilaian yang saling bertentangan terhadap suatu objek. Sebagai contoh, seseorang bisa memiliki sikap ambivalen terhadap teknologi baru yang menarik namun juga menimbulkan kekhawatiran terkait privasi.

Sikap ialah respon atau kecenderungan ibu menyusui tentang pemberian ASI Eksklusif yang dipengaruhi oleh pengetahuan dan

perasaan. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner yang dapat mengukur sikap ibu hamil tentang stunting dengan skala likert menurut Sugiono, yaitu:

4= Sangat setuju

3= Setuju

2= Tidak Setuju

1= Sangat Tidak Setuju

C. Media Edukasi Kesehatan

Media edukasi kesehatan adalah alat bantu untuk meyampaikan informasi kesehatan serta mempermudah penerimaan pesan-pesan kesehatan bagi masyarakat. Menurut (Arsyad 2011) menyebutkan bahwa menurut pandangan para ahli penelitian, indera yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah indera penglihatan yaitu sekitar 75-87%, sedangkan 13% melalui indera pendengaran, dan 12% dari indera yang lain. Berdasarkan "K*erucut Edgar Dale" (Dale's cone of experience)* orang akan mengingat 10% apa yang mereka baca dan 30% dari apa yang mereka lihat berupa gambar.

Media dibuat dengan prinsip bahwa agar setiap pengetahuan dapat diterima dan ditangkap oleh panca indera. Daya ingat merupakan kemampuan seseorang untuk memanggil kembali informasi yang telah dipelajari dan disimpan dalam otak. Mengingat adalah proses memanggil kembali informasi yang telah tersimpan sebagai long term memory (LTM) ke dalam short term

memory (STM). Ada tiga tahap yang berlangsung dalam memori manusia, yaitu:

1. *Encoding* adalah proses pengodean terhadap apa yang digunakan dengan cara mengubahnya menjadi simbol-simbol atau suatu proses merubah informasi ke dalam benutk yang sesuai dengan sifat-sifat memori
2. *Storage*/retensi adalah proses penyimpanan terhadap apa yang telah diproses dalam encoding. *Storage* yaitu proses pengendapan informasi yang diterima ke dalam suatu tempat tertentu.
3. *Retrioval* adalah proses pemulihan kembali atas mengingat apa yang telah disimpan sebelumnya dalam memori untuk digunakan kembali bila dibutuhkan

Jenis media pendidikan berdasarka fungsinya sebagai penyaluran pesan pesan media, secara umum dibagi menjadi tiga yaitu:

1. Media cetak sebagai alat untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan sangat bervariasi, biasanya terdiri dari sejumlah kata, gambar, atau foto dalam tata warna. Yang termasuk dalam media ini yaitu antara lain: *booklet, leaflet, flyer*/selebaran, *flip chart, rubric* (tulisan pada surat kabar atau majalah) dan poster.
2. Media elektronik sebagai sarana untuk menyampaikan pesan-pesan atau informasi kesehatan dan jnisnya berbeda-beda antara lain: televisi, video, slide, dan film.
3. Media papan *(billboard)* yang dipasang di tempat umum dapat dipakai dan diisi dengan pesan atau informasi kesehatan.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

D. Media *Booklet*

1. Pengertian *Booklet*

Booklet adalah salah satu alat yang penting dalam mendukung proses pembelajaran yang efektif dan efisien. Materi yang terdapat di dalam booklet disajikan dengan bahasa yang jelas dan mudah dipahami, dengan tujuan meningkatkan efektivitas pembelajaran (Oktavia & Zulyusuri, 2024) Secara definisi, *booklet* adalah buku kecil yang memiliki minimal lima halaman dan tidak lebih dari empat puluh delapan halaman, tanpa memperhitungkan sampul (Oktavia & Zulyusuri, 2024). Karakteristik booklet meliputi konsistensi dalam desain isi yang sesuai dengan tema materi, penggunaan bahasa yang jelas, penyertaan gambar atau foto, serta pilihan warna yang sesuai untuk menyampaikan pesan kepada pembaca (Setyaningsih et al., 2019). Keberadaan *booklet* sebagai media pembelajaran dapat memudahkan peserta didik dalam memahami materi sehingga dapat meningkatkan hasil belajar. *Booklet* dianggap efektif sebagai media pembelajaran karena memberikan informasi secara singkat namun lengkap dengan cara yang praktis (Hasanah & Fitrihidajati, 2020).

Booklet merupakan sebuah media yang efektif dan efisien jika digunakan dalam pembelajaran, berisi berbagai informasi penting, disusun menggunakan bahasa yang baku, jelas, mudah dipahami oleh pembaca (Hasanah & Fitrihidajati, 2020).

Pengertian *booklet* menurut kamus besar bahasa Indonesia, *booklet* adalah media cetak berupa selembaran, atau majalah berisi warta singkat atau pernyataan tertulis yang diterbitkan secara periodik oleh suatu organisasi atau lembaga untuk kelompok profesi tertentu. Adapun kelebihan dan kekurangan *booklet* adalah sebagai berikut:

Kelebihan media *booklet*

a. Tidak tebal sehingga tidak sulit untuk dibawa.
b. Lebih terperinci dan jelas, karena bisa lebih banyak mengulas tentang pesan yang disampaikan.
c. *Booklet* yaitu dapat dipelajari setiap saat karena desainnya berbentuk buku.
d. *Booklet* memuat informasi relative lebih banyak di bandingkan dengan poster.
e. *Booklet* menggunakan bahasa yang sederhana mudah dipahami oleh peserta didik dan menarik sesuai dengan topik yang dibahas. Kekurangan media booklet

a. Memerlukan tenaga ahli untuk membuatnya.
b. *Booklet* tidak dapat menyebar langsung keseluruh objek, karena disebabkan keterbatasan penyebaran dan jumlah halaman yang dapat dimuat dalam *booklet.*

2. Kerangka Desain *Booklet* Penelitian

a. Judul: "ASI Eksklusif"
b. Gambar: Gambar bayi dan Ibu

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

c. Pengertian ASI Eksklusif

d. Manfaat ASI Eksklusif Untuk Bayi

e. Manfaat Untuk Ibu dan keluarga

f. Apa saja kandungan ASI

g. Jenis-jenis ASI

h. Durasi menyusui

i. Panduan Menyusui yang Benar

j. Kebutuhan ASI Bayi berdasarkan umur 0-6

E. Media *Leaflet*

1. Pengertian *Leaflet*

Menurut (Jatmika et al., 2019) *leaflet* merupakan bentuk penyampaian informasi atau pesan–pesan kesehatan melalui lembar yang dilipat, isi informasi dapat dalam bentuk kalimat maupun gambar, atau kombinasi. *Leaflet* adalah lembaran kertas berukuran kecil mengandung pesan tercetak untuk disebarkan kepada umum sebagai informasi mengenai suatu hal atau peristiwa yang dicetak, pada umumnya dilipat diharapkan untuk distribusi secara cuma–Cuma. Adapun kelebihan dan kekurangan *leaflet* adalah sebagai berikut:

Kelebihan media *leaflet*

a. Mudah dibawa kemanapun dan dimanapun

b. Biaya produksi relatif terjangkau

c. Dapat disimpan lama

d. Merupakan media promosi yang memiliki desain yang menarik dan unik

Kekurangan media *leaflet*

a. Membutuhkan tempat penyimpanan yang khusus
b. Membutuhkan keterampilan untuk membuatnya
c. Membutuhkan keahlian menggambar mendesain atau menggambar.

2. Kerangka Desain *Leaflet* Penelitian

1) Pengertian tentang ASI Eksklusif
2) Macam-macam ASI
3) Kandungan ASI
4) Manfaat ASI Eksklusif
   a) Manfaat untuk Bayi
   b) Manfaat untuk Ibu
5) Panduan Menyusui yang Benar
6) Durasi Memberikan ASI
7) Kebutuhan ASI Bayi berdasarkan umur 0-6

F. Efektivitas Media Booklet dan Laeflet Terhadap Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Pemberian ASI Eksklusif

Dalam penelitian ini, penulis mengacu pada penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang akan dilaksanakan saat ini. Berikut ini beberapa hasil penelitian yang relevan yang dijadikan bahan telaah bagi peneliti. Penelitian (Kursani et al., 2024) yang berjudul "Efektivitas Promosi Kesehatan dengan Media *Leaflet* dan *Booklet* Tentang Pemberian ASI

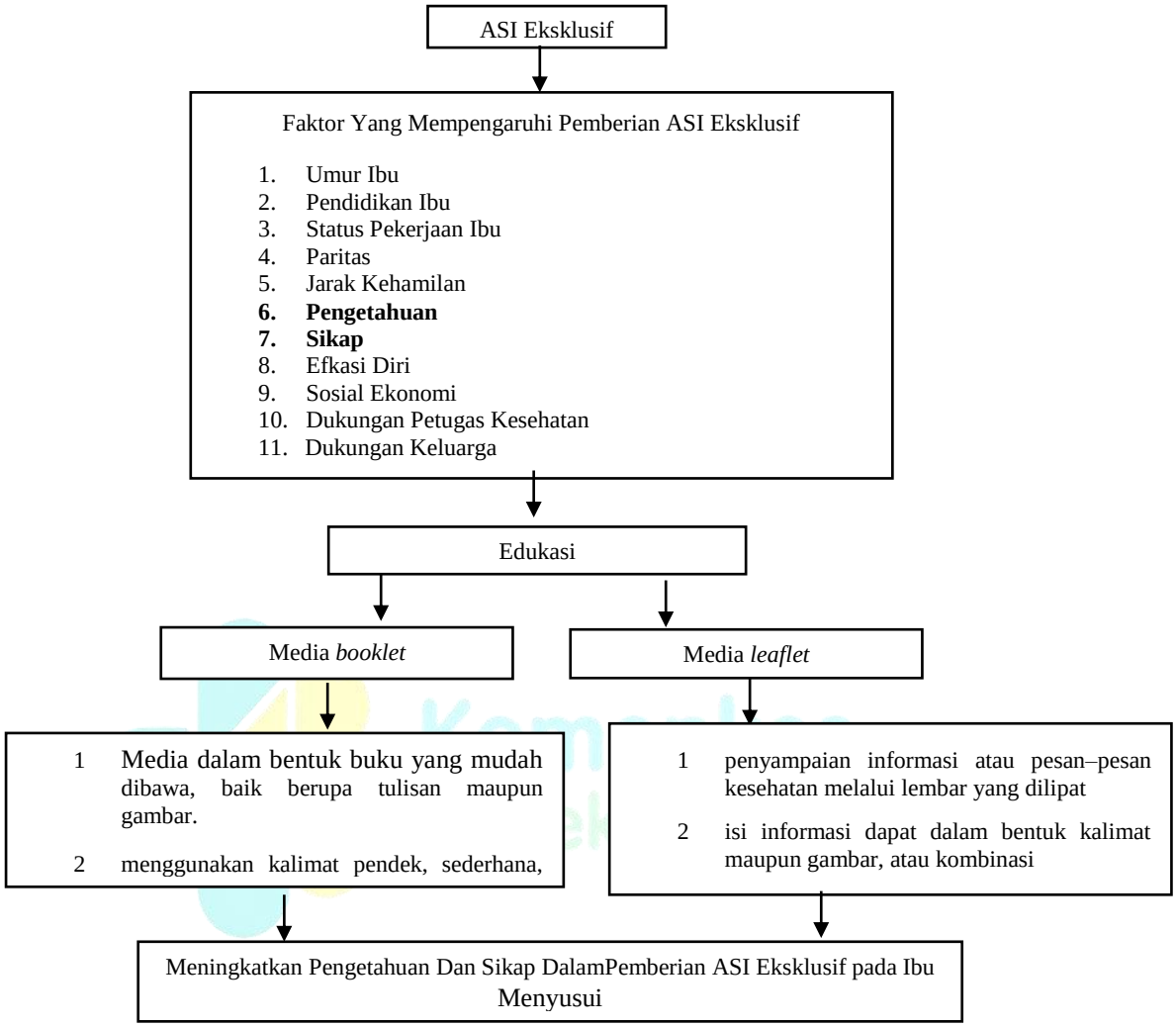
Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Eksklusif Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Dalam Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Sinama Nenek Kabupaten Kampar" menunjukkan bahwa *booklet* dan *Leaflet* terbukti dapat meningkatkan pengetahuan tentang pemberian ASI eksklusif.

Penelitian (Balqis et al., 2023) "Efektivitas Media Edukasi *Leaflet* Terhadap Pengetahuan Ibu Mengenai ASI Eksklusif di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang" menyatakan Penyuluhan dengan *leaflet* berefek pada peningkatan pengetahuan ibu terkait pentingnya ASI eksklusif. Pengetahuan yang baik diharapkan akan mendorong pemberian ASI eksklusif yang baik dan benar.

Berdasarkan penelitian (Nurfatimah et al., 2023) yang berjudul "Media Edukasi *Booklet* dan Pendidikan Kesehatan Berpengaruh terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Trimester III pada ASI Eksklusif: Penelitian Kuasi Eksperimen" menyimpulkan bahawa Ada pengaruh yang signifikan dalam penyuluhan tentang ASI eksklusif dengan media booklet terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil trimester III di Kelurahan Besusu Barat Puskesmas Singgani. Diharapkan bisa menjadi bahan pertimbangan bagi petugas kesehatan khususnya bidan untuk meningkatkan promosi kesehatan menggunakan media booklet mengenai manfaat ASI eksklusif kepada ibu hamil trimester III sehingga dapat meningkatkan pemahamannya tentang pentingnya ASI eksklusif

G. Kerangka Teori

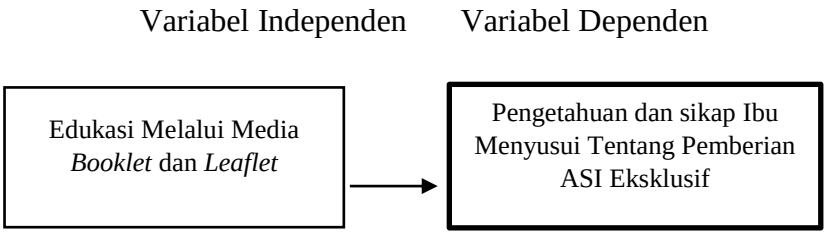


Keterangan: huruf yang dicetak tebal adalah variabel yang diteliti Sumber: Berdasarkan teori modifikasi dari (Notoatmodjo, 2012), (Ramadhan dkk, 2023), (Zebua et al., 2021)

Bagan 2.1 Kerangka Teori

H. Kerangka Konsep

Kerangka Konsep penelitian adalah kerangka hubungan antara konsep yang ingin diamati atau diukur melalui penelitian yang akan dilakukan (Nursalam, 2013). Kerangka konsep pada penelitian ini dapat dilihat pada gambar berikut:



Bagan 2.2 Kerangka Konsep

I. Hipotesis

Media *Booklet* dan leatflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu menyusui tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Kandang dan puskesmas betungan tahun 2025.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu