

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Teori

2.1.1 Pengetahuan

a. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia yaitu indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Pada waktu pengindraan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap obyek. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2012).

Pengetahuan adalah suatu istilah yang dipergunakan untuk menuturkan apabila seseorang mengenal tentang sesuatu. Suatu hal yang menjadi pengetahuannya adalah selalu terdiri atas unsur yang mengetahui dan yang diketahui serta kesadaran mengenai hal yang ingin diketahui. Oleh karena itu pengetahuan selalu menuntut adanya subjek yang mempunyai kesadaran untuk mengetahui tentang sesuatu dan objek yang merupakan sesuatu yang dihadapi (Surajiyo, 2013).

Berdasarkan pengertian tersebut diatas maka yang dimaksud dengan pengetahuan atau *knowledge* adalah hasil tahu seseorang terhadap suatu objek melalui panca indra yang dimilikinya, yakni penglihatan,

pendengaran, penciuman, rasa dan perabaan. Pengetahuan berperan penting terhadap kehidupan dan perkembangan individu, masyarakat, atau organisasi.

b. Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan memiliki beberapa tingkatan. Notoatmodjo (2010) dalam Zulmiyetri (2020) menyebutkan bahwa pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*ovent behavior*), dan mempunyai enam tingkatan 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 dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang diterima. Oleh sebab itu “tahu” ini adalah merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah.

2) Memahami (*comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan menjelaskan secara benar tentang obyek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar.

3) Aplikasi (*application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi yang 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 kemampuan seseorang untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam satu struktur organisasi dan masih ada kaitannya satu sama lain.

5) Sintesis (*synthesis*)

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

6) Evaluasi (*evaluation*)

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

c. Cara Memperoleh Pengetahuan

Ada dua hal cara untuk memperoleh pengetahuan yaitu cara kuno dan cara modern. Menurut Najma (2017) dalam Zulmiyetri (2020). Cara memperoleh pengetahuan sebagai berikut:

1) Cara kuno untuk memperoleh pengetahuan

a) Cara coba salah (*trial and error*)

Cara ini telah dipakai orang sebelum kebudayaan, bahkan mungkin sebelum adanya peradaban. Cara coba salah ini dilakukan dengan menggunakan kemungkinan dalam memecahkan masalah dan apabila kemungkinan itu tidak berhasil maka dicoba. Kemungkinan yang lain sampai masalah tersebut dapat dipecahkan.

b) Cara kekuasaan atau otoritas

Cara ini pengetahuan diperoleh dari orang yang mempunyai otoritas, tanpa menguji terlebih dahulu atau membuktikan kebenarannya baik berdasarkan fakta empiris maupun penalaran sendiri. Sumber pengetahuan cara ini dapat berupa pemimpin-pemimpin masyarakat baik formal atau informal, ahli agama, pemegang pemerintah, dan berbagai prinsip orang lain yang menerima mempunyai yang dikemukakan oleh orang yang mempunyai otoritas.

c) Pengalaman pribadi

Pengalaman pribadi digunakan sebagai upaya dalam memperoleh pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang pernah diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi masa lalu.

2) Cara modern dalam memperoleh pengetahuan

Cara ini disebut metode penelitian ilmiah atau lebih populer atau disebut metodologi penelitian. Cara ini mula-mula dikembangkan oleh Francis Bacon (1561-1626), kemudian dikembangkan oleh Deobold Van Daven. Akhirnya lahir suatu cara untuk melakukan penelitian yang dewasa ini kita kenal dengan penelitian ilmiah.

d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan. Menurut Wawan dan Dewi (2011) yang dikutip Widiyaningsih (2020) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang tentang suatu hal adalah:

1) Faktor Internal

a) 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. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka makin mudah dalam menerima informasi, sehingga banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Sebaliknya pendidikan yang kurang akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai-nilai yang baru dikenal.

b) Pekerjaan

Pekerjaan adalah serangkaian tugas atau kegiatan yang harus dilaksanakan atau diselesaikan oleh seseorang dengan jabatan atau profesi masing-masing. Bekerja merupakan kegiatan mencari nafkah untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarga yang dilakukan berulang dan banyak tantangan dan umumnya menyita waktu. Status pekerjaan yang rendah, sering mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Pekerjaan biasanya sebagai simbol status sosial di masyarakat.

c) Umur

Umur adalah umur individu yang terhitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan bekerja. Dari segi kepercayaan masyarakat seseorang yang lebih dewasa dipercayai dari orang yang belum tinggi kedewasaannya. Hal ini akan sebagai dari pengalaman dan kematangan jiwanya.

2) Faktor Eksternal

a) Faktor Lingkungan

Lingkungan merupakan seluruh kondisi yang ada di sekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok. Lingkungan adalah input ke dalam diri seseorang sehingga sistem adaptif yang melibatkan baik

faktor internal maupun faktor eksternal. Seseorang yang hidup dalam lingkungan yang berpikiran luas maka pengetahuannya akan lebih baik daripada orang yang hidup di lingkungan yang berpikiran sempit. Lingkungan merupakan kondisi yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok.

b) Sosial Budaya

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

e. Cara Mengukur Pengetahuan

Menurut Arikunto (2013), pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau kuesioner yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden. Cara mengukur tingkat pengetahuan dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan, kemudian dilakukan penilaian yaitu nilai 1 untuk jawaban benar dan nilai 0 untuk jawaban salah. Berdasarkan skala dan rasio maka rentang skor pengetahuan yaitu 0 sampai 100. Data kemudian dilakukan distribusi frekuensi dengan menghitung presentase melalui rumus berikut:

$$\frac{\text{Jumlah Jawaban Benar}}{\text{Jumlah Total Skor}} \times 100$$

Jumlah Total Skor

Hasil pengolahan data dengan menggunakan rumus di atas kemudian diinterpretasikan dengan menggunakan kategori penilaian pengetahuan (Arikunto, 2013):

1) Baik : dengan presentase 76% - 100%

2) Cukup : dengan presentase 56% - 75%

3) Kurang : dengan presentase 0 - 55%

2.1.2 Sikap

a. Pengertian Sikap

Menurut Allport dalam Suwarni & Bustan (2017) sikap adalah kecenderungan seseorang dalam bereaksi terhadap suatu objek yang baik dan objek yang tidak baik. Menurut Secord dan Backman dalam Naja et al., (2017) sikap adalah keteraturan pada perasaan (afeksi), pemikiran (kognisi) dan tindakan atau perilaku (konasi) seseorang berdasarkan aspek lingkungan sekitar.

Sikap (*attitude*) adalah evaluasi positif, negatif, ambivalen individu terhadap objek, peristiwa, orang atau ide tertentu. Sikap merupakan perasaan, keyakinan, dan kecenderungan perilaku yang relatif menetap (Nurlaela, 2014). Sikap didefinisikan oleh Psikologi Sosial sebagai evaluasi positif atau negatif dari reaksi terhadap objek, orang, situasi, atau aspek lain dan memungkinkan kita untuk memprediksi atau mengubah perilaku masyarakat (Palupi & Sawitri, 2017).

Berdasarkan definisi-definisi di atas menunjukkan bahwa sikap adalah reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Dari beberapa pengertian yang ada, sikap merupakan perasaan, pikiran atau reaksi terhadap objek tertentu untuk menentukan efek positif maupun efek negatif.

b. Komponen Sikap

Menurut Azwar (2005) dalam Suwarni & Bustan (2017) sikap terdiri atas 3 komponen yang saling berkaitan. Komponen tersebut yaitu:

1) Komponen kognitif

Komponen kognitif memiliki kaitan dengan pengetahuan, pandangan dan kepercayaan. Komponen ini dapat mempengaruhi pandangan mengenai objek sehingga dapat mempengaruhi persepsi seseorang terhadap objek tersebut. Komponen kognitif berisi keyakinan stereotip yang dimiliki individu tentang sesuatu yang dapat dianggap manipulatif (pendapat), terutama ketika menyangkut pertanyaan atau masalah kontroversial.

2) Komponen afektif

Komponen afektif melibatkan perasaan atau emosi. Reaksi emosional kita terhadap suatu objek akan membentuk sikap positif atau negatif terhadap objek tersebut. Reaksi emosional ini banyak ditentukan oleh kepercayaan terhadap suatu objek, yakni kepercayaan suatu objek baik atau tidak baik, bermanfaat atau tidak bermanfaat.

3) Komponen konatif

Komponen konatif memiliki kaitan dengan kecenderungan seseorang dalam bertindak maupun bereaksi terhadap objek sehingga komponen ini dapat mempengaruhi perilaku seseorang.

c. Pembagian Sikap

1) Sikap positif

Sikap yang menunjukkan atau memperlihatkan, menerima, mengakui, menyetujui, serta menerapkan aturan-aturan yang berlaku di tempat individu itu berada.

2) Sikap negatif

Sikap yang menunjukkan atau memperlihatkan penolakan atau ketidaksetujuan terhadap aturan yang berlaku di tempat individu itu berada (Diyan dan Asmuji, 2014).

d. Tingkatan Sikap

Sikap terdiri dari berbagai tingkatan (Soekidjo Notoatmojo, 1996:132) dalam buku Wawan dan Dewi (2018), yaitu:

1) Menerima (*receiving*)

Menerima diartikan bahwa orang (subjek) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan (obyek).

2) Merespon (*responding*)

Memberikan apabila ditanya, mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan adalah suatu indikasi sikap karena dengan suatu usaha untuk menjawab pertanyaan atau mengerjakan tugas yang diberikan, terlepas dari pekerjaan itu benar atau salah, berarti bahwa orang itu menerima ide tersebut.

3) Menghargai (*valuing*)

Mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah adalah suatu indikasi sikap tingkat tiga, misalnya seorang ibu mengajak ibu yang lain (tetangga, saudara, dsb) untuk mengerjakan atau mendiskusikan tentang gizi, adalah suatu bukti bahwa si ibu telah mempunyai sikap positif terhadap gizi anak.

4) Bertanggung jawab (*responsible*)

Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala resiko merupakan sikap yang paling tinggi. Misalnya seorang ibu mau menjadi akseptor KB, meskipun mendapatkan tantangan dari mertua atau orang tuanya sendiri.

e. Ciri-ciri Sikap

Ciri-ciri sikap menurut Heri Purwanto dalam buku Wawan dan Dewi (2018) adalah:

- 1) Sikap bukan dibawa sejak lahir melainkan dibentuk atau dipelajari sepanjang perkembangan itu dalam hubungan dengan objeknya. Sifat ini membedakannya dengan sifat motif-motif biogenis seperti lapar, haus, kebutuhan akan istirahat, dll.
- 2) Sikap dapat berubah-ubah karena itu sikap dapat dipelajari dan sikap dapat berubah pada orang-orang bila terdapat keadaan-keadaan dan syarat-syarat tertentu yang mempermudah sikap pada orang itu.
- 3) Sikap tidak berdiri sendiri, tetapi senantiasa mempunyai hubungan tertentu terhadap suatu objek dengan kata lain sikap itu terbentuk,

dipelajari, atau berubah senantiasa berkenaan dengan suatu objek tertentu yang dapat dirumuskan dengan jelas.

- 4) Objek sikap itu merupakan suatu hal tertentu tetapi dapat juga merupakan kumpulan dari hal-hal tersebut.
- 5) Sikap mempunyai segi-segi motivasi dan segi-segi perasaan, sifat alamiah yang membedakan sikap dan kecakapan-kecakapan atau pengetahuan-pengetahuan yang dimiliki orang.

f. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Sikap

Menurut Azwar (2021) menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap. Faktor-faktor tersebut adalah:

1) Pengalaman pribadi

Untuk dapat menjadi dasar pembentukan sikap, pengalaman pribadi haruslah meninggalkan kesan yang kuat. Sikap akan lebih mudah terbentuk apabila pengalaman pribadi tersebut terjadi dalam situasi yang melibatkan faktor emosional.

2) Pengaruh orang lain yang dianggap penting

Pada umumnya, individu cenderung untuk memiliki sikap yang konformis atau searah dengan sikap orang yang dianggap penting. Kecenderungan ini antara lain dimotivasi oleh keinginan untuk berafiliasi dan keinginan untuk menghindari konflik dengan orang yang dianggap penting tersebut.

3) Pengaruh kebudayaan

Tanpa disadari kebudayaan telah menanamkan garis pengarah sikap kita terhadap berbagai masalah. Kebudayaan telah mewarnai sikap anggota masyarakatnya, karena kebudayaanlah yang memberi corak pengalaman individu-individu masyarakat asuhannya.

4) Media massa

Dalam pemberitaan surat kabar maupun radio atau media komunikasi lainnya, berita yang seharusnya faktual disampaikan secara objektif cenderung dipengaruhi oleh sikap penulisnya, akibatnya berpengaruh terhadap sikap konsumennya.

5) Lembaga Pendidikan dan Lembaga Agama

Konsep moral dan ajaran dari lembaga pendidikan dan lembaga agama sangat menentukan sistem kepercayaan sehingga tidak mengherankan apabila pada gilirannya konsep tersebut mempengaruhi sikap.

6) Faktor emosional

Suatu bentuk sikap merupakan pernyataan yang didasari emosi yang berfungsi sebagai semacam penyaluran frustrasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego.

g. Pengukuran Sikap

Pada umumnya pengukuran sikap dibagi dalam tiga acara, yaitu wawancara, observasi, dan kuesioner. Setiap cara memiliki keuntungan

dan keterbatasan sehingga peneliti perlu mempertimbangkan cara yang sesuai dengan tujuan penelitian sikap (Gayatri, 2014)

- 1) Wawancara langsung dilakukan dengan menggunakan daftar pertanyaan yang ditanyakan langsung kepada responden. Kelemahan metode ini adalah responden seringkali merasa ragu-ragu untuk menjawab pertanyaan yang diajukan sehingga hasil wawancara yang diperoleh tidak sesuai dengan kenyatannya.
- 2) Observasi langsung dilakukan melalui pengamatan langsung tingkah laku individu terhadap suatu objek sikap. Secara umum, metode ini sulit dilakukan karena adanya kecenderungan untuk memanipulasi tingkah laku yang terlihat apabila responden mengetahui bahwa dirinya sedang diamati. Selain itu, peneliti juga akan merasa kesulitan untuk menafsirkan sikap responden berdasarkan perilaku yang tampak.
- 3) Kuesioner sikap digunakan dengan mengukur nilai tertentu dalam objek sikap di setiap pernyataan. Setiap responden mengisi langsung tingkat kesetujuan atau ketidaksetujuan terhadap pernyataan yang dibuat.

h. Cara Pengukuran Sikap

Salah satu aspek yang sangat penting guna untuk memahami sikap dan perilaku manusia adalah masalah pengungkapan (*assessment*) dan pengukuran (Azwar, 2021). Ada berbagai cara untuk melakukan pengukuran sikap, yaitu:

1) Skala Likert (*method of summated ratings*)

Menurut Likert dalam buku Azwar (2021), sikap dapat diukur menggunakan metode rating yang dijumlahkan. Skala ini digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi seseorang tentang gejala atau masalah yang ada di masyarakat atau yang dialaminya. Beberapa bentuk jawaban pertanyaan atau pernyataan yang masuk dalam kategori Likert adalah sebagai berikut:

Pernyataan <i>Favorable</i>		Pernyataan <i>Unfavorable</i>	
Sangat setuju (SS)	: 4	Sangat setuju (SS)	: 1
Setuju (S)	: 3	Setuju (S)	: 2
Tidak setuju (TS)	: 2	Tidak setuju (TS)	: 3
Sangat tidak setuju (STS): 1		Sangat tidak setuju (STS)	: 4

Variabel sikap diinterpretasikan menggunakan skor standar, yaitu skor T. Rumus yang digunakan adalah:

$$T = 50 + 10 \frac{(x - \bar{x})}{s}$$

Keterangan:

T	: nilai responden
x	: skor responden
\bar{x}	: mean skor kelompok
s	: standar deviasi

Menentukan kategori *Favorable* (baik/positif/mendukung) dan *Unfavorable* (tidak baik/negatif/tidak mendukung) maka dicari nilai median T, bila:

1. Skor $T \geq Mean$: Maka sikap responden dianggap *favorable* (baik/positif/mendukung).
2. Skor $T < Mean$: Maka sikap responden dianggap *unfavorable* (tidak baik/negatif/tidak mendukung).

Data yang terkumpul akan dianalisis secara deskriptif, dilakukan perhitungan jumlah presentase masing-masing variabel yang diteliti, kemudian hasil dari analisis data tersebut disajikan kedalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

2) Skala Guttman

Skala pengukuran pada tipe ini akan didapatkan jawaban yang tegas, yaitu ya atau tidak, benar atau salah, pernah atau tidak, positif atau negatif, dan lain-lain. Data yang diperoleh dapat berupa data interval atau rasio dikhotami (dua alternatif). Skala guttman ini pada umumnya dibuat seperti *checklist* dengan interpretasi penilaian, apabila skor benar nilainya 1 dan apabila salah nilainya 0 dan analisisnya dapat dilakukan seperti skala likert.

3) Skala Inkeles

Skala inkeles merupakan sejenis kuesioner tertutup, seperti tes prestasi belajar bentuk pilihan ganda. Model ini mirip dengan model yang dikemukakan oleh Thurstone, tetapi hanya terdiri dari tiga

alternatif jawaban, karena diharapkan bahwa responden lebih cermat dalam menentukan pilihan.

2.1.3 ASI (Air Susu Ibu)

a. Pengertian ASI

Air Susu Ibu (ASI) adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam – garam organik yang disekresi oleh kedua belah kelenjar payudara ibu, sebagai makanan utama bagi bayi (Endang & Elisabeth, 2015). Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan yang disekresikan oleh kelenjar payudara ibu berupa makanan alamiah atau susu terbaik bernutrisi dan berenergi tinggi yang diproduksi sejak masa kehamilan (Wiji, 2014).

Menurut Hanindita (2021) Air Susu Ibu (ASI) adalah fondasi nutrisi untuk kelangsungan hidup, pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal, serta kesehatan ibu. ASI mengandung semua zat gizi yang diperlukan bayi di enam bulan pertama, termasuk karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan air. ASI kaya akan zat gizi yang diperlukan oleh bayi dan tidak dapat sepenuhnya ditiru oleh susu formula, serta mudah diserap dan digunakan dengan efisien oleh tubuh bayi. Kandungan ASI berubah seiring waktu untuk memenuhi perubahan kebutuhan bayi yang sedang bertumbuh. Inilah salah satu yang membedakan ASI dengan susu formula.

b. Pengertian Menyusui

Menyusui adalah kegiatan alamiah memberikan ASI kepada bayi atau balita dari payudara ibu. Menyusui tidak semudah apa yang kita lihat

dan memerlukan latihan terutama bagi para ibu muda yang baru pertama kali melahirkan anak. Untuk belajar bagaimana cara memegang dan menyangga bayi, seorang ibu menyusui harus berada pada posisi yang nyaman, membutuhkan waktu, koordinasi serta kesabaran (Yanti, dkk, 2019).

Menurut Yanti, dkk (2019) menyusui merupakan cara yang ideal bagi ibu untuk memberikan kasih sayang pada anaknya dan cara terbaik memenuhi gizi bayi dengan keterampilan menyusui yang benar. Menyusui adalah cara yang optimal dalam memberikan nutrisi dan mengasuh bayi, dan dengan penambahan makanan pelengkap pada paruh kedua tahun pertama, kebutuhan nutrisi, imunologi, dan psikososial dapat terpenuhi hingga tahun kedua dan tahun-tahun berikutnya (Endang & Elisabeth, 2015).

c. Manfaat Memberi ASI bagi Bayi

Berikut ini adalah manfaat yang akan diperoleh apabila memberi ASI pada bayi (Sutanto, 2018):

1) Membantu perkembangan bayi menjadi baik

Bayi yang mendapatkan ASI akan memiliki tumbuh kembang yang baik. Hal ini dapat dilihat dari kenaikan berat badan bayi dan kecerdasan otaknya.

2) Mengandung antibodi mekanisme pembentukan antibodi pada bayi

Apabila ibu mengalami infeksi maka tubuh ibu akan membentuk antibodi dan akan disalurkan dengan bantuan jaringan

limposit. Antibodi di payudara disebut *Mammae Associated Immunocompetent Lymphoid Tissue* (MALT). Kekebalan terhadap penyakit saluran pernapasan yang ditransfer disebut *Bronchus Associated Immunocompetent Lymphoid Tissue* (BALT) dan untuk penyakit saluran pencernaan ditransfer melalui *Gut Associated Immunocompetent Lymphoid Tissue* (GALT). ASI juga mengandung antibodi terhadap bakteri *E. Coli* dalam konsentrasi yang tinggi, sehingga jumlah bakteri *E. Coli* dalam tinja bayi akan rendah.

3) ASI mengandung komposisi tepat

Komposisi yang tepat yaitu dari berbagai bahan makanan yang baik untuk bayi terdiri dari proporsi yang seimbang dan cukup kuantitas semua zat gizi yang diperlukan untuk kehidupan 6 bulan pertama. ASI mengandung laktosa yang lebih tinggi dibandingkan dengan susu buatan. Di dalam usus laktosa akan difermentasi menjadi asam laktat yang bermanfaat untuk:

1. Menghambat pertumbuhan bakteri yang bersifat patogen.
2. Merangsang pertumbuhan mikroorganisme yang dapat menghasilkan asam organik dan mensintesa beberapa jenis vitamin.
3. Memudahkan terjadinya pengendapan *calcium-cassienat*.
4. Memudahkan penyerahan berbagai jenis mineral, seperti calcium, magnesium.

4) Mengurangi kejadian karies dentis

Insiden karies dentis pada bayi yang mendapat susu formula jauh lebih tinggi dibandingkan dengan bayi yang mendapat ASI. Kebiasaan menyusu dengan botol atau dot terutama pada waktu akan tidur menyebabkan gigi lebih lama kontak dengan susu formula sehingga gigi menjadi lebih asam yang dapat merusak gigi.

5) Memberi rasa nyaman dan aman pada bayi (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.

6) Terhindar dari alergi

ASI tidak mengandung *beta-lactoglobulin* yang dapat menyebabkan alergi pada bayi. Pada bayi baru lahir sistem IgE belum sempurna. Pemberian susu formula akan merangsang aktivitas sistem ini dan dapat menimbulkan alergi.

7) ASI meningkatkan kecerdasan bagi bayi

Lemak pada ASI adalah lemak tak jenuh yang mengandung omega 3 untuk pematangan sel-sel otak. Efeknya, jaringan otak bayi yang mendapat ASI eksklusif akan tumbuh optimal dan terbebas dari rangsangan kejang sehingga menjadikan anak lebih cerdas.

8) Membantu perkembangan rahang dan merangsang pertumbuhan gigi

Manfaat pemberian ASI yang lainnya adalah membantu perkembangan rahang dan merangsang pertumbuhan gigi karena gerakan menghisap mulut bayi pada payudara.

d. Manfaat Memberi ASI bagi Ibu

Berikut ini adalah manfaat yang akan diperoleh apabila memberi ASI pada bayi (Maritalia, 2014):

1) Aspek Kontrasepsi

Hisapan mulut bayi pada puting susu merangsang ujung saraf sensorik, sehingga *post anterior hipofise* mengeluarkan prolaktin. Prolaktin masuk ke indung telur, menekan produksi estrogen akibatnya tidak ada ovulasi. Pemberian ASI memberikan 98% metode kontrasepsi yang efisien selama 6 bulan pertama sesudah kelahiran bila diberikan hanya ASI saja (eksklusif) dan belum terjadi menstruasi kembali.

2) Aspek Kesehatan Ibu

Hisapan bayi pada payudara akan merangsang terbentuknya oksitosin oleh kelenjar hipofisis. Oksitosin membantu involusi uterus dan mencegah terjadinya perdarahan pasca persalinan. Penundaan haid dan berkurangnya perdarahan pasca persalinan mengurangi prevalensi anemia defisiensi besi. Selain itu, menyusui membuat rahim ibu akan berkontraksi yang dapat menyebabkan pengembalian ke ukuran sebelum hamil bahkan dapat mempercepat berhentinya pendarahan *postpartum*.

3) Aspek Psikologis

Ibu akan merasa bangga dan diperlukan, rasa yang dibutuhkan oleh semua manusia. Memberi rasa kebanggaan bagi ibu karena dapat memberikan “kehidupan” kepada bayinya. Hubungan yang lebih erat antara ibu dan anak baik secara psikis karena terjadi kontak kulit.

4) Manfaat memberi ASI bagi keluarga

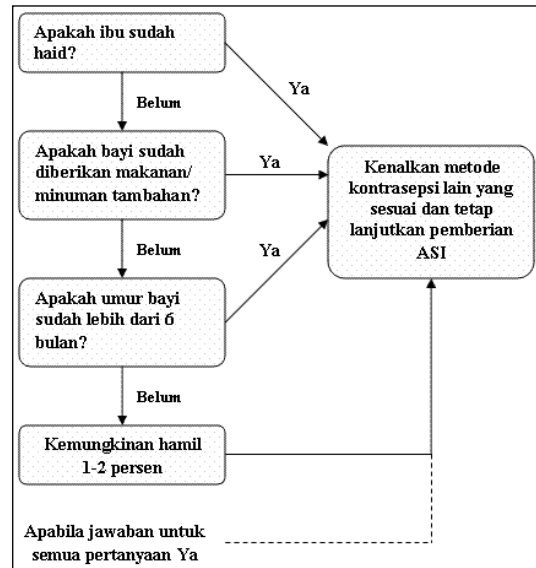
Manfaat ASI dilihat dari aspek ekonomi yaitu ASI tidak perlu dibeli, mudah dan praktis. Manfaat ASI ditinjau dari aspek psikologis adalah dengan memberikan ASI maka kebahagiaan keluarga menjadi bertambah, kelahiran jarang, kejiwaan ibu baik dan tercipta kedekatan antara ibu bayi dan anggota keluarga.

2.1.4 Metode Amenore Laktasi (MAL)

a. Pengertian Metode Amenore Laktasi (MAL)

Metode Amenorea Laktasi (MAL) atau *Lactational Amenorrhea Method* adalah jenis kontrasepsi yang mengandalkan pemberian air susu ibu (ASI) secara eksklusif, artinya hanya diberikan ASI saja tanpa tambahan makanan dan minuman apapun lainnya (Saifuddin, 2021). Menurut Proverawati, dkk (2016). Metode Amenorea Laktasi khusus digunakan untuk menunda kehamilan selama enam bulan setelah melahirkan dengan memberikan ASI eksklusif. Kontrasepsi MAL dapat digunakan sebagai metode Keluarga Berencana Alamiah (KBA) atau *natural family planning* apabila tidak dikombinasikan dengan metode kontrasepsi lain (Endang & Elisabeth, 2015). Berikut adalah langkah-

langkah dalam menggunakan kontrasepsi Metode Amenorea Laktasi (MAL) (Saifuddin, 2021):



Gambar 2. 1 Alogaritma Kontrasepsi MAL

(Sumber: <https://lusa.afkar.id/metode-amenorea-laktasi-mal-atau-lactational-amenorrhoea-method-lam>)

Dalam algoritma tersebut, ibu pasca persalinan ditanya “Apakah pernah mengalami haid setelah persalinan?” Bila jawaban “Ya”, maka ibu disarankan untuk menggunakan metode kontrasepsi lain. Bila jawaban “Belum”, kemudian ibu ditanya “Apakah bayi sudah diberikan makanan/minuman tambahan?” Bila jawaban “Ya”, maka ibu disarankan untuk menggunakan metode kontrasepsi lain. Bila jawaban “Belum”, kemudian ibu ditanya “Apakah umur bayi sudah lebih dari 6 bulan?” Bila jawaban “Ya”, maka ibu disarankan untuk menggunakan metode kontrasepsi lain. Bila jawaban “Belum”, maka kemungkinan ibu tersebut untuk mengalami kehamilan adalah 1-2%.

b. Cara kerja Metode Amenore Laktasi (MAL)

Cara kerja dari MAL adalah menunda atau menekan terjadinya ovulasi. Pada saat menyusui, hormon yang berperan adalah prolaktin dan oksitosin. Semakin sering menyusui, maka kadar prolaktin dan hormon gonadotrophin melepaskan hormon penghambat (inhibitor). Hormon penghambat akan mengurangi kadar estrogen, sehingga tidak terjadi ovulasi (Marmi, 2016).

Proses menyusui dapat menjadi metode kontrasepsi alami karena hisapan bayi pada puting susu dan aerola akan merangsang puting susu dan areola mammae, karena ujung-ujung saraf sensorik yang berfungsi sebagai reseptor mekanik. Rangsangan ini dilanjutkan ke hipotalamus melalui medulla spinalis hipotalamus dan akan menekan pengeluaran faktor penghambat sekresi prolaktin dan sebaliknya merangsang pengeluaran faktor pemicu sekresi prolaktin. Faktor pemicu sekresi prolaktin akan merangsang hipofise anterior sehingga keluar prolaktin. Hormon ini merangsang sel-sel alveoli yang berfungsi untuk membuat air susu ibu (Maritalia, 2014).

Bersamaan dengan pembentukan prolaktin oleh hipofise anterior, rangsangan yang berasal dari hisapan bayi dilanjutkan ke hipofise posterior yang kemudian dikeluarkan oleh oksitosin. Melalui aliran darah, hormon ini menuju uterus sehingga menimbulkan kontraksi. Kontraksi dari sel akan memeras air susu yang telah diproduksi keluar dari alveoli

dan masuk ke sistem duktus dan selanjutnya mengalir menuju duktus laktiferus masuk ke mulut bayi (Maritalia, 2014).

c. Efektifitas Metode Amenore Laktasi (MAL)

Apabila dilakukan dengan tepat, Metode Amenore Laktasi (MAL) tergolong efektif layaknya alat kontrasepsi hormonal, seperti pil KB dan suntik KB (Maritalia, 2014). Efektifitas kontrasepsi MAL ini cukup tinggi, yaitu mencapai 98% dalam mencegah kehamilan. Efektifitas kontrasepsi MAL dapat mencapai hingga 6 bulan apabila digunakan secara benar dan memenuhi persyaratan diantaranya adalah: digunakan selama enam bulan pertama setelah melahirkan, belum mendapat haid pasca melahirkan, dan menyusui secara eksklusif. Efektifitas dari metode ini juga sangat tergantung pada frekuensi dan intensitas menyusui (Saifuddin, 2021).

Menurut Konsensus Bellagio (1988) dalam Chomaria (2020), untuk mencapai keefektifan 98%, maka Metode Amenorea Laktasi harus memenuhi persyaratan sebagai berikut :

- 1) Ibu harus menyusui secara eksklusif
- 2) Bayi harus mengisap ASI dari puting susu ibu secara langsung
- 3) Aktivitas menyusui dimulai sejak 0,5-1 jam setelah bayi lahir
- 4) Kolostrum diberikan kepada bayi
- 5) Pola menyusui *on demand* (menyusui setiap saat bayi membutuhkan)
- 6) Bayi disusui sesering mungkin selama 24 jam termasuk saat malam hari
- 7) Hendaknya ibu menghindari jarak menyusui yang lebih dari 4 jam untuk menjarangkan kehamilan

- 8) Ketika ibu mengalami menstruasi lagi, berarti ibu sudah mengalami masa subur dan harus segera menggunakan metode lain untuk mencegah kehamilan

d. Keuntungan Metode Amenore Laktasi (MAL)

1) Keuntungan Kontrasepsi

Metode Amenorea Laktasi memiliki keuntungan efektifitas tinggi (keberhasilan 98% pada 6 bulan pertama setelah melahirkan), segera efektif, tidak mengganggu senggama, tidak ada efek samping secara sistemik, tidak perlu pengawasan medis, tidak perlu obat atau alat dan tanpa biaya (Saifuddin, 2021).

2) Keuntungan Non Kontrasepsi

Keuntungan untuk kesehatan bayi adalah mendapat antibodi perlindungan lewat ASI (kekebalan pasif), sumber asupan gizi terbaik dan sempurna untuk tumbuh kembang bayi yang optimal, dan terhindar dari keterpaparan terhadap kontaminasi dari air, susu formula, atau alat minum yang dipakai. Keuntungan bagi ibu adalah mengurangi pendarahan pasca persalinan, mengurangi risiko anemia, dan meningkatkan hubungan psikologik ibu dan bayi (Saifuddin, 2021).

e. Keterbatasan Metode Amenore Laktasi (MAL)

Menurut Arum & Sujiyanti (2014) keterbatasan Metode Amenore Laktasi yaitu :

- 1) Perlu persiapan sejak perawatan kehamilan agar segera menyusui dalam 30 menit pasca persalinan.

- 2) Tidak melindungi terhadap infeksi menular seksual termasuk virus hepatitis B/HBV dan HIV/AIDS.
- 3) Efektivitas tinggi hanya sampai kembalinya haid atau sampai dengan 6 bulan.

f. Yang Dapat Menggunakan Metode Amenore Laktasi (MAL)

- 1) Ibu yang menyusui secara eksklusif

Eksklusif berarti penuh atau hampir penuh selama 24 jam dalam sehari termasuk malam hari. Hindari jarak antara menyusui lebih dari 4 jam. Bayi harus menghisap payudara ibu secara langsung. Semakin sering bayi mengisap ASI maka produksi ASI di kedua payudara semakin banyak hingga dapat menekan ovulasi (Sutanto, 2018).

- 2) Bayinya berumur kurang dari 6 bulan

Jika bayi sudah berumur lebih dari 6 bulan maka kebutuhan akan MPASI meningkat dan frekuensi pemberian ASI akan berkurang (Hanindita, 2021).

- 3) Belum mendapatkan menstruasi setelah melahirkan

Menyusui merangsang sekresi prolaktin dan terdapat bukti bahwa prolaktin menghambat sekresi GnRH pada hipofise dan melawan efek gonadotropin pada ovarium. Ovulasi dihambat dan ovarium menjadi tidak aktif, sehingga pengeluaran estrogen dan progesterone memiliki kadar rendah. Jika ibu sudah mengalami menstruasi maka metode MAL tidak dapat digunakan lagi karena ovulasi dapat terjadi setelah menstruasi (Prawirohardjo, 2016).

g. Yang Tidak Dapat Menggunakan Metode Amenorea Laktasi (MAL)

Menurut Arum & Sujiyanti (2014) yang seharusnya tidak memakai kontrasepsi MAL adalah:

- 1) Sudah mendapat menstruasi setelah bersalin
- 2) Tidak menyusui secara eksklusif
- 3) Bayinya sudah berumur lebih dari 6 bulan
- 4) Ibu bekerja dan terpisah dari bayinya lebih lama dari 6 jam

h. Faktor yang mempengaruhi penggunaan kontrasepsi MAL

1) Faktor Internal

a) Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil tahu dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu (Notoatmodjo, 2012). Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Tingkat pengetahuan yang cukup tentang kontrasepsi merupakan dasar bagi pasangan suami istri sehingga diharapkan semakin banyak yang memilih metode MAL (Saifuddin, 2021).

b) Pendidikan

Tingkat Pendidikan sangat mempengaruhi bagaimana seseorang untuk bertindak dan mencari penyebab serta solusi dalam hidupnya. Orang yang berpendidikan lebih tinggi biasanya akan bertindak lebih rasional. Oleh karena itu orang yang berpendidikan akan lebih mudah menerima gagasan baru. (Zainuddin, 2012).

Pendidikan seseorang mempengaruhi perilaku sehari-hari, orang yang berpendidikan tinggi belum tentu menggunakan KB yang efektif.

c) Paritas

Jumlah anak mempengaruhi pemilihan kontrasepsi yang akan digunakan. Semakin banyak anak yang dimiliki maka akan semakin besar kecenderungan untuk menghentikan kesuburan sehingga lebih cenderung untuk memilih metode kontrasepsi jangka panjang (Supriadi, 2017)

d) Usia

Usia seseorang mempengaruhi jenis kontrasepsi yang dipilih. Akseptor KB berusia diatas 20 tahun memilih Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR) karena secara fisik kesehatan reproduksinya lebih matang dan memiliki tujuan yang berbeda dalam menggunakan kontrasepsi. Akseptor KB kurang dari 20 tahun lebih memilih Non AKDR karena usia tersebut merupakan masa menunda kehamilan sehingga memilih kontrasepsi selain AKDR yaitu pil, suntik, implan, dan kontrasepsi sederhana seperti MAL (Arum & Sujiyatini, 2014)

2) Faktor Pendukung

a) Dukungan suami

Suami yang mengerti tentang pentingnya dan manfaat keluarga berencana pastinya akan mendukung pasangannya untuk menggunakan alat kontrasepsi. Perempuan tidak memiliki

kekuasaan untuk membuat keputusan, salah satunya adalah sumber daya untuk menentukan dan mencari sendiri jasa pelayanan keluarga berencana, sehingga dukungan suami dalam pemilihan metode kontrasepsi untuk sebagian wanita sangat penting (Supriadi, 2017).

b) Kenyamanan seksual

Menurut Saifuddin (2021), penggunaan MAL tidak mengganggu hubungan seksual karena metode amenorea laktasi adalah jenis kontrasepsi alami yang mengandalkan pemberian ASI secara penuh tanpa tambahan makanan apapun.

c) Budaya

Penggunaan kontrasepsi MAL sangat terkait dengan budaya (adat istiadat), sebab alat kontrasepsi tersebut berkaitan dengan cara penggunaan dan kebiasaan menggunakan. Seseorang akan tertarik menggunakan kontrasepsi MAL apabila orang-orang di sekitarnya menggunakan alat kontrasepsi yang sama. Termasuk juga kebiasaan yang turun menurun, dari ibu ke anak, dan seterusnya (Niaga, 2018).

d) Pemberian Informasi

Salah satu faktor yang mempengaruhi pemilihan alat kontrasepsi adalah pemberian informasi. Informasi yang tepat tentang berbagai metode keluarga berencana akan membantu klien memilih kontrasepsi (Arum & Sujiyatini, 2014).

e) Sikap

Sikap merupakan suatu tanggapan atau reaksi ibu menyusui terhadap suatu Metode Amenore Laktasi dilaksanakan sehingga menimbulkan respon. Dengan kata lain sikap merupakan hasil dari stimulus yang diberikan. Adanya stimulus yang baik maka akan meningkatkan perilaku ke arah yang baik pula begitupun sebaliknya.

2.1.5 Hasil Penelitian Terdahulu

Tabel 2. 1 Hasil Penelitian Terdahulu

Nama Jurnal, Tahun Terbit, Nama Peneliti	Judul	Hasil Penelitian
Jurnal Kebidanan, 2017, Melyani, Elise Putri	Hubungan Pengetahuan dengan Sikap dalam Memilih Metode Amenore Laktasi pada Ibu Nifas di UPTD Puskesmas Kecamatan Pontianak Utara	Dari hasil penelitian dengan jumlah sampel sebanyak 34 orang responden yaitu ibu nifas yang bersalin di UPTD Puskesmas Kecamatan Pontianak Utara menunjukkan bahwa sebanyak 16 orang (47%) berpengetahuan kurang dan 7 orang (21%) berpengetahuan baik. Tentang Metode Amenorea Laktasi sebanyak 23 orang (74%) mempunyai sikap tidak memilih Metode Amenorea Laktasi. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap dalam memilih metode amenorea laktasi pada ibu nifas di UPTD Puskesmas Kecamatan Pontianak Utara tahun 2017.
Repository UNISM, 2013, Yulfi, Aprina Erliyanti	Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil dan Menyusui tentang Alat Metode Amenore Laktasi di Puskesmas Pelambuan Banjarmasin	Dari hasil penelitian, subjek yang diteliti adalah ibu hamil dan menyusui. Besar sampel yang digunakan 68 orang. Ibu hamil 33 orang dan ibu menyusui 35 orang. Diperoleh hasil pengetahuan responden (ibu hamil) yaitu kategori baik 1 orang (3%), cukup 11 orang (33,3%), kurang 21 orang (63,6%). Dan pengetahuan responden (ibu menyusui) yaitu kategori baik 3 orang (8,6%), cukup 9 orang (25,7%), dan kurang 23 orang (65,7%). Hal ini disebabkan karena beberapa faktor yaitu faktor informasi dan pengalaman dari masing-masing responden.
Jurnal Ilmiah Kesehatan, 2018, Sri Mulyani	Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Postpartum Terhadap Metode Konrasepsi MAL	Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 67 responden yang memiliki pengetahuan baik adalah 21 (31,3%), pengetahuan cukup adalah 30 (44,8%) dan pengetahuan kurang adalah 16 (23,9%). Responden dengan sikap baik adalah 39 (58,2%), responden 28 (41,4%) memiliki sikap negatif terhadap kontrasepsi MAL.

Terdapat perbedaan antara penelitian oleh Melyani dan Elise Putri dengan penelitian sekarang. Tujuan penelitian oleh Melyani dan Elise Putri adalah untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan sikap dalam memilih metode amenorea laktasi pada ibu nifas, sedangkan tujuan penelitian sekarang adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap ibu menyusui tentang KB alamiah MAL.

Sedangkan perbedaan antara penelitian oleh Yulfi dan Aprina Erliyanti dengan penelitian sekarang terletak pada pengambilan sampel. Pengambilan sampel dalam penelitian oleh Yulfi dan Aprina Erliyanti menggunakan cara *accidental sampling*, sedangkan teknik pengambilan sampel dalam penelitian sekarang adalah *total sampling*. Subjek yang diteliti dalam penelitian terdahulu adalah ibu hamil dan menyusui, sedangkan pada penelitian sekarang subjek yang diteliti adalah ibu menyusui.

Perbedaan antara penelitian oleh Sri Mulyani dengan penelitian sekarang terletak pada metode penelitiannya. Metode penelitian oleh Sri Mulyani adalah desain observasional analitik menggunakan pendekatan *cross sectional*, sedangkan dalam penelitian sekarang jenis metode penelitiannya adalah survei deskriptif.

