

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Pengetahuan

2.1.1 Pengertian

Pengetahuan juga disebut sebagai "umum justified true believe" (kepercayaan yang benar) dalam bahasa Inggris. Sedangkan pengetahuan umum yaitu sebagai "apa yang dipahami", sebagai akibat dari "kenal", "sadar", "insaf", "mengerti", dan "pandai". (Alam Fajar, 2023).

Firqan (2023) menyatakan bahwa pengetahuan dapat bersifat bertahan dalam pikiran seseorang, bahkan ketika tidak disadari secara penuh. Secara fundamental, pengetahuan terbentuk dari kumpulan fakta dan teori yang memungkinkan seseorang untuk menemukan solusi atas suatu masalah. Proses perolehan pengetahuan ini bisa bersumber dari pengalaman pribadi maupun interaksi dengan orang lain.

Pengetahuan manusia sebagian besar diperoleh dari hal-hal yang bisa dilihat dan didengar. Pengetahuan juga dapat diperoleh melalui kegiatan-kegiatan yang sesuai dengan kebutuhan masyarakat umum atau melalui saluran komunikasi seperti konsultasi, poster, dan lain sebagainya (Firman, 2023).

2.1.2 Tingkat Pengetahuan

1. Pengetahuan

Merupakan penguasaan terhadap ilmu yang diperoleh atau memang sebelumnya sudah ada. Pemahaman ambang batas ini melibatkan mengingat item tertentu dan seluruh ilmu yang sudah diperoleh atau memperoleh. Oleh karena itu, tahap ini merupakan ambang batas pemahaman yang rendah. Pengukuran mengacu pada tingkat pemahaman seseorang dalam mempelajari cara antara lain menyebutkan, mengatakan, mendefinisikan menyatakan, dan sebagainya.

2. Pemahaman

Pemahaman merujuk pada kemampuan seseorang untuk menginterpretasi dan mengartikan informasi secara efektif. Seseorang dianggap telah mencapai tahap ini jika mereka dapat menjelaskan, mengilustrasikan, dan bahkan memotivasi orang lain dengan materi yang mereka kuasai.

3. Penerapan

Penerapan adalah kemampuan untuk memanfaatkan pengetahuan yang dimiliki dalam berbagai konteks nyata. Ini mencakup penggunaan formula, prinsip, atau teori untuk memecahkan masalah atau situasi baru yang relevan.

4. Analisis

Analisis didefinisikan sebagai kemampuan seseorang dalam memecah suatu informasi kompleks menjadi bagian-bagian yang lebih kecil. Proses ini memungkinkan untuk mengidentifikasi dan memahami hubungan atau struktur antar elemen-elemen tersebut.

5. Sintesis

Sintesis adalah keterampilan kognitif di mana seseorang menggabungkan berbagai komponen atau ide menjadi satu kesatuan yang baru. Hasil dari proses ini adalah struktur atau konsep yang orisinal, yang berbeda dari teori aslinya

6. Evaluasi

Menurut Rahman (2020), evaluasi adalah kemampuan seseorang untuk menilai sesuatu berdasarkan standar atau kriteria yang telah ditetapkan. Tahap ini memungkinkan individu untuk membuat pertimbangan yang valid terhadap suatu objek atau informasi.

2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang yaitu:

1. Umur

Umur merujuk pada durasi hidup seseorang, yang diukur dalam satuan waktu sejak kelahirannya. Bertambahnya usia mencerminkan

kematangan aspek anatomi dan fisiologi seseorang. Semakin dewasa seseorang, umumnya tingkat kematangan dalam berpikirnya juga akan meningkat, yang pada akhirnya memengaruhi perolehan pengetahuan.

2. Pendidikan

Pendidikan adalah kegiatan yang bertujuan menumbuhkan dan mengembangkan kemampuan serta aspek-aspek diri individu, oleh karena itu dalam proses ini, umur individu (proses perbaikan diri) harus dipertimbangkan dan dikaitkan kedalam proses pembelajaran. Pendidikan adalah proses yang mengubah perilaku individu maupun kelompok untuk mematangkan manusia melalui kegiatan belajar dan pelatihan. Pendidikan memengaruhi cara seseorang berpikir, bertindak, dan membuat keputusan dalam hidup. Khususnya pada seorang ibu, tingkat pendidikan yang lebih tinggi akan meningkatkan pengetahuannya tentang kesehatan. Ini menunjukkan bahwa pendidikan berperan dalam memperluas wawasan dan memperkaya pengetahuan, terutama dibandingkan dengan mereka yang memiliki pendidikan lebih rendah.

3. Pekerjaan

Pekerjaan merupakan aspek yang dipelajari menjadi faktor penentu terhadap proses maupun hasil pembelajaran. Sebagai ilustrasi, belajar yang berorientasi pada pengetahuan, sikap, maupun keterampilan akan membentuk perbedaan dalam proses pembelajaran. Sementara itu, pekerjaan memiliki pengaruh terhadap kesibukan, status sosial ekonomi, serta peluang individu dalam mengakses pengetahuan. Jenis pekerjaan bisa memengaruhi cara seseorang belajar dan mendapatkan informasi. Umumnya, individu yang bekerja memiliki pola pikir yang lebih terbuka karena akses mereka terhadap informasi lebih luas. Ini juga berlaku bagi ibu: ibu yang memiliki pekerjaan di luar rumah cenderung memiliki kesempatan yang lebih baik untuk mendapatkan informasi, berbeda

dengan ibu rumah tangga yang waktu dan kesempatan belajarnya sering kali dibatasi oleh kesibukan harian.

4. Sumber informasi

Teknik yang meliputi pengumpulan, pengelolaan, penyimpanan, pemrosesan, dan penyebaran informasi memiliki tujuan tertentu. Informasi menjadi faktor yang memengaruhi pengetahuan seseorang; paparan informasi yang konsisten akan memperluas wawasan, sementara minimnya penerimaan informasi membuat pengetahuan tidak berkembang.

5. Lingkungan

Lingkungan memberikan pengaruh awal terhadap perkembangan individu. Melalui interaksi dengan lingkungannya, seseorang dapat menyerap perilaku yang baik maupun yang kurang baik, tergantung pada sifat kelompok tempat ia berada. Pola pikir individu pun terbentuk oleh pengaruh lingkungan tersebut.

6. Sosial budaya

Setiap individu memiliki kebudayaan yang terbentuk melalui interaksi dengan orang lain. Melalui interaksi tersebut, individu menjalani proses belajar dan memperoleh pengetahuan (Sari D.P, 2023).

2.1.4 Cara memperoleh pengetahuan

Ada beberapa metode atau cara memperoleh pengetahuan, yaitu :

1. Mencoba dan gagal (*trial and error*)

Salah satu tantangan dalam pendekatan kooperatif adalah dengan cara mencoba cara lain jika cara pertama gagal. Jika cara kedua gagal lagi maka perlu dilakukan percobaan lagi hingga hasilnya menunjukkan bahwa memang tepat.

2. Berdasarkan pengalaman pribadi

Pendekatan ini memanfaatkan pengalaman masa lalu untuk

mengatasi masalah yang serupa dengan cara mengulang kembali langkah-langkah yang berhasil. Sehingga solusi yang dihasilkan bisa digunakan oleh orang lain untuk menangani masalah yang identik.

3. Kekuasaan dan otoritas

Dalam konteks ini, pengetahuan didapatkan dari pengamatan atau pengetahuan tradisional yang biasanya dimiliki oleh tokoh masyarakat, seperti pemimpin agama, ulama, atau pihak pemerintah.

4. Melalui pikiran

Manusia menggunakan potensi intelektual alaminya untuk memperluas pengetahuan. Dengan demikian, kemampuan berpikir menjadi metode yang digunakan manusia dalam memahami ilmu pengetahuan (Hastuty, 2023).

2.1.5 Pengukuran Pengetahuan

Pengetahuan dapat dinilai melalui beragam metode, seperti wawancara atau kuesioner, yang dirancang untuk mengumpulkan data dari responden dan subjek penelitian. Seseorang mendapatkan perubahan perilaku dalam dirinya jika terjadi beberapa proses beruntun yaitu :

1. Kesadaran (awareness) Tahap ini dimulai ketika seseorang menyadari atau mengetahui keberadaan suatu rangsangan atau objek.
2. Merasa tertarik (interest) Subjek mulai menunjukkan ketertarikan terhadap stimulus atau objek tertentu, sehingga sikapnya mulai terbentuk.
3. Menimbang-nimbang (evaluation) Dalam tahap ini, subjek mengevaluasi dan menimbang keuntungan serta kerugian dari rangsangan yang diterima.
4. Uji Coba (Trial) Subjek mulai mempraktikkan perilaku baru yang dipengaruhi oleh stimulus, meskipun masih dalam tahap awal
5. Adaptasi (adoption) Pada tahap terakhir, subjek sepenuhnya menerapkan perilaku baru tersebut, yang sejalan dengan

pemahaman dan sikap mereka terhadap rangsangan yang ada (Hastuty, 2023).

2.2. Ibu Hamil

2.2.1 Pengertian

Kehamilan adalah kondisi di mana seorang wanita mengandung embrio atau janin di dalam rahim. Proses ini diawali dengan pembuahan sel telur (ovum) oleh sperma, yang menghasilkan zigot. Zigot kemudian akan menempel pada dinding rahim, sebuah proses yang dikenal sebagai implantasi.

Masa kehamilan umumnya berlangsung sekitar 40 minggu dan dibagi menjadi tiga periode, yaitu trimester:

1. Pertama (minggu 1-12): Pada trimester ini, organ-organ bayi mulai terbentuk dan berkembang. Ibu hamil mungkin mengalami rasa mual disertai muntah (morning sickness), tubuh mudah lelah, serta fluktuasi emosi
2. Kedua (minggu 13-28): Pada trimester ini, bayi mulai bergerak dan ibu hamil biasanya merasa lebih baik. Perut ibu hamil juga mulai membesar.
3. Ketiga (minggu 29-40): Pada trimester ini, bayi terus tumbuh dan berkembang. Ibu hamil mungkin merasa tidak nyaman karena perutnya semakin besar dan mengalami kesulitan tidur.

Selama kehamilan, ibu hamil perlu menjaga kesehatan diri dan bayinya dengan mengonsumsi makanan yang sehat dan bergizi, memastikan tubuh mendapatkan istirahat yang cukup dan rutin melakukan check-up kehamilan ke dokter atau bidan.

2.2.2 Perubahan pada Ibu Hamil

Selama kehamilan, tubuh wanita mengalami berbagai perubahan, baik secara fisik maupun hormonal. Perubahan ini berfungsi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin di dalam rahim. Beberapa perubahan yang umum terjadi pada ibu hamil, antara lain:

1. Perubahan fisik :
 - a. Perut membesar: Rahim yang berisi bayi yang sedang tumbuh akan

menyebabkan perut ibu hamil membesar.

- b. Penambahan berat badan: Ibu hamil biasanya akan mengalami kenaikan berat badan. Hal ini terjadi seiring dengan perkembangan janin dan perubahan fisik yang dialami tubuhnya.
 - c. Perubahan pada payudara: Payudara akan membesar sebagai persiapan untuk menyusui bayi setelah kelahiran.
 - d. Sering buang air kecil: Perubahan hormon dan pembesaran rahim bisa menyebabkan ibu hamil lebih sering buang air kecil.
 - e. Sembelit: Perubahan hormonal dapat mempengaruhi pencernaan dan menyebabkan sembelit pada ibu hamil.
 - f. Nyeri punggung: Pertumbuhan bayi dan perubahan postur tubuh dapat menyebabkan nyeri punggung pada ibu hamil.
2. Perubahan hormonal:
- a. Peningkatan hormon progesteron dan estrogen berfungsi untuk menjaga kehamilan dan mempersiapkan fisik ibu untuk proses persalinan serta menyusui.
 - b. Perubahan suasana hati: Perubahan hormonal dapat mempengaruhi suasana hati ibu hamil, menyebabkan perubahan emosi yang lebih.

2.2.3 Nutrisi untuk Ibu Hamil

Kecukupan dan keseimbangan nutrisi sangat penting bagi ibu hamil dan janinnya. Kebutuhan nutrisi ibu hamil lebih tinggi dibandingkan dengan wanita pada umumnya. Beberapa nutrisi vital yang diperlukan, termasuk vitamin dan mineral, sangat krusial untuk menjaga kesehatan ibu dan janin.

1. Asam folat berperan penting dalam mencegah terjadinya kelainan bawaan pada bayi, khususnya pada trimester awal kehamilan.
2. Zat besi dibutuhkan untuk mencegah anemia pada ibu hamil dan sekaligus berperan penting dalam pertumbuhan serta perkembangan janin.
3. Kalsium memiliki peran penting dalam pertumbuhan tulang dan gigi bayi serta membantu menjaga kesehatan tulang ibu selama kehamilan.
4. Protein berperan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi, serta

menjaga kesehatan jaringan tubuh ibu hamil.

5. Vitamin dan mineral penting untuk kesehatan ibu hamil dan bayi.

Ibu hamil dianjurkan mengonsumsi hidangan yang bervariasi serta mengandung gizi seimbang, misalnya buah-buahan, sayuran, sereal, protein tanpa lemak, dan produk susu rendah lemak. Selain itu, ibu hamil disarankan untuk memastikan asupan cairannya terpenuhi dengan meminum air putih dalam jumlah yang cukup.

2.2.4 Pemeriksaan Kehamilan

Pemeriksaan kehamilan secara rutin sangatlah krusial untuk memantau kondisi kesehatan ibu dan bayi, serta membantu mendeteksi masalah potensial pada kehamilan sejak dini. Selama pemeriksaan kehamilan, dokter atau bidan akan melakukan pemeriksaan fisik, pengukuran tekanan darah, pemeriksaan urin, dan USG untuk melihat perkembangan bayi.

Biasanya, kontrol kehamilan dilakukan setiap bulan selama dua trimester awal, meningkat menjadi dua minggu sekali pada trimester ketiga, dan menjadi mingguan mendekati persalinan.

2.3. Kolostrum

2.3.1 Pengertian

Kolostrum adalah cairan berwarna kekuningan dan kental seperti sirup yang dihasilkan oleh payudara ibu sebagai ASI pertama. Produksi kolostrum terjadi dari hari pertama hingga hari ketiga setelah bayi lahir. Banyak manfaat dari kolostrum salah satunya yaitu mengandung vitamin A yang sangat tinggi. Namun, kolostrum pertama seringkali diperah dan dibuang secara sengaja di berbagai daerah karena kurangnya pengetahuan atau karena kepercayaan di daerah tersebut (Barao, 2022).

Sebelum mengonsumsi ASI sebenarnya, bayi mengonsumsi kolostrum terlebih dahulu. Kolostrum kaya akan sel darah putih dan antibodi, lebih banyak daripada ASI matur. Kadar immunoglobulin A (IgA) yang tinggi berfungsi untuk melindungi saluran pencernaan bayi, menghalangi masuknya kuman, dan mengurangi risiko alergi makanan. Kolostrum akan terus

berkurang dan berganti menjadi ASI matur setelah 2 minggu melahirkan. Bayi dapat memperoleh kolostrum dalam satu jam pertama kelahirannya melalui Inisiasi Menyusu Dini (IMD) (Rangkuti, 2022).

2.3.2 Komposisi Gizi ASI

Air Susu Ibu (ASI) menyediakan semua nutrisi dasar yang dibutuhkan bayi selama enam bulan pertama kehidupannya, termasuk lemak, karbohidrat, protein, vitamin, mineral, dan air. ASI juga mengandung berbagai zat bioaktif yang berperan penting dalam meningkatkan sistem kekebalan tubuh bayi dan melindunginya dari infeksi.

Selain memberikan gizi yang sesuai dengan kebutuhan energi bayi, ASI juga mengandung banyak komponen bioaktif dan faktor imun seperti antibody, immunoglobulin, laktoferin, sel darah putih, faktor pertumbuhan, dan Human Milk Oligosaccharides (HMO). Komposisi ASI sangat kompleks karena terdapat sejumlah komponen yang sesuai kebutuhan gizi dasar bayi (Rangkuti, 2021). Berikut table yang menampilkan komposisi gizi pada berbagai jenis ASI.

Tabel 1. Komposisi Gizi Pada Berbagai Jenis ASI

Jenis Zat Gizi	Kolostrum	ASI Transisi	ASI Matur
Energi (Kkal)	56,0	67,0	69,0
Protein (gr)	2,0	1,5	1,3
Lemak (gr)	2,6	3,7	4,1
Karbohidrat (gr)	6,6	6,9	7,2
Kalsium (mg)	28,0	25,0	34,0
Fostfor (mg)	14,0	16,0	15,0
Zink (mg)	0,6	0,3	0,3
Vitamin B2 (mg)	0,03	0,03	0,03
Folat (mcg)	2,0	3,0	5,0
Vitamin C (mcg)	7,0	6,0	4,0
Vitamin A (mcg)	177,5	91,2	62,0

Sumber: (Mercy Joice Kaparang, 2024)

2.3.3 Perbandingan Gizi ASI dan Susu Formula

Susu formula dibuat dari susu sapi atau susu kedelai yang telah diubah komposisinya. Beberapa alasan mendorong seorang ibu untuk menggantikan ASI dengan susu formula untuk bayi. Alasan yang sering muncul adalah masalah medis, komplikasi selama kehamilan dan persalinan, faktor ibu bekerja dan persepsi ibu tentang kurangnya produksi ASI (Nurita, 2022).

Susu formula ada yang berasal dari susu sapi, susu kambing, maupun jenis susu lainnya. Pembuatan susu formula sudah berusaha sedemikian rupa untuk mirip ASI, namun kandungan susu formula tidak akan bisa menyamai gizi ASI. Susu sapi mengandung protein, lemak, dan mineral yang lebih tinggi. Kandungan protein pada susu sapi berkisar 1,8 hingga 2,0 gram per liter. Kandungan protein yang tinggi berakibat pada penambahan berat badan yang lebih cepat dan anak akan beresiko mengalami obesitas dikemudian hari (Nurnita, 2022).

Pemberian ASI lebih steril dibandingkan susu formula karena langsung diberikan kepada bayi tanpa proses persiapan yang beresiko terjadi kontaminasi. Maka dari itu pemberian ASI dapat mencegah bayi mengalami penyakit infeksi karena adanya kontaminasi (Nurnita, 2022).

2.3.4 Pembentukan Kolostrum

Produksi kolostrum dalam tubuh ibu biasanya dimulai sekitar trimester kedua kehamilan. Prolaktin, hormon yang dihasilkan oleh adenohipofisis, menstimulasi kelenjar payudara untuk menghasilkan kolostrum. Meskipun demikian, kolostrum umumnya tidak terlihat keluar hingga akhir masa kehamilan. Pada fase ini, meskipun kadar prolaktin meningkat, produksi kolostrum tetap terhalang oleh tingginya kadar estrogen dan progesteron. Pada trimester kedua, laktogen plasenta menjadi lebih aktif dalam sintesis kolostrum (Kaparang, 2023).

2.3.5 Refleks Yang Berperan Sebagai Pembentukan Dan Pengeluara Air Susu

Terdapat dua refleks yang memiliki peran dalam pembentukan serta pengeluaran ASI, yaitu:

1. Respon prolaktin

Meskipun prolaktin berperan dalam produksi kolostrum di akhir kehamilan, sintesisnya tetap terbatas. Hal ini disebabkan oleh tingginya kadar estrogen dan progesteron yang menghambat kerja prolaktin. Namun, setelah persalinan dan lepasnya plasenta, fungsi korpus luteum juga berkurang sehingga menyebabkan estrogen dan progesterone juga ikut menurun. Ketika bayi menghisap puting, ujung saraf sensorik akan terstimulasi dan mengirimkan sinyal ke hipotalamus. Kemudian hipotalamus menstimulasi pelepasan faktor pemicu meningkatkan sekresi prolaktin serta merangsang sel alveoli untuk memproduksi ASI.

Pada ibu yang menyusui, kadar prolaktin akan normal kembali sekitar tiga bulan setelah melahirkan. Kondisi ini mendukung kelanjutan produksi ASI sampai anak berhenti menyusui. Sebaliknya, bagi ibu yang tidak menyusui, kadar prolaktin akan kembali normal lebih cepat, yaitu pada minggu kedua atau ketiga setelah melahirkan.

2. Refleks ejeksi susu

Dalam waktu yang bersamaan dengan pembentukan prolaktin terdapat refleks let down berfungsi untuk memancarkan ASI keluar pada saat pengeluaran ASI. Ketika bayi menyusui kepada ibu refleks let down akan memberikan sinyal kepada uterus sehingga menimbulkan kontraksi uterus dan terjadi involusi uterus. Hisapan bayi akan memicu kontraksi sel-sel alveoli menjadi kenerahan sehingga menyebabkan air susu ibu keluar dari alveoli, kemudian mengalir ke saluran duktus, dan melewati duktus laktiferus hingga sampai ke mulut bayi (Maesarah., 2022).

2.3.6 Manfaat Kolostrum

1. Kolostrum berperan sebagai pencahar alami yang membantu bayi mengeluarkan mekonium dari usus. Pada proses ini kolostrum berperan membersihkan meconium sehingga mukosa usus bayi sudah siap untuk menerima ASI.
2. Kolostrum mengandung zat kekebalan yang melindungi bayi dari diare dan menetralkan zat asing yang masuk ke dalam tubuh.
3. Kolostrum mengandung zat kekebalan tubuh yang dapat melawan infeksi.
4. Kolostrum memiliki efek laksatif yang membantu mengeluarkan bilirubin berlebih dari tubuh bayi, sehingga mencegah penyakit kuning.
5. Kolostrum juga berperan dalam merangsang produksi ASI yang matang.
6. Kolostrum berfungsi untuk mencegah pertumbuhan mikroorganisme penyebab penyakit dalam tubuh bayi (Maesarah, 2022).

2.3.7 Aspek Kekebalan Tubuh Pada Kolostrum

Aspek kekebalan tubuh dalam kolostrum antara lain :

1. Immunoglobulin

Kolostrum memiliki kandungan antibodi yang mirip dengan yang ditemukan dalam darah ibu. Antibodi ini berfungsi untuk melindungi bayi dari virus dan bakteri yang pernah menginfeksi sang ibu. Salah satu antibodi utama dalam kolostrum adalah imunoglobulin A (IgA), yang diproduksi sistem imun untuk memberikan perlindungan. IgA sangat penting untuk imunitas mukosa, yaitu sistem kekebalan yang melindungi lapisan lendir di saluran pernapasan, pencernaan, dan reproduksi. IgA mencegah patogen menempel pada sel dan menyebabkan infeksi.

2. Laktoferin

Laktoferin adalah protein yang memiliki daya ikat kuat terhadap zat besi. Laktoferin bekerja sama dengan IgA untuk mengikat zat besi yang dibutuhkan oleh bakteri dan jamur, sehingga menghambat pertumbuhannya. Namun, efek protektif ini bisa hilang jika bayi diberi

makanan tambahan yang mengandung zat besi.

3. Lisosom

Lisosom, bersama dengan IgA, berperan sebagai agen antibakteri dan penghambat virus. Kandungan lisosom dalam kolostrum dan ASI lebih tinggi dibandingkan susu sapi.

4. Faktor antitripsin

Kolostrum mengandung faktor antitripsin yang menghambat aktivitas enzim tripsin di saluran usus bayi. Tripsin sendiri berfungsi untuk memecah protein, sehingga faktor ini melindungi protein penting dalam ASI dari degradasi dini.

5. Faktor bifidus

Faktor bifidus berfungsi mencegah pertumbuhan bakteri berbahaya seperti *Escherichia coli*. Unsur ini, yang hanya ada dalam kolostrum dan ASI, mendukung perkembangan Lactobacilli di usus bayi. Bakteri baik ini menggunakan gula yang mengandung nitrogen dari faktor bifidus untuk pertumbuhannya.

6. Lipase

Lipase adalah enzim yang bertugas memecah lemak menjadi gliserol dan asam lemak, yang membantu bayi mencerna dan menyerap nutrisi penting. Enzim ini sangat penting dalam proses pencernaan nutrisi dan bahkan juga dipakai sebagai obat untuk gangguan pencernaan.

Pemberian kolostrum sejak dini dan ASI secara berkelanjutan adalah cara utama melindungi bayi dari penyakit, mengingat sistem kekebalan tubuhnya baru terbentuk sempurna beberapa bulan setelah lahir. Faktor-faktor pelindung ini dapat ditemukan pada ASI matur dan kolostrum (Kaparang, 2023).

2.3.8 Upaya Memperbanyak ASI

Beberapa cara untuk meningkatkan produksi ASI meliputi:

- a. Salah satu cara untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan lebih sering menyusui bayi.
- b. Meningkatkan frekuensi menyusui atau pemerahan ASI. Apabila bayi

menolak menyusui karena merasa kenyang, ASI dapat diperah atau dipompa untuk mempertahankan produksi.

- c. Pastikan untuk menawarkan kedua payudara kepada bayi setiap kali menyusui.
- d. Berikan bayi waktu yang cukup untuk menghisap dari setiap sisi payudara.
- e. Ibu disarankan minum 8 hingga 10 gelas cairan setiap hari, bisa berupa air putih atau susu.
- f. Sangat disarankan agar ibu mengonsumsi makanan yang bernutrisi lengkap guna menunjang pertumbuhan dan perkembangan bayi, sekaligus menjaga kesehatan dirinya.
- g. Untuk mendukung produksi ASI dan menjaga kebugaran, ibu disarankan untuk mendapatkan waktu istirahat dan tidur yang cukup.
- h. Ibu menyusui sebaiknya menghindari makanan yang dapat menyebabkan kembung. Selain itu, perlu membatasi konsumsi makanan yang bersifat stimulan, seperti cabai, merica, jahe, kopi, dan alkohol, serta makanan yang tinggi kandungan gula dan lemak.
- i. Melakukan pijat oksitosin (Ningsih, 2022).

2.4. Bayi Baru Lahir

2.4.1 Pengertian

Bayi yang lahir normal adalah bayi yang dilahirkan antara minggu ke-37 hingga ke-40 kehamilan, dengan berat badan antara 2.500–4.000 gram. Bayi ini adalah individu yang baru saja mengalami proses kelahiran dan perlu menyesuaikan diri dari lingkungan rahim ke dunia luar.

Berdasarkan buku Asuhan Keperawatan Antenatal, Intranatal, dan Bayi Baru Lahir oleh Wagiyo (2019), beberapa ciri bayi baru lahir yang sehat dan normal, antara lain :

- a. Berat badan sekitar 2.500–4.000 gram.
- b. Panjang badan sekitar 48–52 cm.
- c. Lingkar kepala antara 33–35 cm.

- d. Lingkar dada sekitar 30–38 cm.
- e. Detak jantung berkisar 120–140 kali per menit.
- f. Frekuensi pernafasan 30 - 60x/menit
- g. Rambut lanugo sudah tidak terlihat
- h. Rambut kepala sudah muncul
- i. Kulit bayi baru lahir yang normal biasanya terlihat kemerahan dan halus. Kukunya panjang, tetapi tetap lunak.
- j. Bayi memiliki kuku yang panjang namun lembut.
- k. Refleks menghisap, menelan, dan menggenggam telah berkembang dengan baik.
- l. Mekonium, atau feses pertama bayi, umumnya dikeluarkan dalam 24 jam pertama setelah kelahiran. Keluarnya mekonium menandakan sistem pencernaan bayi telah berfungsi dengan baik.
- m. Menurut Hilmuhu & Djunai (2022), ciri-ciri bayi baru lahir termasuk skrotum yang sudah turun pada bayi laki-laki, dan labia mayora yang menutupi labia minora pada bayi perempuan (Hilmuhu & Djunai, 2022).

2.4.2 Dampak Bayi Yang Tidak Diberikan Kolostrum

1. Risiko Kematian pada Bayi Baru Lahir Meningkat

Inisiasi Menyusu Dini (IMD) dapat mengurangi risiko kematian neonatal hingga 22%. Ini penting karena dalam 28 hari pertama kehidupannya, bayi sangat membutuhkan asupan protein tinggi untuk metabolisme dan pertumbuhan yang optimal.

2. Produksi ASI Tidak Lancar

IMD berfungsi merangsang pelepasan hormon prolaktin dan oksitosin, yang krusial untuk produksi ASI. Jika pelepasan kedua hormon ini terganggu, produksi ASI akan bermasalah. Akibatnya, ibu kesulitan menyusui dan bayi berisiko kekurangan nutrisi yang diperlukan.

3. Bayi Rentan Terhadap Penyakit dan Kekebalan Tubuh Lemah

IMD sangat penting karena ASI awal yang keluar adalah

kolostrum. Bayi yang tidak menerima kolostrum memiliki risiko lebih besar terkena infeksi virus, karena kolostrum mengandung zat antibakteri yang melindungi saluran pencernaan bayi (Maesarah, 2022).

2.4.3 Faktor -faktor Yang Menyebabkan Ibu Tidak Memberikan Kolostrum Kepada Bayi Baru Lahir.

1. Pengetahuan

Pengetahuan adalah persepsi atau pemahaman seseorang terhadap suatu objek yang diperoleh melalui indra (seperti penglihatan, pendengaran, penciuman, dan perabaan).

Proses perolehan pengetahuan sangat dipengaruhi oleh tingkat fokus dan cara seseorang mempersepsikan suatu objek melalui indra mereka. Sebagian besar informasi yang kita terima berasal dari indra penglihatan dan pendengaran. Oleh karena itu, tingkat pemahaman seseorang terhadap suatu hal dapat berbeda-beda antara satu individu dengan yang lainnya.

Menurut Rahmi Ramadhani (2021), pengetahuan dapat diklasifikasikan ke dalam tiga tingkatan. Kategori ini ditentukan berdasarkan persentase jawaban benar dari subjek, yaitu:

- a. Baik: Seseorang dapat dikategorikan "baik" jika berhasil menjawab 76–100% pertanyaan dengan benar.
- b. Cukup: Kategori "cukup" diberikan jika persentase jawaban benar berada di kisaran 56–75%.
- c. Kurang: Seseorang dikategorikan "kurang" jika jawaban benarnya di bawah 55%.

2. Umur

Umur adalah usia individu dihitung mulai dari saat kelahiran hingga peringatan ulang tahunnya. Individu di atas usia 20 tahun

cenderung membuat keputusan yang lebih baik karena pemahaman mereka umumnya lebih matang dibandingkan dengan individu yang berusia di bawah 20 tahun. Rentang usia produktif, antara 21 hingga 35 tahun, dianggap sebagai waktu terbaik bagi seseorang untuk menyerap dan mengolah informasi dari lingkungan, dengan kemampuan mengingat yang masih kuat.

Menurut Rahmi (2021), setelah usia 35 tahun, kemampuan kognitif dan daya ingat seseorang mulai menurun akibat perubahan fungsi otak. Penurunan memori ini memengaruhi cara mereka menerima informasi, yang pada gilirannya dapat mengurangi pemahaman mereka terhadap pengetahuan baru, termasuk informasi dari lingkungan sekitar.

3. Paritas

Paritas mengacu pada total jumlah anak yang telah dilahirkan oleh seorang ibu, baik dalam keadaan hidup maupun meninggal. Pencatatan riwayat obstetrik penting untuk menentukan kebutuhan gizi ibu, mengingat bahwa kehamilan yang berulang dapat menguras cadangan nutrisi tubuh.

Ibu dengan paritas satu pada umumnya kurang percaya diri dan tidak yakin dalam mengambil keputusan tentang hal yang terbaik untuk dirinya atau keluarganya. Sehingga ibu mempunyai keinginan yang besar untuk mencari informasi, baik untuk dirinya maupun untuk anak. Paritas bisa mempengaruhi pengetahuan seseorang dimana pada paritas multipara dan grandemultipara cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik karena pengalaman pribadi daripada pengalaman orang lain yang memiliki paritas multipara (Ayu, 2022).

4. Pendidikan

Tingkat pendidikan memiliki korelasi kuat dengan berbagai faktor, seperti kondisi sosial, perilaku, dan demografi (misalnya, pendapatan, gaya hidup, dan status kesehatan). Pendidikan juga

memengaruhi cara individu memahami dan menafsirkan informasi, yang mempermudah mereka dalam menyerap pengetahuan dan pengalaman baru. Menurut Rahmi (2021), tingkat pendidikan ibu memiliki pengaruh terhadap pemberian kolostrum. Semakin tinggi tingkat pendidikan ibu, semakin rendah tingkat pemberian ASI segera setelah melahirkan. Di sisi lain, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin kuat pula motivasi mereka untuk menerapkan pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh. Menurut Rahmi (2021), pendidikan formal dibagi menjadi tiga tingkatan:

- a. Tingkat pendidikan tinggi: Individu yang setidaknya pernah menempuh pendidikan di perguruan tinggi.
- b. Tingkat pendidikan menengah: Lulusan setara SMP hingga SMA.
- c. Tingkat pendidikan rendah: Individu yang tidak menempuh pendidikan formal atau hanya lulusan SD.

5. Sikap

Ayu (2022) menjelaskan bahwa sikap adalah cara seseorang menanggapi suatu hal, yang mencakup penilaian (suka atau tidak suka), persetujuan, dan keputusan. Menurut Yefrida (1997), sikap terdiri dari tiga unsur utama, yaitu kognitif (kepercayaan), afektif (perasaan), dan konatif (tindakan). Dalam penelitiannya mengenai faktor yang memengaruhi pemberian ASI eksklusif, ia menemukan bahwa komponen kognitif (keyakinan) merupakan faktor paling dominan, dengan kontribusi sebesar 75,63%.

6. Persepsi

Persepsi dapat diartikan sebagai pengalaman seseorang dalam mengambil kesimpulan dan menafsirkan informasi tentang suatu objek, kejadian, atau hubungan. Ayu (2022) mendefinisikan persepsi sebagai proses mental di mana individu menata dan menafsirkan data dari indra untuk memahami dunia di sekitarnya. Proses ini mencakup penerimaan stimulus, interpretasi, serta pengorganisasian informasi

yang pada akhirnya membentuk perilaku dan sikap.

Perilaku pemberian kolostrum dipengaruhi oleh persepsi ibu terhadapnya. Temuan ini sejalan dengan survei Cahyaning, yang meneliti faktor-faktor terkait pemberian ASI pertama kali. Studi ini mengungkapkan bahwa persepsi merupakan faktor utama yang memengaruhi keputusan ibu dalam memberikan ASI segera setelah melahirkan. Faktor lain yang juga berperan mencakup usia, paritas, pendidikan, pekerjaan, saran dari tenaga kesehatan, berat badan bayi, tempat melahirkan, dan kurangnya kunjungan dari petugas kesehatan.

7. Dukungan sosial

Faktor lain yang memengaruhi praktek pemberian ASI adalah dukungan sosial. Bantuan dari keluarga dekat, seperti suami, orang tua, mertua, atau saudara, terbukti dapat meningkatkan praktik menyusui. Kehadiran dukungan sosial terbukti dapat meningkatkan praktik pemberian ASI. Sebaliknya, kurangnya informasi atau bimbingan tentang ASI dari keluarga dapat berdampak negatif pada sikap ibu selama proses menyusui. Selain keluarga, tenaga kesehatan seperti bidan juga memiliki dampak yang signifikan terhadap cara ibu menyusui bayinya (Ayu, 2022).

Studi tentang faktor-faktor yang terkait dengan praktik pemberian ASI eksklusif menunjukkan bahwa dukungan dari tenaga medis dan dorongan dari keluarga memiliki peran yang sangat penting.. Menurut Ayu (2022), faktor-faktor ini sangat memengaruhi keberhasilan ibu dalam memberikan ASI eksklusif, termasuk dalam pemberian kolostrum.

8. Sosial Budaya

Menurut Ayu (2022), budaya adalah implementasi norma-norma yang dipelajari dan dipraktikkan oleh suatu kelompok. Budaya terdiri dari pemikiran, panduan, dan perilaku individu. Nilai budaya adalah pola perilaku yang dianggap benar dan diterima

secara umum, yang dapat memengaruhi cara seseorang bertindak dan membuat keputusan.

Pengaruh sosial budaya juga terlihat pada cara keluarga merawat, yang seringkali dipenuhi dengan tradisi dan kepercayaan. Beberapa kebiasaan saat menyusui, seperti Memberikan makanan lain kepada bayi sebelum ASI keluar, atau membuang kolostrum dalam 2-3 hari pertama setelah melahirkan, adalah contoh praktik yang sering kali dipengaruhi oleh tradisi atau adat istiadat lokal

Perilaku pemberian kolostrum dapat menimbulkan reaksi yang beragam di setiap keluarga, yang sebagian besar dipengaruhi oleh budaya mereka. Budaya berperan sebagai faktor predisposisi yang bisa mendukung atau justru menghambat perilaku kesehatan, termasuk dalam hal pemberian ASI kolostrum (Ayu, 2022).pemberian ASI kolostrum (Ayu, 2022).

9. Sumber informasi

Sumber informasi merupakan segala bentuk media, orang, atau pengalaman yang menyediakan informasi dan dapat memengaruhi pengetahuan seseorang. Salah satu penyebab ibu ragu untuk menyusui, terutama dalam memberikan kolostrum, adalah kurangnya pemahaman tentang manfaat dan pentingnya kolostrum bagi bayi. Menurut Ayu (2022), saat ini sudah banyak sumber yang menyediakan informasi penting mengenai manfaat kolostrum, seperti tenaga kesehatan, media, dan keluarga.

Sikap dan perilaku tenaga kesehatan adalah sumber informasi penting yang berperan sebagai pendorong utama dalam membentuk kebiasaan sehat. Jika seorang ibu telah mendapatkan penjelasan yang benar mengenai cara memberikan ASI yang benar dan mencoba menerapkannya, namun lingkungan sekitarnya belum menerapkan praktik yang sama, maka ibu tersebut bisa merasa terasing. Kondisi ini berpotensi membuat ibu kembali pada praktik pemberian ASI yang tidak sesuai (Ayu, 2022).

2.5. Karakteristik

2.5.1 Pengertian Karakteristik

Karakteristik merupakan ciri khas yang melekat pada seseorang. Secara konseptual, karakteristik individu akan berkembang dari sejak lahir hingga saat ini, dimana bertambahnya usia seseorang biasanya selalu diikuti oleh peningkatan pengetahuan. Dua karakteristik yang dianggap paling signifikan mencakup jenis kelamin dan usia (Rahmi, 2021).

2.5.2 Umur

Usia individu dihitung sejak lahir hingga saat ini, dan berperan penting dalam kemampuan mengambil keputusan. Usia di atas 20 tahun dianggap optimal karena individu pada rentang ini umumnya memiliki pengetahuan yang lebih memadai dibandingkan mereka yang berusia di bawah 20 tahun. Kelompok usia 21 hingga 35 tahun termasuk dalam usia produktif, yang merupakan periode terbaik untuk menerima informasi dari lingkungan. Pada rentang usia ini, ibu hamil memiliki daya ingat yang sangat baik, memungkinkan mereka untuk menyerap informasi terkait perawatan kehamilan dengan lebih mudah."

Sementara itu, pada individu berusia lebih dari 35 tahun, kemampuan ingatan dan nalar mulai menurun akibat Fungsi otak yang menurun. Menurut Rahmi (2021), kondisi ini bisa memicu penurunan daya ingat. Akibatnya, cara seseorang menerima dan memproses informasi menjadi kurang efektif, yang pada akhirnya dapat memengaruhi jumlah pengetahuan yang bisa mereka serap, terutama dari lingkungan di sekitar mereka.

2.5.3 Pendidikan

Pengetahuan ibu bisa didapat dari pendidikan formal dan informal. Pendidikan formal sering kali diberikan oleh tenaga kesehatan melalui penyuluhan. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi dapat memotivasi seseorang untuk lebih peduli terhadap kesehatan diri. Hal ini juga meningkatkan kemampuan mereka dalam menganalisis informasi dan

membuat keputusan yang tepat, seperti memilih tindakan yang bermanfaat dan menghindari yang merugikan.

Sebaliknya, pendidikan yang rendah cenderung membuat individu kurang peduli terhadap program kesehatan. Akibatnya, meskipun fasilitas kesehatan tersedia, mereka belum tentu mengetahui cara menggunakannya atau menyadari risiko yang mungkin timbul.

Ibu yang berpendidikan tinggi akan kerap melakukan suatu tindakan yang lebih tenang, mantap, sabar, penuh pertimbangan, dan dapat mengambil suatu keputusan yang tepat. Untuk ibu yang berpendidikan rendah mereka cenderung mudah mengikuti arus sehingga kurang menjaga dirinya.

Pendidikan merupakan suatu proses yang bertujuan untuk mengubah sikap dan perilaku individu atau kelompok. Tujuannya adalah untuk mematangkan seseorang melalui kegiatan belajar dan berlatih. Pendidikan formal mencakup semua bentuk pembelajaran yang terstruktur dan berjenjang, baik itu umum maupun khusus. Sebaliknya, pendidikan informal berlangsung di luar lingkungan sekolah dan umumnya tidak terorganisasi secara formal.

Pendidikan sangat memengaruhi cara seseorang berpikir, bertindak, dan membuat keputusan. Menurut Rahmi (2021), seorang ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pemahaman kesehatan yang lebih baik dibandingkan mereka yang pendidikannya lebih rendah. Pendidikan formal dibagi menjadi tiga kategori:

1. Tingkat Tinggi: Untuk mereka yang pernah menempuh pendidikan tinggi.
2. Tingkat Menengah: Mencakup lulusan setara SMP hingga SMA.
3. Tingkat Rendah: Bagi yang tidak pernah sekolah atau hanya lulusan setara SD.

2.5.4 Pekerjaan

Pekerjaan pada dasarnya merupakan segala kegiatan yang dilakukan individu, bisa berupa cara untuk mendapatkan pendapatan atau untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari, contohnya mengurus rumah tangga (Agus Cahyono et al., 2019). Bekerja adalah sebuah aktivitas untuk mendapatkan

penghasilan atau imbalan dari pekerjaan yang dilakukan. Wanita bekerja didefinisikan sebagai perempuan yang beraktivitas di luar rumah untuk memperoleh upah atau pendapatan. Sementara itu, seorang Ibu bekerja adalah ibu yang membagi waktu mereka antara pekerjaan rumah tangga dan pekerjaan di luar, seperti di kantor, yayasan, atau sebagai wirausaha, biasanya dengan jam kerja 6-8 jam per hari. Menurut Rizky et al. (2019), ibu bekerja cenderung memiliki akses informasi yang lebih baik, termasuk di bidang kesehatan. Kemudahan ini memungkinkan mereka menerima informasi secara lengkap dan jelas, sehingga secara teoretis, pengetahuan mereka tentang kesehatan lebih baik daripada ibu rumah tangga.

2.5.5 Paritas

Paritas adalah istilah yang digunakan untuk merujuk pada total jumlah kelahiran seorang ibu, termasuk bayi yang dilahirkan baik dalam kondisi hidup maupun meninggal. Riwayat obstetrik bermanfaat dalam menentukan kebutuhan gizi, karena kehamilan yang terlalu sering, dapat menguras persediaan nutrisi penting dalam tubuh ibu. Paritas merupakan banyaknya melahirkan atau jumlah persalinan yang dialami ibu. Paritas dikategorikan menjadi beberapa jenis:

- a. Primigravida: Wanita yang sedang hamil untuk pertama kalinya.
- b. Multigravida: Wanita yang pernah hamil sebanyak 2 hingga 4 kali.
- c. Grandemultigravida: Wanita yang telah mengalami kehamilan sebanyak 5 kali atau lebih.

Ibu dengan paritas satu pada umumnya kurang percaya diri dan tidak yakin dalam mengambil keputusan tentang hal yang terbaik untuk dirinya atau keluarganya. Sehingga ibu mempunyai keinginan yang besar untuk mencari informasi, baik untuk dirinya maupun untuk anak. Paritas bisa mempengaruhi pengetahuan seseorang dimana pada paritas multipara dan grandemultipara cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik pengalamannya dari pengalaman langsung maupun pengalaman orang lain dibandingkan dengan paritas multipara (Rahmi, 2021).

