

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Pengetahuan

2.1.1 Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan manusia merupakan buah dari berbagai usaha yang dilakukan untuk menemukan kebenaran serta memahami persoalan yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari. Proses pencarian ini tidak hanya melibatkan pemikiran kritis dan analisis logis, tetapi juga dipengaruhi oleh pengalaman pribadi, pendidikan, serta interaksi sosial dengan lingkungan sekitar. Seiring dengan bertambahnya pengalaman dan informasi yang diperoleh, manusia terus mengembangkan pemahamannya terhadap berbagai aspek kehidupan, baik dalam ranah ilmu pengetahuan, budaya, maupun nilai-nilai sosial (Hasanuddin, 2020).

Upaya manusia dalam menemukan jawaban atas suatu kebenaran atau persoalan bukan hanya sekadar kebutuhan intelektual, tetapi juga merupakan bagian dari sifat alami manusia yang dikenal sebagai dorongan keingintahuan. Dorongan tersebut merupakan salah satu faktor penting yang berkontribusi terhadap perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi. Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, karena manusia secara alami selalu berusaha untuk memahami dunia di sekitarnya, mengatasi tantangan, serta mencari solusi untuk meningkatkan kualitas hidup. Dalam perkembangannya, pengetahuan yang diperoleh kemudian diwariskan dari generasi ke generasi melalui berbagai media, seperti pendidikan formal, buku, teknologi digital, serta komunikasi langsung.

Dengan demikian, proses pencarian dan penyebaran pengetahuan tidak hanya bersifat individual, tetapi juga kolektif, di mana manusia saling berbagi informasi dan pengalaman untuk memperkaya wawasan bersama. Oleh karena itu, pengetahuan terus berkembang seiring waktu,

beradaptasi dengan perubahan zaman, serta berkontribusi dalam membentuk masyarakat yang lebih maju dan berwawasan luas.

2.1.2 Cara Memperoleh Pengetahuan

Menurut (Hasnidar et.al., 2020) Terdapat dua metode utama dalam memperoleh pengetahuan, yaitu metode tradisional (non-ilmiah) dan metode ilmiah (modern).

a. Metode Tradisional atau Non-Ilmiah

1. Trial and Error (Metode Coba-coba)

Pendekatan ini dilakukan dengan mencoba berbagai kemungkinan untuk menyelesaikan suatu masalah. Apabila satu cara tidak berhasil, maka akan dicoba alternatif lain hingga solusi ditemukan.

a. Cara Tradisional atau Non-Ilmiah

1. Trial and Error (Coba-coba)

Metode ini dilakukan dengan mencoba berbagai kemungkinan untuk menyelesaikan masalah. Jika satu cara gagal, maka dicoba alternatif lain hingga menemukan solusi yang berhasil.

2. Kekuasaan atau Otoritas

Pengetahuan diperoleh dari sosok yang memiliki kewibawaan atau otoritas, seperti pemimpin masyarakat, pemuka agama, atau ahli di bidang tertentu. Orang sering kali menerima informasi dari mereka tanpa menguji kebenarannya terlebih dahulu.

3. Pengalaman Pribadi

Pengetahuan juga dapat diperoleh melalui pengalaman sendiri. Seseorang cenderung mengulang cara yang pernah berhasil dalam menghadapi masalah serupa, tetapi jika gagal, mereka akan mencari pendekatan lain yang lebih efektif.

b. Cara Ilmiah

Cara ilmiah lebih sistematis, logis, dan berbasis penelitian. Pengetahuan diperoleh melalui observasi, pengumpulan data, analisis,

serta kesimpulan yang didasarkan pada bukti yang dapat diuji secara ilmiah.

2.1.3. Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Tingkat pengetahuan seseorang ditentukan oleh sejumlah faktor yang diklasifikasikan ke dalam dua kelompok, yakni faktor internal (dari dalam individu) dan faktor eksternal (dari lingkungan):

1. Faktor Internal

a. Umur

Pertambahan usia pada umumnya berbanding lurus dengan kematangan pola pikir dan keluasan pemahaman individu terhadap berbagai aspek kehidupan, termasuk kesehatan dan reproduksi. Pengalaman yang diperoleh seiring waktu juga berkontribusi pada peningkatan wawasan dan sikap yang lebih bijaksana dalam mengambil keputusan.

b. Paritas

Paritas merujuk pada jumlah kelahiran yang telah dialami seorang ibu. Semakin sering seorang ibu melahirkan, semakin banyak pengalaman yang diperolehnya dalam merawat kehamilan, persalinan, serta kesehatan ibu dan anak. Hal ini juga meningkatkan pemahamannya dalam menghadapi berbagai tantangan selama masa kehamilan dan setelah melahirkan.

c. Pendidikan

Pendidikan merupakan faktor penting yang menentukan kemampuan individu dalam memahami dan mengelola informasi. Peningkatan tingkat pendidikan umumnya sejalan dengan meningkatnya kapasitas analisis dan kemampuan menyaring informasi. disertai penerapan informasi yang diperoleh, terutama yang berkaitan dengan kesehatan, pola asuh anak, dan kesejahteraan keluarga.

2. Faktor Eksternal

a. Lingkungan

Lingkungan sosial dan budaya berperan dalam membentuk cara seseorang memperoleh, memahami, dan menerapkan informasi. Faktor ini mencakup keluarga, teman, serta masyarakat sekitar yang dapat memengaruhi pola pikir, sikap, dan perilaku individu. Lingkungan yang mendukung akan mendorong seseorang untuk lebih aktif mencari informasi serta menerapkan kebiasaan yang lebih sehat dalam kehidupan sehari-hari.

2.2 Konsep MPASI

MPASI atau Makanan Pendamping ASI diberikan kepada bayi mulai usia 6 bulan, karena pada usia tersebut ASI tidak lagi cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi. MP-ASI diberikan sampai usia 24 bulan dengan variasi jenis dan tekstur sesuai kemampuan pencernaan bayi. Pemberian dilakukan secara bertahap, baik jumlah maupun bentuknya, agar bayi terbiasa dengan makanan selain ASI (Hidayat et al., 2023).

2.2.1 Manfaat dan Tujuan Pemberian MPASI

MPASI diberikan untuk melengkapi kebutuhan gizi bayi yang terus meningkat seiring bertambahnya usia. Selain itu, MPASI membantu bayi beradaptasi dengan berbagai tekstur, bentuk, dan rasa makanan (Wangsa, 2023). Namun, jika diberikan sebelum bayi berusia 6 bulan, dapat membebani sistem pencernaan dan ginjal karena enzim pencernaan belum berkembang sempurna. Hal ini berisiko menyebabkan diare, dehidrasi, alergi, dan gangguan pertumbuhan.

Tujuan utama MPASI adalah memenuhi kekurangan zat gizi. Asupan gizi yang sudah tidak mencukupi apabila hanya mengandalkan ASI. Dengan bertambahnya usia, bayi membutuhkan lebih banyak nutrisi untuk mendukung pertumbuhan dan aktivitasnya. MPASI juga membantu bayi belajar mengunyah, menelan, dan mengenali berbagai jenis makanan. Keberhasilan pemberian MPASI dipengaruhi oleh faktor

internal seperti pengetahuan dan kondisi ibu, serta faktor eksternal seperti lingkungan (Lestiarini & Sulistyorini, 2020).

Menurut WHO, seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan bayi, kebutuhan nutrisinya semakin meningkat, sementara ASI saja tidak lagi mencukupi untuk memenuhi kebutuhan tersebut. Oleh karena itu, MPASI diberikan sebagai sumber tambahan nutrisi guna mengisi Perbedaan antara kebutuhan gizi bayi dengan kandungan zat gizi yang tersedia dalam ASI. MPASI yang diberikan secara tepat dan sesuai dengan tahapan perkembangan bayi akan mendukung pertumbuhan optimal, meningkatkan daya tahan tubuh, serta membantu bayi beradaptasi dengan berbagai jenis makanan yang akan dikonsumsi di masa mendatang.

2.2.2 Prinsip MPASI

MP-ASI yang baik adalah makanan pendamping ASI yang kaya akan energi, protein, dan nutrisi penting lainnya. Selain itu, MP-ASI harus mudah dikonsumsi oleh bayi, disukai, serta berasal dari bahan organik yang mudah ditemukan dan disiapkan. Namun, masih banyak kasus pemberian MP-ASI yang kurang tepat, sehingga menyebabkan kekurangan gizi, terutama dalam hal protein, zat besi, dan vitamin A (Rismawati, 2023).

2.2.3 Syarat MPASI

MP-ASI yang diberikan kepada bayi memiliki perbedaan dengan makanan biasa. Hal ini disebabkan oleh sistem pencernaan bayi yang masih sensitif dan metabolisme yang belum sempurna (Haryanti, 2021). Oleh karena itu, pemberian MP-ASI harus memperhatikan syarat tertentu agar sesuai dengan kebutuhan bayi juga sesuai dengan bertambahnya umur bayi, perkembangan dan kemampuan bayi menerima makanan, maka makanan bayi atau anak umur 0-24 bulan dibagi menjadi beberapa tahap yaitu :

1. Usia 0-6 Bulan

- Berikan ASI eksklusif, karena ASI sudah mencukupi kebutuhan gizi bayi dan mempererat ikatan ibu dan anak.
- Kolostrum, ASI pertama yang kental dan kekuningan, kaya akan zat gizi dan kekebalan tubuh.
- Susui bayi dari kedua payudara secara bergantian hingga kosong, sebanyak 8-10 kali sehari.

2. Usia 6-9 Bulan

- ASI tetap diberikan.
- Mulai perkenalkan makanan keluarga secara bertahap.
- Tambahkan makanan selingan seperti bubur kacang hijau atau buah 1 kali sehari.
- Kenalkan bayi pada beragam bahan makanan, termasuk lauk pauk dan sayuran.

3. Usia 12-24 Bulan

- ASI tetap diberikan meskipun jumlahnya berkurang, karena masih kaya gizi.
- MP-ASI atau makanan keluarga diberikan 3 kali sehari, dengan porsi setengah dari makanan orang dewasa. Tambahkan makanan selingan 2 kali sehari.
- Variasikan makanan, misalnya nasi bisa diganti dengan mie atau kentang, dan lauk seperti hati ayam bisa diganti dengan telur, tahu, atau ikan.
- Menyapih dilakukan bertahap, dengan mengurangi frekuensi pemberian ASI secara perlahan.

2.3 Keamanan Bahan Pangan dalam MPASI

Keamanan pangan merupakan aspek penting dalam pemberian MPASI untuk mencegah risiko kontaminasi yang dapat menyebabkan gangguan

kesehatan pada bayi, seperti diare, keracunan makanan, dan infeksi saluran pencernaan (Alang et., 2023).

Keamanan bahan pangan dalam MP-ASI sangat penting untuk mencegah infeksi atau keracunan makanan pada bayi, yang dapat membahayakan kesehatan mereka. Ini meliputi menjaga kebersihan selama penyiapan dan penyimpanan MPASI, serta memastikan bahan baku yang digunakan aman dan sesuai untuk bayi. (BPOM RI, 2021). Berikut adalah beberapa poin penting tentang keamanan bahan pangan dalam MP-ASI :

1. Kebersihan dan Penyiapan:

- a. Kebersihan Bahan Baku:

Pastikan semua bahan baku yang digunakan untuk MPASI dalam kondisi bersih dan segar.

- b. Kebersihan Alat dan Peralatan:

Bersihkan semua alat dan peralatan yang digunakan untuk menyiapkan MPASI, seperti wadah, sendok, dan blender.

- c. Penyimpanan:

Simpan bahan-bahan yang rentan seperti daging, ikan, telur, sayur, dan pasta dalam lemari pendingin dengan suhu di bawah 5 derajat Celcius untuk mencegah pertumbuhan bakteri.

2. Keamanan Bahan Baku :

- a. Bahan Alami:

Pilih bahan-bahan alami dan hindari bahan-bahan yang mengandung pengawet atau zat kimia yang berbahaya.

b. Penyaringan Bahan Baku:

Pastikan bahan baku yang digunakan bersih dan bebas dari kontaminasi, seperti residu pestisida atau bahan kimia lainnya.

c. Makanan yang Tidak Matang:

Hindari memberikan makanan yang tidak dimasak dengan benar, seperti telur setengah matang, karena dapat mengandung bakteri yang berbahaya.

3. Penyimpanan yang Aman :

a. Penyimpanan pada Suhu Dingin :

Simpan MPASI yang sudah dimasak dalam lemari pendingin dengan suhu di bawah 5 derajat Celcius untuk mencegah pertumbuhan bakteri.

b. Hindari Penyimpanan pada Suhu Ruangan:

Hindari menyimpan MPASI pada suhu ruangan lebih dari 2 jam karena dapat meningkatkan risiko pertumbuhan bakteri.

c. Penyimpanan yang Benar:

Pastikan MPASI disimpan dalam wadah yang bersih dan tertutup rapat untuk mencegah kontaminasi.

4. Bahan Tambahan :

a. Bahan Tambahan yang Aman :

Jika menggunakan bahan tambahan pangan, pastikan bahan tersebut aman untuk bayi dan anak-anak.

b. Penggunaan yang Diperlukan:

Bahan tambahan pangan hanya boleh digunakan jika fungsinya diperlukan untuk proses produksi MPASI (BPOM RI, 2021)

Beberapa cemaran bahan makanan yang menyebabkan keamanan bahan pangan tidak aman menurut (BPOM RI, 2021), yaitu:

1. Cemaran Logam Berat

Ketentuan mengenai cemaran logam berat merujuk pada Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 5 Tahun 2018 tentang Batas Maksimum Cemaran Logam Berat dalam Pangan Olahan. Logam berat merupakan unsur kimia berbentuk logam maupun metaloid yang memiliki massa atom dan densitas tinggi serta bersifat toksik bagi makhluk hidup. Jenis logam berat yang termasuk sebagai cemaran antara lain arsen (As), timbal (Pb), kadmium (Cd), merkuri (Hg), dan timah (Sn).

2. Cemaran Kimia

Ketentuan mengenai cemaran kimia diatur dalam Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 8 Tahun 2018 tentang Batas Maksimum Cemaran Kimia dalam Pangan Olahan. Cemaran kimia didefinisikan sebagai kontaminan pada pangan yang berasal dari unsur atau senyawa kimia yang berpotensi merugikan serta membahayakan kesehatan manusia. Jenis cemaran kimia mencakup: Cemaran mikotoksin, meliputi aflatoksin, deoksinivalenol (DON), okratoksin A (OTA), fumonisin, dan patulin, Cemaran dioksin, Cemaran 3-monokloropropan-1,2-diol (3-MCPD), Cemaran polisiklik aromatik hidrokarbon (polycyclic aromatic hydrocarbon/PAH).

3. Cemaran Mikroba

Aturan tentang cemaran mikroba diatur dalam Peraturan BPOM Nomor 13 Tahun 2019 mengenai batas maksimal cemaran mikroba pada pangan olahan. Cemaran mikroba sendiri merupakan kontaminasi pada makanan olahan yang berasal dari mikroorganisme dan bisa merugikan bahkan membahayakan kesehatan manusia. Contoh cemaran mikroba yang sering ditemukan dalam pangan yaitu Enterobacteriaceae, Salmonella, Staphylococcus aureus, dan koliform.

2.4 Karakteristik Ibu dalam Pemberian MPASI

Karakteristik ibu, seperti usia, pendidikan, pekerjaan, dan paritas, turut berpengaruh terhadap praktik pemberian MPASI yang aman. Studi menunjukkan bahwa:

2.4.1 Usia

Usia dewasa merupakan periode ketika seseorang mulai menyesuaikan diri dengan pola kehidupan sosial di sekitarnya dan mulai berperan dalam kehidupan bermasyarakat. Faktor usia berpengaruh terhadap kemampuan daya tangkap serta pola pikir individu. Usia reproduksi tidak hanya menunjukkan kematangan dari sisi biologis, tetapi juga ditandai dengan bertambahnya pengetahuan dan pengalaman. Usia <20 tahun cenderung memiliki pengetahuan kurang karena tingkat kematangan dalam berfikir masih kurang. Umur 21-35 tahun merupakan usia produktif seseorang dan berpeluang 7,3 kali mempunyai pengetahuan yang lebih baik. Di sisi lain kehamilan >35 tahun terkait dengan penurunan daya ingat, penurunan daya tahan tubuh dan berbagai penyakit. Pengukuran usia di klasifikasikan menjadi 3 yaitu <20 Tahun, 20-35 Tahun, >35 Tahun (Arifin et al., 2020).

2.4.2 Pendidikan

Faktor pendidikan seseorang sangat mempengaruhi pengetahuan terutama dalam pengambilan keputusan dan penerimaan informasi dari orang lain. Rendahnya pendidikan sangat mempengaruhi pengetahuan karena kemampuan mencerna suatu informasi yang didapat masih rendah. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah pula ia menerima dan memahami informasi. Informasi yang diperoleh dapat memengaruhi serta menambah pengetahuan, yang pada akhirnya akan membentuk perilaku sesuai dengan pengetahuan tersebut. Hal ini dapat mendukung interaksi sosial yang lebih baik dan mendorong penerapan gaya hidup sehat (AYU & Latifah, 2020).

2.4.3 Pekerjaan

Pekerjaan merupakan salah satu indikator status keluarga yang dapat dijadikan acuan dalam menilai keberhasilan pemanfaatan pelayanan kesehatan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mahesa, Ali dan Khardoush (2020) yang menyebutkan bahwa pekerjaan maupun tingkat sosial ekonomi yang rendah berpengaruh terhadap persepsi atau pengetahuan seseorang. Pekerjaan berkaitan dengan faktor interaksi dan kebudayaan, sedangkan interaksi sosial dan budaya akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang dalam pemahaman terkait kesehatannya. Interaksi sosial ditempat kerja dapat mempengaruhi sejauh mana ibu lebih banyak mendapatkan kesehatan (Eufasia et.al., 2024).

2.4.4 Paritas

Paritas merupakan jumlah anak yang pernah dilahirkan oleh seorang ibu, baik yang lahir hidup maupun meninggal. Riwayat obstetri bermanfaat untuk mengetahui kebutuhan gizi, karena kehamilan yang terlalu sering dapat mengurangi cadangan zat gizi dalam tubuh ibu. Paritas merupakan banyaknya melahirkan atau jumlahnya persalinan sebagai berikut:

1. Primigravida yaitu seorang wanita yang pernah hamil untuk pertama kali.

2. Multigravida yaitu seseorang wanita yang pernah hamil 2-4 kali.
3. Grandemultigravida yaitu perempuan yang pernah hamil 5 kali atau lebih.