

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Pengetahuan

2.1.1 Pengertian

Pengetahuan ialah hasil seseorang mengetahui suatu objek dengan panca indranya. Tentunya Pengetahuan setiap orang berbeda-beda tergantung masing-masing orang memandang objek atau menangkap objek tersebut. (Notoatmodjo,2014) .

2.1.2 Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2014) terdapat 6 tingkatan, yaitu:

a. Tahu (*Know*)

Pengetahuan tersebut dipunyai hanya sebatas mengingat apa yang sudah dipelajari tadinya, yang mana tingkatan pengetahuan seseorang pada tahap ini sangat rendah. Kemampuan pengetahuan pada tingkatan ini merupakan semacam mendeskripsikan, mengatakan, mendefinisikan, melaporkan. Contoh : mengatakan pengertian pengetahuan, mengatakan arti rekam medis, maupun menjelaskan secara rinci karakteristik dan tanda-tanda sesuatu penyakit.

b. Memahami (*Comprehension*)

Pengetahuan tersebut dipunyai saat tahap ini bisa dimaksud yaitu suatu keahlian yang menerangkan tentang suatu objek ataupun sesuatu hal yang benar. Seorang yang sudah menguasai tentang pelajaran maupun materi yang telah diberikan bisa menerangkan, meringkas, serta menjelaskan objek ataupun sesuatu yang sudah dipelajarinya. Contoh dapat menerangkan mengenai pentingnya dokumen pada rekam medis.

c. Aplikasi (*Application*)

Pengetahuan tersebut diperoleh saat tahap ini ialah materi yang bisa diterapkan ataupun materi yang sudah dipelajarinya pada suasana sesungguhnya. Misalnya assembling (merakit) pada dokumen rekam medis maupun melaksanakan aktivitas pendaftaran.

d. Analisis (*Analysis*)

Keahlian untuk menggambarkan materi ataupun objek ke dalam komponen yang silih terpaut. Mempunyai keahlian analisis semacam mampu membuat gambar, pemisahan serta pengelompokan, membedakan maupun menyamakan. Contohnya pada tahapan ini yakni menganalisis serta menyamakan keutuhan dokumen rekam medis bersumber pada tata cara Huffman serta tata cara menurut Hatta.

e. Sintesis (*Synthesis*)

Pengetahuan tersebut dipunyai yakni keahlian individu mencampurkan bermacam elemen ataupun faktor pengetahuan yang terdapat jadi sesuatu pola atau cara lain yang lebih merata. Keahlian sintesis ini semacam merancang, mendesain, mengkategorikan, serta menghasilkan. Misalnya merancang format rekam medis serta menyiapkan prosedur untuk rawat jalan ataupun rawat inap.

f. Evaluasi (*Evaluation*)

Pengetahuan tersebut dipunyai seseorang saat sesi ini berbentuk keahlian dalam melaksanakan justifikasi ataupun evaluasi pada sesuatu modul ataupun objek. Penilaian bisa ditafsirkan selaku proses merancang, mendapatkan, serta sediakan data yang sangat dibutuhkan dalam membuat keputusan lain.

Pengetahuan tersebut memiliki tahapan seperti menjelaskan tingkatan pengetahuan seseorang setelah melewati bermacam proses semacam mencari, bertanya, menekuni ataupun bersumber pada pengalaman.

2.1.3 Cara Memperoleh Pengetahuan

Fitriani dalam Yuliana (2017), memberikan penjelasan mengenai berbagai faktor yang bisa memberikan pengaruh terhadap pengetahuan yaitu seperti berikut ini :

1. Pendidikan

Pendidikan memberikan pengaruh terhadap proses pembelajaran dan terus menjadi proses pembelajaran yang baik bagi orang-orang, sehingga memudahkan mereka untuk menerima data. Perolehan pengetahuan tidak sepenuhnya dicapai dengan pembelajaran formal, tetapi juga dapat dicapai dengan pembelajaran informal.

Pengetahuan seseorang terhadap objek tertentu mempunyai 2 aspek yakni aspek positif serta negatif. Aspek tersebut memastikan sikap suatu individu pada sebuah objek. Apabila semakin bertambah banyak aspek positif dari objek yang dikenal hendak tingkatan perilaku positif terhadap hal ini. Pendidikan tinggi suatu individu diperoleh informasi dari siapa saja ataupun dari berbagai media. Pengetahuan tentang kesehatan semakin banyak berbanding lurus seberapa banyak informasi yang kita dapatkan.

2. Sumber informasi atau Media massa

Data yang didapatkan dari pembelajaran resmi ataupun tidak resmi dapat membagikan pengetahuan dalam jangka pendek(*immediate impact*), yang selanjutnya ada pergantian dan kenaikan pengetahuan. Dengan adanya perkembangan teknologi, saat ini terdapat sejumlah media massa yang bisa memberikan pengaruh terhadap kesadaran para warga akan data baru. Media tersebut seperti radio, televisi, pesan instan, serta konsultasi memiliki dampak yang signifikan dalam membentuk opini dan keyakinan masyarakat.

3. Sosial budaya dan Ekonomi

Kebiasaan serta tradisi itu kita cari tanpa ada alasan untuk mengetahui apakah yang kita alami bernilai baik ataupun tidak. Status ekonomi suatu individu juga ingin membenarkan ketersediaan berbagai fasilitas yang dibutuhkan untuk suatu aktivitas dan sering mempengaruhi status sosial ekonomi orang tersebut.

4. Lingkungan

Lingkungan yaitu semua hal yang melingkupi manusia, bisa berupa lingkungan sosial, biologi serta fisik. Lingkungan memberikan pengaruh kepada penduduk lokal. Hal ini disebabkan adanya interaksi umpan balik berupa pengetahuan.

5. Pengalaman

Pengetahuan juga bisa didapat dari pengalaman individu dan pengalaman seseorang disekitar kita. Pengalaman ini ialah langkah untuk mendapatkan kebenaran suatu pengetahuan.

6. Usia

Usia berpengaruh terhadap kemampuan menangkap dan pola pikir suatu individu. Dengan bertambahnya usia seseorang maka pola pikir serta kemampuan daya tangkap menjadi semakin berkembang sehingga pengetahuan yang didapatkan terus menjadi banyak.

2.1.4 Kriteria Tingkat Pengetahuan

Menurut Arikunto (2013) : pengetahuan memiliki 3 tingkatan yaitu :

1. Tingkat pengetahuan baik (76% - 100%)

2. Tingkat pengetahuan cukup (56% - 75%)

3. Tingkat pengetahuan kurang ($\leq 55\%$).

2.2 Konsep Pemberian Makanan Pendamping ASI

2.1.1 Pengertian Makanan Pendamping ASI

MP-ASI termasuk makanan yang diberi pada anak tidak hanya ASI dalam mencukupi kebutuhan gizi pada anak tersebut. Untuk pemberian MPASI mulanya pada usia 6 sampai 24 bulan termasuk pada makanan peralihan makanan yang awalnya ASI kemudian dialihkan ke makanan yang biasa dikonsumsi keluarga. Pada proses dikenalkannya MP-ASI wajib mencobanya secara bertahap baik bentuk ataupun jumlahnya. Hal ini bertujuan untuk membiasakan sistem pencernaan anak dalam melakukan penerimaan atau mengonsumsi MP-ASI (Kemenkes RI, 2016).

2.1.2 Tujuan Pemberian Makanan Pendamping ASI

Memberikan MPASI memiliki tujuan dalam peningkat serta pelengkap nutrisi dan gizi pada ASI yang kurang dibanding dengan umur anak yang terus meningkat. Dengan umur anak meningkat hingga kebutuhan gizi anak turut meningkat, sehingga memerlukan tambahan MPASI untuk melengkapinya. MPASI pula tingkatkan keahlian anak agar menerima beragam jenis makanan dengan berbagai rasa serta wujud, oleh karena itu bisa memberikan peningkatan kompetensi anak untuk mengunyah, menelan, dan menyesuaikan diri terhadap santapan baru. (Lestiarini, S dan Yuly Sulistyorini. 2020)

2.2.3 Tekstur Pemberian Makanan Pendamping ASI

Menurut Rahmawati Ulfa Ayu (2019) menjelaskan bahwa Makanan pendamping ASI dibagi kedalam tiga jenis:

- a. Makanan lumat merupakan makanan yang disaring atau dihancurkan yang tampak lebih kasar daripada makanan yang digiling halus. Misalnya tomat saring, pisang saring, bubur susu, nasi saring, bubur sumsum dan lainnya.
- b. Makanan lunak contohnya bubur ayam, bubur nasi, nasi biasa, kentang tumbuk, dan makanan lain yang dicairkan dengan banyak air selama memasak.
- c. Makanan padat merupakan makanan lunak yang tidak tampak berair serta biasanya disebut makanan keluarga, contohnya seperti kentang rebus, lontong, dan kue biskuit.

2.2.4 Syarat Pemberian Makanan Pendamping ASI

MP ASI harus memiliki sifat fisik yang baik, seperti rupa dan aroma yang layak. Tidak hanya itu, dari sudut pandang praktis, makanan bayi harus mudah dimasak dalam waktu pemrosesan yang singkat. Makanan pendamping ASI wajib memenuhi kebutuhan spesifik nutrisi seperti protein, energi, lemak, vitamin, mineral serta zat tambahan yang lain. (Nurhasanah, 2015)

Dengan kriteria :

- 1) Mempunyai kandungan protein dan nilai energi yang tinggi.
- 2) Mempunyai nilai tambahan yang sangat baik dan mengandung vitamin serta mineral.
- 3) Bersifat padat gizi.
- 4) Harga relatif murah.
- 5) Lebih bagus menggunakan bahan yang tersedia dirumah.
- 6) Bersifat padat gizi.
- 7) Di dalamnya terdapat serat kasar dan bahan lainnya yang susah dicerna pada jumlah yang relatif sedikit mengandung serat kasar yang cukup banyak, hal ini akan menghambat sistem pencernaan (Nurhasanah, 2015).

WHO mengeluarkan rekomendasi pemberian MP-ASI ada 4 syarat, diantaranya :

- a. Tepat waktu (timely), berarti jika ASI saja tidak dapat memenuhi kebutuhan nutrisi, perlu diberikannya makanan pendamping.
- b. Adekuat, berarti MP-ASI mengandung energi, protein, serta gizi mikro untuk memenuhi kebutuhan mikronutrien dan makronutrien bayi sesuai dengan usia. Hidangan utama harus memiliki kandungan karbohidrat, protein nabati, protein hewani, lemak, vitamin serta mineral.

- c. Aman, maksudnya MP-ASI tersebut disiapkan serta disimpan menggunakan metode yang higienis, lalu diberikan memakai tangan serta alat makan, makanan dipisah mana makanan mentah dan yang matang, memakai air bersih dan metode memasak yang benar serta penyimpanannya pada suhu yang tepat.
- d. Responsive feeding, maksudnya MP-ASI tersebut diberikan dengan tetap harus melihat sinyal seorang anak apakah dia lapar atau kenyang.

2.2.5 Aturan Pemberian Makanan Pendamping ASI

Menurut (Hanindita, 2019) Untuk menghindari gangguan makan, ada beberapa aturan pemberian makanan yang dapat diterapkan pada anak yaitu jadwal, lingkungan serta prosedur.

Jadwal makan pada anak :

1. Jadwal makanan utama dan selingan harus teratur setiap harinya.
2. Durasi makan anak harus dibatasi tidak boleh lebih dari 30 menit
3. Anak hanya boleh mengkonsumsi air putih diantara waktu makan.

Lingkungan yang menunjang proses makan bagi anak :

1. Buat lingkungan saat makan menyenangkan, tanpa paksaan.
2. Hindari distraksi atau pengalihan perhatian seperti bola mainan, televisi, dan gadget saat anak makan.

Prosedur makan yang baik :

1. Tawarkan porsi kecil pada anak
2. Mendorong anak untuk berlatih makan sendiri
3. Jika anak menunjukkan tanda tidak ingin makan, tawarkan makanan kembali tanpa memaksa atau membujuk.
4. Akhiri proses makan jika setelah 10-15 menit anak tetap tidak mau makan.
5. Setelah selesai makan, mulut anak dibersihkan.

Jadwal makan sangat penting, regulasi rasa lapar dan kenyang dipengaruhi oleh faktor eksternal dan internal. Dengan mengatur jadwal makan, regulasi internal pun dapat dibentuk sehingga mampu menyadari rasa lapar atau rasa kenyang.

Jadwal makan anak adalah :

Tabel 2.1

Waktu	6-8 Bulan	9-11 Bulan	12-23 Bulan
06.00	ASI	ASI	ASI
08.00	Makan pagi	Makan pagi	Makan pagi
10.00	ASI/selingan	ASI/selingan	Selingan
12.00	Makan siang	Makan siang	Makan siang
14.00	ASI	ASI	ASI
16.00	Selingan	Selingan	Selingan
18.00	Makan malam	Makan malam	Makan malam
20.00	ASI	ASI	ASI
24.00	ASI	ASI	ASI
03.00	ASI	ASI	ASI

2.2.6 Penyusunan Menu Dalam Pemberian Makanan Pendamping ASI

Menurut (Hanindita,2019) Menyusun menu MP-ASI 4 bintang dalam pedoman gizi seimbang (PGS)

- a. Menu MP-ASI berdasarkan acuan WHO-UNICEF yaitu menu keluarga dan komposisi pedoman gizi yang seimbang.
- b. Prinsipnya, apa yang dimakan oleh anak yakni menu makanan dimakan juga oleh pihak keluarga, namun tekstur makanan tersebut dibedakan sesuai dengan usia.

Tabel 2.2

Urutan Porsi	Komposisi	Bahan Pangan
1 Bintang	Makanan pokok	Nasi, jagung, sorgum, ubi.
2 Bintang	Buah dan sayur (vitamin A)	Mangga, pepaya, markisa, jeruk, sayuran hijau, wortel, labu ; buah dan sayuran lainnya seperti pisang, alpukat, nanas, semangka, tomat, terong, dan kol.

3 Bintang	Kacang-kacangan	kacang tanah, kacang polong, Kacang merah.
4 Bintang	Sumber hewani	Daging-dagingan seperti ayam, ikan dan ati, susu, dll.

2.2.7 Tahapan Pemberian Makanan Pendamping ASI

Menurut (Angga, 2016) dalam jurnal *Departement Of Nutrition Science* tahapan memberi makanan pendamping ASI sebagai berikut :

A. Usia 0-6 Bulan

- a) ASI menjadi makanan satu satunya bayi
- b) Belum diberikan apapun selain ASI
- c) Ketika bayi kelaparan disitu ASI diberikan
- d) Biasanya ASI diberikan paling sedikit 8 kali dalam sehari.

B. Usia 6-9 Bulan

- a) Memperkenalkan sejumlah makanan pendamping ASI misalnya makanan lumat, contoh : bubur susu, bubur buah, bubur sumsum, ataupun sayur-mayur yang dihaluskan serta nasi tim saring.
- b) Pada usia ini, sebelum memberikan makanan pendamping kita berikan dulu ASI.

- c) Pemberiannya 2 sampai 3 kali sehari makanan lumat
- d) ASI tetap diberikan sesering mungkin, selain itu jumlah dalam sekali makan yaitu 2 sampai 3 sendok makan. Yang nantinya kita terus tingkatkan secara bertahap hingga setengah mangkuk berukuran 250 ml.

C. Usia 9-12 Bulan

- a) Pada usia ini kita kasih MP-ASI yang lembek ataupun lunak yang cara memasaknya menggunakan banyak air dan kelihatan berair atau makanan yang dicincang agar anak mudah menelannya, misalnya bubur nasi, nasi tim, bubur ayam dan kentang puri.
- b) Bisa kita berikan di sela-sela makanan utama atau sebagai selingan
- c) ASI tetap menjadi yang utama
- d) MP ASI sebaiknya diberikan tiga kali dalam sehari, makanan lunak dan selingan 1 sampai 2 kali sehari, atau tergantung selera dan pemberian ASI anak. Jumlah per porsi adalah setengah hingga tiga perempat mangkuk 250 ml.

D. Usia 12-24 Bulan

- a) Mulailah diperkenalkan makanan berbentuk padat ataupun biasa kedalam makanan keluarga, tapi rasa tetap dipertahankan.
- b) Hindari melakukan pemberian makanan yang dapat mengganggu sistem pencernaan, semacam makanan yang bumbunya sangat tajam, lemak, asam serta pedas.

- c) Beri anak camilan dan makanan yang dapat dipegang, seperti kue kering, nugget, sayuran rebus, dan buah, untuk melatih memegangnya dan membantu untuk menumbuhkan gigi.
- d) Sampai usia 2 tahun pemberian ASI masih dilakukan.
- e) Frekuensi pemberiannya yakni 3 sampai 4 kali sehari makanan keluarga ditambah satu sampai dua kali sehari makanan selingan ataupun tergantung dengan nafsu makan dan pemberian ASI. Jumlahnya semangkuk penuh berukuran 250 ml setiap kali makan.

2.3 Konsep Anak

2.3.1 Pengertian

Anak termasuk suatu individu yang usianya kurang 18 tahun, seperti halnya dengan anak yang masih berada pada kandungan, yang tercatat pada UU No.23 Tahun 2002 mengenai Perlindungan Anak. Dalam pasal tersebut menerangkan jika anak yaitu siapapun yang berusia kurang dari 18 tahun serta termasuk anak yang masih berada pada kandungan. Seorang anak termasuk aset yang penting pada perkembangan suatu negara sebab anak termasuk penerus dari perjuangan suatu negara, oleh karena itu dalam pertumbuhan serta perkembangan anak harus selalu diperhatikan. (Depkes RI, 2014).

2.3.2 Kebutuhan gizi pada anak

Kebutuhan gizi anak salah satunya merupakan dengan metode memberikan MP-ASI yang tepat supaya bisa melatih kemampuan anak

serta menerima makanan yang biasa dikonsumsi oleh keluarga. Biasakan anak makan sama dengan yang dikonsumsi keluarga, dalam tiap kali makan senantiasa terdapat sumber makanan yang bergizi antara lain : karbohidrat, protein serta lemak, dan sayur ataupun buah. Tidak hanya itu, interaksi antara santapan yang satu dengan santapan yang lain bisa meningkatkan absorpsi zat gizi tertentu. Misalnya, konsumsi sayur-mayur serta sumber vit C bisa meningkatkan penyerapan zat besi serta kebutuhan gizi yang diberikan pada anak. (Prabantini Dwi, 2010)

2.3.3 Ciri-ciri anak sehat

Menurut Prabantini Dwi, 2010. Anak sehat ditandai dengan ciri-ciri seperti berikut :

1. Sehat secara fisik
 - a. Sesuai standar pertumbuhan. BB dan TB normal
 - b. Kemampuan anak bertambah sesuai umur
 - c. Jarang sakit
 - d. Aktif ataupun gesit dan gembira.
 - e. Mata bersih dan bersinar.
 - f. Nafsu makan baik.
 - g. Bibir dan lidah tampak segar
 - h. Pernapasan tidak berbau.
 - i. Kulit dan rambut tampak bersih dan tidak kering
2. Sehat secara mental atau psikis
 - a. Perkembangan sesuai dengan tahap perkembangannya

- b. Perasaan bertambah peka
 - c. Pikiran bertambah cerdas
 - d. Jiwa berkembang secara wajar
3. Sehat secara sosial
- a. Ceria

2.4 Konsep Ibu

2.4.1 Pengertian Ibu

Ibu menurut KBBI ialah wanita yang telah melahirkan seorang manusia, sehingga anak wajib menyayanginya, istilah buat para perempuan yang sudah mempunyai suami. Panggilan yang tidak niasa pada perempuan belum punya suami atau yang sudah mempunyai suami.

Ibu yaitu orang yang memiliki beberapa peran. Menjadi istri dan ibu dari anak-anak, serta sebagai seorang yang merawat dan melahirkan anak. Ibu juga dapat menjadi tumpuan bagi keluarga, melakukan penguatan setiap anggota keluarga yang ada (Santoso, 2009).

2.4.2 Peranan Ibu

- 1. Memberikan rasa aman kepada anak dan memberi rasa kasih sayang
- 2. Mengatur kehidupan disuatu rumah tangga.
- 3. Tempat mencurahkan isi hati
- 4. Pembimbing kehidupan rumah tangga.
- 5. Penyimpan tradisi
- 6. Pendidik segi emosi

Ibu sangat berperan dalam proses sosialisasi maka dari itu perannya sebagai berikut :

1. Setelah dilahirkan seorang anak akan langsung berhubungan to face secara langsung dengan ibu, maka dari itu seorang ibu memiliki kelompok terkecil, selain itu dengan kelompok tersebut berperan untuk perkembangan seorang anak.
2. Dalam mendidik anak, ibu memiliki motivasi yang tinggi, dikarenakan anak adalah hasil buah cinta antara suami isteri, serta proses melahirkan yang menyulitkan tentunya menjadikan ikatan secara emosional mereka kuat.
3. Dalam pertumbuhan seorang anak ibu sangat berperan, kalau kita lihat hubungan sosial di keluarga itu jarang berubah-ubah atau tetap. (Santoso, 2009).