

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Tentang Pengetahuan

1. Definisi Pengetahuan

Pengetahuan adalah merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2015).

Pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI (MP-ASI) adalah hasil dari tahu karena faktor penginderaan terhadap suatu obyek tertentu tentang bahan makanan yang diperlukan dalam satu hari yang beraneka ragam dan mengandung zat tenaga, zat pembangunan dan zat pengatur yang dibutuhkan oleh tubuh (Haspari,2010).

2. Tingkat Pengetahuan

(a) Tahu

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang diterima.

(b) Memahami

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

(c) Aplikasi

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi real (sebenarnya). Aplikasi disini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hokumhukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

(d) Analisis

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain, kemampuan analisis dapat dilihat penggunaan kata kerja dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan dan sebagainya.

(e) Sintesis

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian didalam di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sistesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

(f) Evaluasi

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

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut Budiman dan Riyanto (2013), terdapat banyak factor- faktor yang mempengaruhi pengetahuan, di antaranya sebagai berikut.

(a) Pendidikan

Pendidikan merupakan suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan baik itu secara formal maupun non formal yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan juga dimaksudkan sabagai sebuah proses pengubahan sikap dan tata laku kelompok dan juga upaya untuk mendewasakan manusia melalui pengajaran dan pelatihan. Dengan pendidikan tinggi, maka seseorang akan cenderung untuk mendapatkan informasi, baik dari orang lain maupun dari media massa. Semakin banyak informasi yang diterima, maka semakin banyak pula informasi yang didapat tentang kesehatan.

(b) Informasi/media massa

Dalam kamus Oxford English Diactonary memberi makna Informasi adalah —that of which one is apprised or told: intelligence, newsl. Kamus lain juga mengartikan informasi sebagai sesuatu yang dapat diketahui, namun ada pula yang menekankan informasi sebagai transfer pengetahuan. Informasi ialah suatu teknik untuk mengumpulkan, menyiapkan, menyimpan, memanipulasi, mengumumkan, menganalisis, dan menyebarkan informasi dengan tujuan tertentu.

(c) Sosial, budaya dan ekonomi

Status ekonomi seseorang juga akan menentukan tersedianya suatu fasilitas yang dibutuhkan untuk kegiatan tertentu sehingga status sosial ekonomi ini akan memengaruhi pengetahuan seseorang. Kebiasaan dan tradisi yang

dilakukan orang-orang tanpa melalui penalaran tentang baik atau buruknya sesuatu yang dilakukan itu. Dengan demikian, seseorang akan bertambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan.

(d) Lingkungan

Lingkungan merupakan segala sesuatu yang ada di sekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan ini juga berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut. Hal tersebut terjadi karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak, yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh setiap individu.

(e) Pengalaman

Pengalaman sebagai sumber pengetahuan yang dimaksud adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi pada masa lalu. Pengalaman belajar dalam bekerja yang dikembangkan memberikan pengetahuan dan keterampilan profesional, serta pengalaman belajar selama bekerja akan dapat mengembangkan kemampuan mengambil keputusan yang merupakan manifestasi dari keterpaduan menalar secara ilmiah dan etik yang bertolak dari masalah nyata dalam bidang kerjanya.

(f) Usia

Usia memberi pengaruh terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Oleh sebab itu, semakin bertambah usia maka akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik.

4. Pengukuran Tingkat Pengetahuan

Menurut Skinner dalam Budiman dan Riyanto (2013), apabila seseorang mampu menjawab suatu materi tertentu baik secara lisan maupun tulisan, maka dikatakan seseorang tersebut mengetahui bidang tersebut. Sekumpulan jawaban yang diberikan tersebut dinamakan pengetahuan. Pengukuran bobot pengetahuan seseorang ditetapkan menurut hal – hal sebagai berikut :

- (a) Bobot 1 : Tahap tahu dan pemahaman
- (b) Bobot 2 : Tahap tahu, pemahaman, aplikasi dan analisis
- (c) Bobot 3 : Tahap tahu pemahaman, aplikasi, analisis, sintesis dan evaluasi

Pengukuran dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan isi materi, diukur dari subjek penelitian atau responden dari penelitian. kategori tingkat pengetahuan seseorang menjadi dua tingkatan yang didasarkan pada nilai presentase yaitu sebagai berikut :

- (a) Tingkat pengetahuan kategori cukup jika nilainya $> 60\%$
- (b) Tingkat pengetahuan kategori kurang jika nilainya $\leq 60\%$

B. Tinjauan Tentang Status Gizi

1. Pengertian Status Gizi

Status gizi adalah keadaan tubuh akibat konsumsi makanan, dan penggunaan zat gizi, dimana zat gizi dibutuhkan oleh tubuh sebagai perkembangan, sumber energi, pemeliharaan jaringan tubuh, serta pengaturan proses tubuh (Septikasari, 2018).

Menurut Kemenkes RI, 2016 status gizi yang baik adalah akan turut berperan dalam pencegahan terjadinya berbagai penyakit, khususnya penyakit infeksi dan dalam tercapainya tumbuh kembang anak yang optimal. Kelompok

umur yang rentan terkena penyakit kekurangan gizi yaitu kelompok bayi dan anak balita, karena itu indikator yang paling baik untuk mengukur status gizi masyarakat adalah melalui status gizi balita (Melisa, 2016).

Gizi seimbang untuk anak usia 6-24 bulan adalah kebutuhan terhadap berbagai zat gizi semakin meningkat dan tidak lagi dapat dipenuhi hanya dari ASI saja. Pada usia 6 bulan, bayi mulai diperkenalkan kepada makanan lain, mulamula dalam lumat, makanan lembik dan selanjutnya beralih ke makanan keluarga saat bayi berusia 1 tahun. Secara bertahap, variasi makanan untuk bayi usia 6-24 bulan semakin ditingkatkan, bayi mulai diberikan sayuran dan buah-buahan, lauk pauk sumber protein hewani dan nabati, serta makanan pokok sumberlainnya sebagai kalori. Jumlah proporsi ditambahkan secara bertahap, dalam jumlah yang tidak berlebihan yang juga seimbang (Kemenkes RI, 2014).

Menurut Kemenkes 2016, pemeliharaan status gizi anak sebaiknya:

- a. Dimulai sejak dalam kandungan. Ibu hamil dengan gizi yang baik, diharapkan akan melahirkan bayi dengan status gizi yang baik pula.
- b. Setelah lahir segera beri ASI eksklusif sampai usia 6 bulan.
- c. Pemberian makanan pendamping ASI (weaning food) bergizi, mulai usia 6 bulan secara bertahap sampai anak dapat menerima menu lengkap keluarga.
- d. Memperpanjang masa menyusui (prolog lactation) selama ibu dan bayi menghendaki (Melisa, 2018).

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi

Produk pangan, jumlah macam makanan dan jenis serta banyaknya bahan makanan dalam pola pangan di daerah tertentu biasanya berkembang dari pangan setempat.

Produk papan, secara tradisional di beberapa daerah ayah mempunyai prioritas utama atas jumlah dan jenis makanan tertentu dalam keluarganya. Padahal seharusnya anak-anaklah yang harus diperhatikan terutama untuk proses pertumbuhan dan perkembangan.

- a. Akseptabilitas (daya terima), akseptabilitas adalah menyangkut penerimaan atau penolakan terhadap makanan yang terkait dalam cara memilih dan menyajikan pangan. Di setiap masyarakat mengembangkan caranya dengan turun-temurun untuk mencari, memilih, menangani, menyiapkan, menyajikan dan makan maknanya. Pantangan pada makanan tertentu, sehubungan dengan pangan yang biasanya pantas untuk dimakan, dijumpai banyak pantangan, tahayul, serta larangan yang beragam didasarkan pada kebudayaan, daerah tersebut. Kesukaan terhadap jenis makanan tertentu, dalam pemenuhan makanan jika makanan yang disukai saja dapat berakibat dalam pemenuhan gizi menurun atau sebaliknya malah berlebih.

- b. Penilaian Status Gizi

Dalam menentukan nilai status gizi anak, angka berat badan dan tinggi badan setiap anak dikonversikan kedalam bentuk nilai yang terstandar (Z-score) dengan menggunakan baku antropometri (WHO, 2005). Antropometri gizi adalah berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkat umum dan tingkat gizi (Hendrawati, 2016).

- 1) Berdasarkan nilai Z-Score masing-masing indikator tersebut ditentukan status gizi balita dengan batasan sebagai berikut:

- a) Berdasarkan indikator BB/U

Berat badan merupakan parameter yang memberikan gambaran massa

tubuh. Massa tubuh sangat sensitive adanya penyakit infeksi, menurunnya nafsu makan atau menurunnya jumlah makanan yang dikonsumsi. Berat badan adalah parameter antropometri yang sangat labil. Dalam keadaan normal, diaman keadaan kesehatan baik dan keseimbangan antara konsumsi dan kebutuhan zat gizi terjamin, maka berat badan berkembang mengikuti pertambahan umur. Mengingat karakteristik berat badan yang labil, maka indeks BB/U lebih menggambarkan status gizi seseorang saat ini.

Berikut ini merupakan klasifikasi status gizi berdasarkan indikator BB/U:

- a. Gizi buruk : $Z\text{-score} < -3,0$
- b. Gizi kurang : $Z\text{-score} \geq -3,0$ s/d $Z\text{-score} < -2,0$
- c. Gizi baik : $Z\text{-score} \geq -2,0$ s/d $Z\text{-score} \leq 2,0$
- d. Gizi lebih : $Z\text{-score} > 2,0$

Pemantauan pertumbuhan normal anak berdasarkan indeks antropometri berat badan menurut umur dapat dilakukan dengan menggunakan kurva pertumbuhan pada kartu menuju sehat (KMS).

b) Berdasarkan indikator TB/U

Tinggi badan adalah antropometri yang menggambarkan keadaan pertumbuhan skeletal. Dalam keadaan normal, pertumbuhan tinggi badan sejalan dengan pertambahan umur. Indikator TB/U lebih tepat untuk menggambarkan pemenuhan gizi pada masa lampau. Indikator TB/U sangat baik untuk melihat keadaan gizi masa lalu terutama yang berkaitan dengan keadaan gizi berkaitan dengan keadaan berat badan lahir rendah

dan kurang gizi pada masa balita.

Berikut ini merupakan klasifikasi status gizi berdasarkan indikator

TB/U:

- a. Sangat pendek : Z-score < -3,0
 - b. Pendek : Z-score \geq -3,0 s/d Z-score < -2,0
 - c. Normal : Z-score \geq -2,0
 - d. Tinggi : Z-score > -2,0
- c) Berdasarkan indikator BB/TB

BB/TB merupakan indikator pengukuran antropometri yang paling baik, karena dapat menggambarkan status gizi saat ini dengan lebih sensitive dan spesifik. oleh karena itu, berat badan yang normal akan proposional dengan tinggi badannya.

Berikut ini merupakan klasifikasi status gizi berdasarkan indikator

BB/TB:

- a. Sangat kurus : Z-score < -3,0
 - b. Kurus : Z-score \geq -3,0 s/d Z-score < -2,0
 - c. Normal : Z-score \geq -2,0 s/d Z-score \leq 2,0
 - d. Gemuk : Z-score > 2,0
- 2) Penilaian status gizi dengan nilai Z-score, menggunakan rumus sebagai berikut:

- a. Bila nilai riil hasil pengukuran \geq nilai median BB/U, TB/U atau BB/TB.
Maka Rumusnya:

$$Z - SCORE = \frac{NILAIRILL - NILAIMEDIAN}{SD UPPE}$$

b. Bila nilai riil hasil pengukuran < nilai median BB/U,

TB/U atau BB/TB. Maka Rumusnya:

$$Z - \text{SCORE} = \frac{\text{NILAIRILL} - \text{NILAIMEDIAN}}{\text{SD LOWER}}$$

C. Tinjauan Tentang Sikap Ibu

1. Pengertian Sikap

Menurut Newcomb dalam Notoatmodjo (2010), salah seorang ahli psikologi sosial menyatakan bahwa sikap diartikan sebagai kesediaan untuk bertindak, dan bukan merupakan pelaksanaan motif tertentu. Dalam kata lain, fungsi sikap belum merupakan tindakan (reaksi terbuka) atau aktifitas. Akan tetapi merupakan predisposisi perilaku (reaksi tertutup).

Pengertian sikap menurut Stepan (2007) dalam Budiman (2013) adalah pernyataan evaluatif terhadap objek, orang, atau peristiwa. Hal ini mencerminkan sikap seseorang terhadap sesuatu. Sementara itu, pengertian lain dari sikap menurut Notoatmodjo dalam Budiman (2013) adalah reaksi atau respon yang masih tertutup terhadap stimulus atau objek.

2. Tahapan Sikap

Tahapan domain sikap dalam taksonomi Bloom (1956) dalam Budiman (2013), yaitu :

a) Menerima

Tahap sikap menerima adalah kepekaan seseorang dalam menerima rangsangan (stimulus) dari luar yang datang kepada dirinya dalam bentuk masalah, situasi, gejala, dan lain – lain. Termasuk dalam jenjang ini, misalnya adalah kesadaran dan keinginan untuk menerima stimulus, mengontrol dan

menyeleksi gejala – gejala atau rangsangan yang datang dari luar.

Receiving atau attempting sering juga diberi pengertian sebagai kemauan untuk memperhatikan suatu kegiatan atau suatu objek. Pada tahap ini, seseorang dibina agar mereka bersedia menerima nilai – nilai yang diajarkan kepada mereka dan mau menggabungkan diri ke dalam nilai

b) Menanggapi

Tahap sikap menanggapi adalah kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk mengikutsertakan dirinya secara aktif dalam fenomena tertentu dan membuat reaksi terhadapnya.

c) Menilai

Tahap sikap menilai adalah memberikan nilai atau memberikan penghagaan terhadap suatu kegiatan atau objek sehingga apabila kegiatan tersebut tidak dikerjakan, dirasakan akan membawa keurgian atau penyesalan.

Dalam kaitannya dengan perubahan perilaku, seseorang di sini tidak hanya mau menerima nilai yang diajarkan, tetapi mereka telah berkemampuan untuk menilai konsep atau fenomena, yaitu baik atau buruk. Bila suatu ajaran yang telah mampu mereka nilai dan mampu untuk mengatakan itu adalah baik, maka hal ini berarti bahwa seseorang telah menjalani proses penilaian. Nilai tersebut mulai dicamkan (internalized) dalam dirinya. Dengan demikian, nilai tersebut telah stabil dalam dirinya.

d) Mengelola

Tahap sikap mengelola adalah mempertemukan perbedaan nilai

sehingga terbentuk nilai baru yang universal, yang membawa pada perbaikan umum. Mengatur atau mengorganisasikan merupakan pengembangan dari nilai ke dalam satu sistem organisasi, termasuk di dalamnya hubungan satu nilai dengan nilai lainnya, serta pemantapan dan prioritas nilai yang telah dimilikinya.

e) Menghayati

Tahap sikap menghayati adalah keterpaduan semua sistem nilai yang telah dimiliki oleh seseorang, yang memengaruhi pola kepribadian dan tingkah lakunya. Di sini proses internalisasi nilai telah menempati tempat tertinggi dalam suatu hierarki nilai. Nilai tersebut telah tertanam secara konsisten pada sistemnya dan telah memengaruhi emosinya.

Menghayati merupakan tingkat efektif tertinggi, karena tahap sikap ini telah benar – benar bijaksana. Menghayati telah masuk pada pemaknaan yang telah memiliki philosophy of life yang mapan. Jadi, pada tahap ini seseorang telah memiliki sistem nilai yang telah mengontrol tingkah lakunya untuk suatu waktu yang lama sehingga membentuk karakteristik pola hidup tingkah lakunya menetap, konsisten dan dapat diamalkan (Budiman dan Riyanto, 2013).

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Sikap

Faktor – faktor yang mempengaruhi sikap menurut Azwar (2007) dalam Budiman (2013) adalah sebagai berikut :

- a. Pengalaman pribadi, pengalaman pribadi yang telah didapatkan sebelumnya akan menjadi pelajaran yang akan membentuk sikap.
- b. Pengaruh orang lain yang dianggap penting, orang lain di sekitar kita

merupakan salah satu di antara komponen sosial yang ikut mempengaruhi sikap kita. Seseorang yang kita anggap penting kan banyak mempengaruhi pembentukan sikap kita terhadap sesuatu.

- c. Pengaruh budaya, kebudayaan mempunyai pengaruh besar terhadap sikap kita terutama kebudayaan di mana kita hidup dan dibesarkan.
- d. Media massa, berbagai bentuk media massa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah dan lain – lain mempunyai pengaruh besar dalam pembentukan opini dan kepercayaan seseorang.
- e. Lembaga pendidikan dan lembaga agama, Kedua lembaga tersebut mempunyai pengaruh dalam pembentukan sikap karena keduanya meletakkan dasar pengertian dan konsep moral dalam diri individu. Pemahaman akan baik dan buruk, garis pemisah antara sesuatu yang boleh dan tidak boleh dilakukan.
- f. Pengaruh faktor emosional, suatu bentuk sikap merupakan pernyataan yang didasari oleh emosi yang berfungsi sebagai penyaluran frustrasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego. Sikap ini dapat merupakan sikap yang sementara dan segera berlalu begitu frustrasi telah hilang. Akan tetapi dapat pula merupakan sikap yang dapat bertahan lama.

4. Pengukuran Sikap

Budiman (2013) menjelaskan bahwa ranah afektif tidak dapat diukur seperti halnya ranah kognitif. Kemampuan yang dapat diukur adalah : menerima (memperhatikan), merespon, menghargai, mengorganisasi, hingga menghayati. Skala yang digunakan untuk mengukur ranah afektif suatu subjek terhadap kegiatan suatu objek di antaranya adalah menggunakan skala sikap. Hasil pengukuran berupa kategori sikap, yakni mendukung (positif), menolak (negatif), dan netral. Salah satu

skala sikap yang digunakan adalah skala Likert. Dalam skala Likert, pernyataan– pernyataan yang diajukan, baik pernyataan positif maupun negatif, dinilai oleh subjek dengan sangat setuju, setuju, tidak punya pendapat, tidak setuju, sangat tidak setuju.

D. Tinjauan Tentang Pemberian MP-ASI

1. Definisi

Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) adalah makanan atau minuman yang MP-ASI diberikan mulai usia 4 bulan sampai 24 bulan. Semakin meningkat usia bayi/anak, mengandung gizi diberikan kepada bayi/anak untuk memenuhi kebutuhan gizinya. kebutuhan akan zat gizi semakin berubah karena tumbuh kembang, kebutuhan gizi. MP-ASI merupakan makanan peralihan dari ASI ke makanan keluarga (Molika, 2014).

Makanan pendamping ASI (MP-ASI) adalah makanan atau minuman yang mengandung zat gizi yang diberikan pada bayi atau anak usia 6-24 bulan, guna memenuhi kebutuhan gizi selain ASI. MP-ASI merupakan makanan peralihan dari ASI ke makanan keluarga. Pengenalan dan pemberian MP-ASI harus dilakukan secara bertahap baik bentuk maupun jumlahnya, sesuai dengan kemampuan bayi (Mufida, 2015).

Jadi kesimpulannya Makanan Pendamping ASI adalah makanan dan minuman yang diberikan kepada bayi berusia 6-24 bulan untuk memenuhi kebutuhan gizi dan tumbuh kembang bayi.

2. Tujuan Pemberian MP-ASI

Menurut Molika (2014) Pada usia 6 bulan atau lebih ASI saja sudah tidak lagi dapat mencukupi kebutuhan nutrisi bayi, usia pemberian ASI disarankan

sesudah berumur 6 bulan atau lebih. Tujuan pemberian MPASI diantaranya :

- a. Melengkapi zat gizi yang kurang karena kebutuhan zat gizi yang semakin meningkat sejalan dengan pertambahan umur anak.
- b. Mengembangkan kemampuan bayi untuk menerima bermacam-macam makanan dengan berbagai bentuk, tekstur, dan rasa.
- c. Mengembangkan kemampuan bayi untuk mengunyah dan menelan.
- d. Mencoba beradaptasi terhadap makanan yang mengandung kadar energi tinggi.

3. Jenis MP-ASI

Menurut Molika (2014) jenis MP-ASI yang dapat diberikan adalah:

a. Makanan Lumat

Makanan Lumat adalah makanan yang dihancurkan atau disaring tampak kurang merata dan bentuknya lebih kasar dari makanan lumat halus, contoh: bubur susu, bubur sumsum, pisang saring/kerok, pepaya saring, tomat saring dan nasi tim saring.

b. Makanan Lunak

Makanan Lunak adalah makanan yang dimasak dengan banyak air dan tampak berair, contoh : bubur nasi, bubur ayam, nasi tim dan kentang puri.

c. Makanan Padat

Makanan Padat adalah makanan lunak yang tidak nampak berair dan biasanya disebut makanan keluarga, contoh : lontong, nasi tim, kentang rebus dan biskuit.

Berikut ini tabel jenis dan frekuensi pemberian (MP-ASI) adalah sebagai berikut :

Tabel. 2
.Jenis dan Frekuensi Pemberian (MP-ASI)

Usia	Jenis Pemberian	Frekuensi/Hari
6-8 Bulan	ASI dan makanan lumat (sari buah/bubur)	Usia 6 bulan : Teruskan ASI dan makanan lumat 2 kali sehari. Usia 7-8 bulan : Teruskan ASI dan makanan lumat 3 kali sehari.
9-11 Bulan	ASI dan makanan lembek atau cincang	Teruskan ASI dan makanan lembek 3 kali sehari di tambah makanan selingan 2 kali sehari
12-24 Bulan	ASI dan makanan keluarga	Teruskan ASI dan keluarga 3 kali sehari ditambah makanan selingan 2 kali sehari

Sumber : Kemenkes (2014)

4. Syarat - Syarat MP-ASI

Menurut Molika (2014) makanan pendamping ASI yang memenuhi syarat adalah:

- a. Kaya energi, protein dan mikronutrien (terutama zat besi,zink, kalsium, vitamin A, vitamin C dan folat).
- b. Bersih dan aman, yaitu tidak ada pathogen (tidak ada bakteri penyebab penyakit atau organisme yang berbahaya lainnya), tidak ada bahan kimia yang berbahaya atau toksin, tidak ada potongan tulang atau bagian yang keras atau yang membuat anak tersedak.
- c. Tidak terlalu panas.
- d. Tidak terlalu pedas atau asin.
- e. Mudah dimakan oleh anak.
- f. Disukai anak.
- g. Mudah disiapkan.

5. Cara Pemberian MP-ASI

Berikut ini merupakan cara pemberian makanan pendamping asi (MP- ASI)

menurut Molika (2014) antara lain :

a) Setelah bayi berusia 6 bulan

Perkenalkan ke makanan yang padat atau di cincang halus atau makanan bertekstur semi cair. Mulailah dengan makanan lunak seperti biskuit yang diencerkan pakai air atau susu. Kenalkan pula bubur susu dalam jumlah sedikit demi sedikit. Mulai pemberian sayuran yang dijus, kemudian buah yang dihaluskan atau dijus. Sayur dan buah yang disarankan yaitu : pisang, pir, alpukat, jeruk.

b) Bayi usia 6 sampai 9 bulan

Pada usia ini, bayi pertama kalinya dikenalkan dengan makanan. Makanan yang diberikan pada bayi antara lain, bubur susu yang cair terbuat dari bahan tepung beras putih, tepung beras merah, kacang hijau, dan tepung jagung sebagai sumber karbohidrat. Perkenalkan dengan tekstur yang lebih kasar (semi padat) yaitu bubur tim saring. Seandainya bayi menolak atau muntah, di coba terus karena tahapan ini harus dilaluinya. Pada umur 6 bulan alat cerna sudah lebih berfungsi, oleh karena itu bayi mulai diperkenalkan dengan MP-ASI lumat 2 kali sehari. Jenis sayur dan buah yang disarankan: asparagus, wortel, bayam, sawi, bit, lobak, mangga, blewah, timun suri, peach. Bisa juga ditambahkan daging ayam, daging sapi, hati ayam, hati sapi, tahu dan tempe. Berikan sedikit demi sedikit mulai dengan jumlah 1-2 sendok makan, 1 kali sehari. Berikan ASI dulu kemudian MPASI berbentuk cairan berikan sendok dan tidak menggunakan botol dan dot.

c) Bayi umur 9 sampai 12

Pada umur 10 bulan bayi diperkenalkan dengan makanan keluarga

secara bertahap. Bentuk dan kepadatan nasi tim bayi harus diatur secara berangsur mendekati makanan keluarga. Berikan makanan selingan satu kali sehari, pilihlah makanan selingan yang bernilai gizi tinggi, seperti bubur kacang hijau dan buah. Pengenalan berbagai bahan makanan sejak dini akan berpengaruh baik terhadap kebiasaan makan yang sehat di kemudian hari. Di usia ini biasanya gigi bayi sudah mulai tumbuh dan untuk semakin merangsang pertumbuhan giginya, bayi bias mulai diberi makanan semi padat seperti nasi tim. Berikan makanan selingan 1 kali sehari dengan memilih makanan yang bernilai gizi tinggi seperti bubur kacang hijau, nuah dan lain-lain.

d) Bayi umur 12 sampai 24 bulan

Pada usia ini, bayi sudah bias menyantap nasi lunak dengan lauk yang mirip seperti makanan untuk balita. Sayuran dan buahbuahan yang boleh disantap menjadi lebih variatif. Telur sudah boleh diberikan, , kecuali bila dimasak setengah matang, karena telur yang direbus setengah matang akan mudah tercemar bakteri salmonella. Sebisa mungkin, bayi jangan diberikan makanan dari daging olahan, seperti bakso, sosis, dan nugget, kecuali bila dibuat sendiri. Makanan olahan tersebut banyak menggunakan sodium sebagai pengawet dan MSG sebagai penguat rasa yang memberikan efek kurang baik untuk pertumbuhan anak.

6. Hal yang perlu diperhatikan dalam pengenalan MP- ASI

Menurut Molika (2014) hal-hal yang perlu diperhatikan dalam pengenalan MP-ASI adalah sebagai berikut:

- a) MP-ASI diberikan sedikit demi sedikit, misalnya 2 – 3 sendok pada saat pertama, dan jumlahnya bisa ditambah seiring perkembangan bayi agar terbiasa

dengan teksturnya.

- b) Pemberian MP-ASI dilakukan di sela-sela pemberian ASI dan dilakukan secara bertahap pula. Misalnya untuk pertama 1 kali sehari, kemudian meningkat menjadi 3 kali dalam sehari.
- c) Tepung beras sangat baik digunakan sebagai bahan MP-ASI karena sangat kecil kemungkinannya menyebabkan alergi pada bayi. tepung beras yang baik adalah yang berasal dari beras pecah kulit yang lebih banyak kandungan gizinya.
- d) Pengenalan sayuran sebaiknya didahulukan daripada pengenalan buah, karena rasa buah lebih manis lebih disukai bayi, sehingga jika buah dikenalkan terlebih dahulu, dikhawatirkan akan ada kecenderungan bayi untuk menolak sayur yang rasanya lebih hambar. Sayur dan buah yang dikenalkan hendaknya dipilih yang mempunyai rasa manis.
- e) Hindari penggunaan garam dan gula. Utamakan memberikan MP-ASI dengan rasa asli makanan, karena bayi usia 6 - 7 bulan fungsi ginjalnya belum sempurna. Untuk selanjutnya, gula dan garam bisa ditambahkan tetapi tetap dalam jumlah yang sedikit saja.
- f) Untuk menambah cita rasa MP - ASI bisa menggunakan kaldu ayam, sapi atau ikan yang dibuat sendiri, serta bisa juga ditambahkan berbagai bumbu seperti daun salam, daun bawang, seledri.
- g) Jangan terlalu banyak mencampur banyak jenis makanan pada awal pemberian MP-ASI, namun cukup satu persatu saja. Berikan dulu 2-4 hari untuk mengetahui reaksi bayi terhadap setiap makanan yang diberikan, untuk mengetahui jika ia memiliki alergi terhadap makanan tertentu.
- h) Perhatikan bahan makanan yang sering menjadi pemicu alergi seperti telur,

kacang, ikan, susu dan gandum.

- i) Telur bisa diberikan kepada bayi kepada bayi sejak umur 6 bulan, tetapi pemberiannya bagian kuning terlebih dahulu, karena bagian putih telur dapat memicu reaksi alergi.

Yang harus diperhatikan dalam menentukan MP-ASI sebagai berikut:

- 1) Umur bayi, metabolisme anak sebenarnya tidak sama dengan metabolisme orang dewasa, hanya anak-anak lebih aktif perkembangannya, sehingga untuk itu diperlukan bahan ekstra. Lebih muda usia seorang anak maka lebih banyak zat makanan yang diperlukan untuk tiap kilogram berat badannya.
- 2) Berat badan bayi, berat badan yang lebih maupun kurang dari pada berat badan rata-rata untuk umur tertentu merupakan faktor untuk menentukan jumlah zat makanan yang harus diberikan supaya pertumbuhan berjalan sebaik-baiknya.
- 3) Suhu Lingkungan, suhu tubuh dipertahankan pada $36,5^{\circ}\text{C} - 38^{\circ}\text{C}$ untuk metabolisme yang optimum. Dengan adanya perbedaan suhu antara tubuh dan lingkungannya, maka tubuh melepaskan sebagian panasnya yang harus diganti dengan hasil metabolisme.
- 4) Aktifitas, tiap aktifitas memerlukan energi. Makin banyak aktifitas yang dilakukan maka makin banyak energi yang dibutuhkan.
- 5) Keadaan sakit, pada keadaan sakit, seperti adanya infeksi terhadap metabolisme yang berlebihan daripada asam amino dan lagi pula suhu tubuh meninggi, kedua-duanya memerlukan makanan yang tidak boleh dilupakan.

7. Faktor Yang Mempengaruhi pemberian MP-ASI

Faktor yang mempengaruhi pemberian MP - ASI dini Pemberian MP-ASI terlalu dini juga dapat dipengaruhi dari beberapa faktor antara lain:

1) Faktor Predisposisi

a) Usia

Menurut Hurlock (dalam Chairani,2013) usia dapat mempengaruhi cara berfikir, bertindak dan emosi seseorang. Usia yang lebih dewasa umumnya memiliki emosi yang stabil dibandingkan dengan usia yang lebih muda. Usia ibu akan mempengaruhi kesiapan emosi ibu. Usia ibu yang terlalu muda saat hamil bisa menyebabkan kondisi fisiologis dan psikologisnya belum siap menjadi ibu. Hal ini dapat mempengaruhi kehamilan dan pengasuhan anak. Pada umur 20-30 tahun merupakan idealnya rentang usia yang aman untuk bereproduksi dan pada umumnya ibu pada usia tersebut memiliki kemampuan laktasi yang lebih baik daripada yang berumur lebih dari 30 tahun.

b) Pendidikan

Pendidikan adalah segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain baik individu, kelompok, atau masyarakat sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan. Ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memberikan susu botol lebih dini dan ibu yang mempunyai pendidikan formal lebih banyak memberikan susu botol pada usia 2 minggu dibanding ibu tanpa pendidikan formal.

Tingkat pendidikan mempengaruhi cara berpikir dan perilaku (Nauli, 2012).

c) Pengetahuan

Latar belakang Pendidikan seseorang berhubungan dengan tingkat

pengetahuan. Jika tingkat pengetahuan gizi ibu baik, maka diharapkan status gizi ibu dan balitanya juga baik. Pengetahuan ibu berhubungan dengan tingkat pengenalan informasi tentang pemberian makanan tambahan pada bayi usia kurang dari enam bulan. Pengetahuan ibu tentang kapan pemberian makanan tambahan, fungsi makanan tambahan, makanan tambahan dapat meningkatkan daya tahan tubuh dan risiko pemberian makanan pada bayi kurang dari enam bulan sangatlah penting. Tetapi banyak ibu-ibu yang tidak mengetahui hal tersebut di atas sehingga memberikan makanan tambahan pada bayi usia di bawah enam bulan tanpa mengetahui risiko yang akan timbul.

Tingkat pendidikan mempengaruhi kemampuan penerimaan informasi gizi. Masyarakat dengan tingkat pendidikan yang rendah akan lebih kuat mempertahankan tradisi-tradisi yang berhubungan dengan makanan. Sehingga sulit menerima informasi baru tentang gizi (Nauli, 2012).

d) Pekerjaan

Bekerja adalah kegiatan melakukan pekerjaan dengan maksud memperoleh atau membantu memperoleh penghasilan atau keuntungan untuk memenuhi kebutuhan hidup. Masyarakat pekerja memiliki peranan dan kedudukan yang sangat penting sebagai pelaku dan tujuan pembangunan, dimana dengan berkembangnya IPTEK dituntut adanya Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas dan mempunyai produktifitas yang tinggi sehingga mampu meningkatkan kesejahteraan. Faktor pekerjaan ibu adalah faktor yang berhubungan dengan aktivitas ibu setiap harinya untuk memperoleh penghasilan guna memenuhi kebutuhan hidupnya yang menjadi alasan pemberian makanan tambahan pada bayi usia kurang dari enam

bulan. Pekerjaan ibu bisa saja dilakukan di rumah, di tempat kerja baik yang dekat maupun jauh dari rumah. Ibu yang belum bekerja sering memberikan makanan tambahan dini dengan alasan melatih atau mencoba agar pada waktu ibu mulai bekerja bayi sudah terbiasa (Nauli, 2012).

e) Pendapatan

Pendapatan adalah salah satu faktor yang berhubungan dengan kondisi keuangan yang menyebabkan daya beli untuk makanan tambahan menjadi lebih besar. Pendapatan menyangkut besarnya penghasilan yang diterima, yang jika dibandingkan dengan pengeluaran, masih memungkinkan ibu untuk memberikan makanan tambahan bagi bayi usia kurang dari enam bulan. Biasanya semakin baik perekonomian keluarga maka daya beli akan makanan tambahan juga mudah, sebaliknya semakin buruk perekonomian keluarga, maka daya beli akan makanan tambahan lebih sukar. Tingkat penghasilan keluarga berhubungan dengan pemberian MP-ASI dini. Penurunan prevalensi menyusui lebih cepat terjadi pada masyarakat golongan ekonomi menengah ke atas. Penghasilan keluarga yang lebih tinggi berhubungan positif secara signifikan dengan pemberian susu botol pada waktu dini dan makanan buatan pabrik (Nauli, 2012).

2) Faktor Pendorong

a) Pengaruh Iklan

Sumber informasi diduga berpengaruh dalam pemberian susu formula. Media massa khususnya televisi dan radio, memiliki pengaruh yang besar terhadap pemberian susu formula, karena iklan pada media tersebut produsen berusaha menampilkan beberapa kelebihan dari beberapa produk mereka yang

sangat penting bagi pertumbuhan bayi, sehingga seringkali ibu beranggapan bahwa susu formula lebih baik dari ASI (Chairani, 2013).

3) Faktor Pendukung

a) Dukungan Petugas Kesehatan

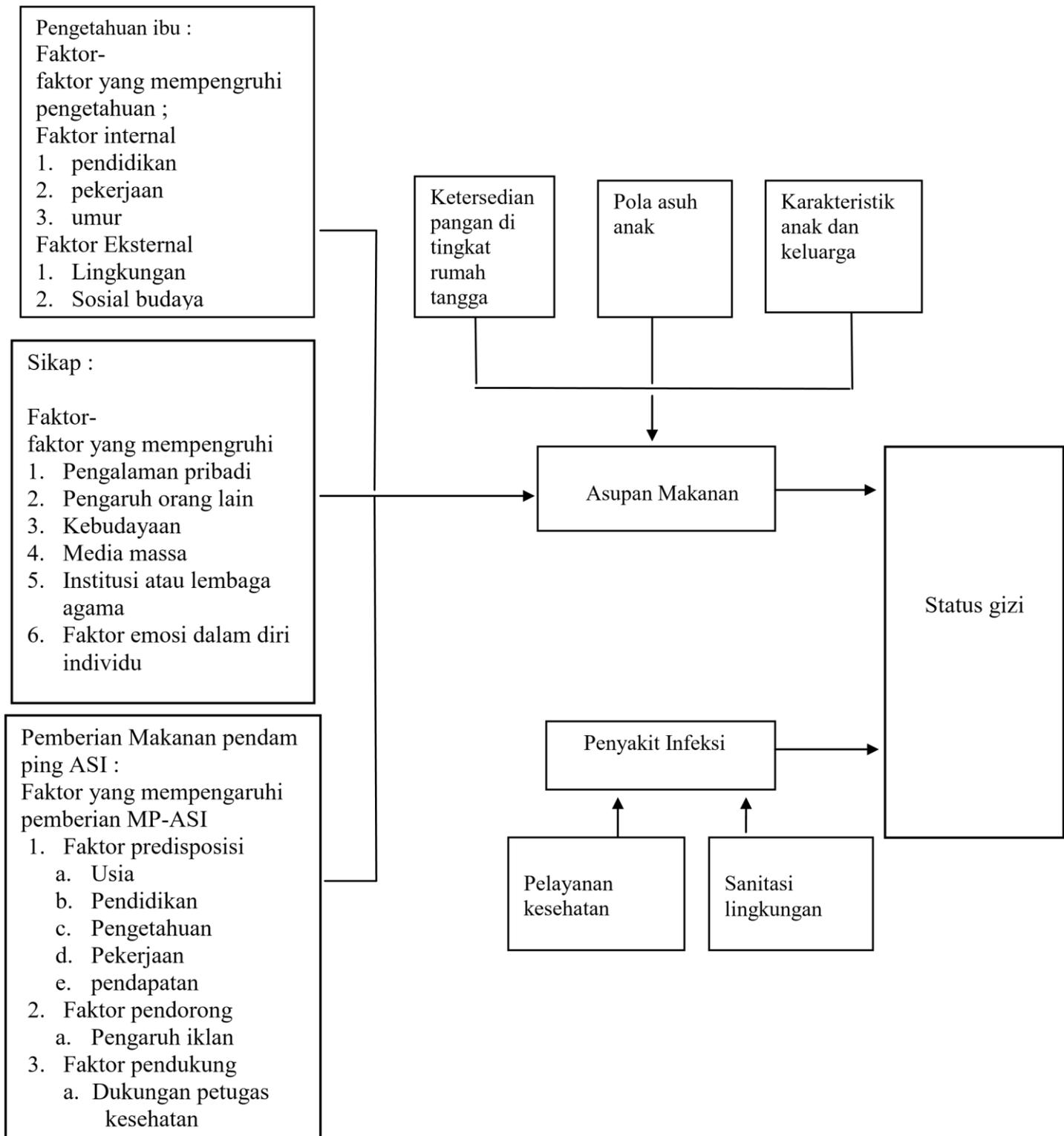
Petugas kesehatan adalah orang yang mengerjakan sesuatu pekerjaan di bidang kesehatan atau orang mampu melakukan pekerjaan di bidang kesehatan. Faktor petugas kesehatan adalah kualitas petugas kesehatan yang akhirnya menyebabkan ibu memilih untuk memberikan makanan tambahan pada bayi atau tidak. Petugas kesehatan sangat berperan dalam memotivasi ibu untuk tidak memberi makanan tambahan pada bayi usia kurang dari enam bulan. Biasanya, jika dilakukan penyuluhan dan pendekatan yang baik kepada ibu yang memiliki bayi usia kurang dari enam bulan, maka pada umumnya ibu mau patuh dan menuruti nasehat petugas kesehatan, oleh karena itu petugas kesehatan diharapkan menjadi sumber informasi tentang kapan waktu yang tepat memberikan makanan tambahan dan risiko pemberian makanan tambahan dini pada bayi (Nauli, 2012).

b) Dukungan Keluarga

Menurut Afifah (dalam Chairani, 2013) lingkungan keluarga merupakan lingkungan yang sangat berpengaruh terhadap keberhasilan ibu menyusui bayinya secara eksklusif. Keluarga (suami, orang tua, mertua, ipar, dan sebagainya) perlu diinformasikan bahwa serorang ibu perlu dukungan dan bantuan keluarga untuk berhasil menyusui secara eksklusif, misalnya dengan cara menggantikan sementara tugas ibu rumah tangga seperti memasak, mencuci, dan membersihkan rumah.

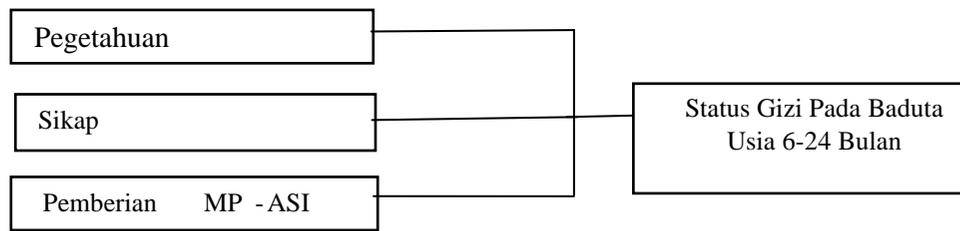
E. Kerangka Teori dan Kerangka Konsep

1. Kerangka Teori



Gambar 1 : Kerangka Teori

2. Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka konsep