

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Pengetahuan

2.1.1 Definisi Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni pengelihatannya, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh dari mata dan telinga.

Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2010).

2.1.2 Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Adapun faktor yang mempengaruhi pengetahuan antara lain:

1. Faktor Internal

a. Usia

Usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin membaik (Notoatmodjo, 2010). Selain itu semakin bertambahnya usia seseorang maka makin bertambah pula tingkat pengetahuan seseorang, seiring dengan pengalaman hidup, emosi, pengetahuan, dan keyakinan yang lebih matang. Akan tetapi pada usia tertentu bertambahnya proses perkembangan mental ini tidak secepat seperti ketika berusia belasan tahun (Notoatmodjo, 2010).

b. Intelegensi

Intelegensi diartikan sebagai suatu kemampuan untuk belajar dan berfikir secara abstrak guna menyesuaikan diri secara mental dalam situasi baru. Intelegensi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi hasil dari proses belajar seseorang. Sehingga perbedaan intelegensi seseorang akan berpengaruh pula terhadap tingkat pengetahuan (Notoatmodjo, 2010).

c. Pengalaman

Pengalaman merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan yang berkaitan dengan umur dan pendidikan individu. Hal ini mengandung maksud bahwa semakin bertambahnya umur dan pendidikan yang tinggi, maka pengalaman seseorang akan jauh lebih luas (Fahmi, 2012). Pengalaman adalah sesuatu yang dirasakan (diketahui, dikerjakan), juga kesadaran akan suatu hal yang tertangkap oleh indera manusia. Pengetahuan yang didapat dari pengalaman berdasarkan kenyataan yang pasti dan pengalaman yang berulang-ulang dapat menyebabkan terbentuknya pengetahuan. Pengalaman masa lalu dan aspirasinya untuk masa yang akan datang menentukan perilaku seseorang (Budiman & Riyanto, 2014). Pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman baik dari pengalaman pribadi maupun dari pengalaman orang lain. Pengalaman ini merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran suatu pengetahuan (Notoatmodjo, 2010).

d. Minat

Minat sebagai suatu kecenderungan atau keinginan yang tinggi terhadap sesuatu. Minat menjadikan seseorang untuk mencoba dan menekuni suatu hal dan pada akhirnya diperoleh pengetahuan yang lebih mendalam (Mubarak dkk, 2008).

2. Faktor Eksternal

a. Pendidikan

Pendidikan dapat membawa wawasan atau pengetahuan seseorang. Secara umum orang yang berpendidikan tinggi akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas dibandingkan seseorang yang tingkat pendidikannya rendah (Notoatmodjo, 2010).

b. Sumber Informasi

Informasi adalah salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, informasi yang diperoleh dari berbagai sumber akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Sumber informasi adalah proses pemberitahuan yang dapat membuat seseorang mengetahui informasi dengan mendengar atau melihat sesuatu secara langsung ataupun tidak langsung dan semakin banyak informasi yang didapat, akan semakin luas pengetahuan seseorang (Fahmi, 2012). Kemudahan untuk memperoleh suatu informasi dapat membantu mempercepat seseorang memperoleh pengetahuan yang baru (Mubarak dkk, 2008).

c. Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada di sekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut. Hal ini terjadi karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh setiap individu (Notoatmodjo, 2008). Lingkungan memberikan pengaruh pertama bagi seseorang, dimana seseorang dapat mempelajari hal-hal yang baik dan juga hal-hal yang buruk tergantung dari sifat kelompoknya. Dalam lingkungan seseorang akan memperoleh pengalaman yang akan berpengaruh pada cara berfikir seseorang (Notoatmodjo, 2010).

d. Pekerjaan

Dengan bekerja seseorang dapat berbuat yang bernilai, bermanfaat dan memperoleh berbagai pengalaman. Selain itu pekerjaan juga mempengaruhi daya beli seseorang, sehingga mampu memperoleh sumber informasi yang lebih banyak untuk menambah wawasan dan pengetahuan (Mubarak dkk, 2008).

e. Tingkat Ekonomi

Tingkat ekonomi merupakan salah satu faktor yang memengaruhi tingkat pengetahuan. Seseorang dengan tingkat ekonomi rendah akan mengalami kendala untuk mendapatkan informasi, terutama sumber informasi yang berbayar (Fahmi, 2012).

2.1.3 Kriteria Pengetahuan

Menurut Arikunto (2008), kriteria untuk menilai tingkat pengetahuan dibagi menjadi tiga kategori:

1. Baik : Hasil presentase $\geq 75\%$
2. Cukup : Hasil presentase 55%-74%
3. Kurang : Hasil presentase $\leq 55\%$

2.2 Konsep Suami

2.2.1 Definisi Suami

Suami adalah pemimpin dan pelindung bagi istrinya, maka kewajiban suami terhadap istrinya ialah mendidik mengarahkan serta mengertikan istri pada kebenaran kemudian memberikan nafkah lahir batin mempergauli serta menyantuni dengan baik (Haryawan 2008)

Suami adalah pasangan hidup istri (ayah dari anak-anak), suami mempunyai suatu tanggung jawab yang penuh dalam suatu keluarga tersebut dan suami mempunyai peranan yang penting, dimana suami sangat di tuntut bukan hanya sebagai pencari nafkah akan tetapi suami sebagai motivator dalam berbagai kebijakan yang akan di putuskan (chaniago, 2008)

2.2.2 Fungsi Suami

Sudah jamak dipahami bahwa suami adalah kepala rumah tangga dan istri adalah ibu rumah tangga. Logika ini tidak bisa diganti dengan sebaliknya. Secara umum dalam masyarakat di pedesaan adalah kepala rumah tangga mengurus urusan-urusan besar dalam rumah tangga, yakni yang menyangkut pencarian nafkah , penjagaan hubungan rumah tangga

dengan masyarakat, dan urusan-urusan lain yang melibatkan rumah tangga dengan kehidupan sosial.

Keluarga bisa di anggap sebagai miniatur dari sebuah sistem pemerintahan, yang memerlukan seorang pemimpin, bertujuan untuk menciptakan negara yang maju, aman dan sejahtera. Begitu juga dengan keluarga, yang memerlukan seorang pemimpin yang bisa disebut dengan kepala rumah tangga untuk menciptakan keluarga yang diimpikan yaitu keluarga yang *sakinah, mawaddah, wa rahmah*. Agama menganggap bahwa pemimpin atau kepala dalam rumah tangga itu adalah seorang suami.

2.2.3 Kedudukan Suami

Walaupun suami merupakan pemimpin dalam keluarga, kepemimpinan suami tidak sampai memutlakan seorang istri untuk tunduk sepenuhnya. Istri tetap mempunyai hak untuk bermusyawarah dan melakukan tawar-menawar keinginan dengan suami berdasarkan argumen-argumen rasional-kondisional. Kepemimpinan suami atas keluarganya tidak menghilangkan hak-hak mereka dalam berbagai hal (Kusyairi,2009)

2.2.4 Kewajiban Suami

Suami adalah kepala rumah tangga. Pada dirinya terletak tanggung jawab yang besar, kewajibannya yang bermacam-macam terhadap keluarga, dirinya dan agamanya yang harus ia letakan secara seimbang, sehingga satu kewajiban tidak mengurangi kewajiban yang lain.

Sesungguhnya Allah swt telah berkehendak memberikan amanah kepada perempuan untuk hamil, melahirkan dan menyusui tugas yang amat besar. Karenanya sangat adil, jika kemudian Allah membebaskan tugas kepada

laki-laki untuk mencari nafkah, untuk memenuhi kebutuhan utama keluarga dan memberikan perlindungan kepada perempuan sehingga dapat berkonsentrasi menjalankan tugas mulia (Sulaiman,2009).

2.3 Konsep *Breastfeeding Father* (Ayah ASI)

2.3.1 Definisi *Breastfeeding Father* (Ayah ASI)

Breastfeeding Father (Ayah ASI) merupakan sebuah fenomena yang menggambarkan keterlibatan peran ayah dalam proses pemberian ASI eksklusif. Ayah ASI lebih lengkap dijelaskan sebagai suatu pola pikir dan tindakan seorang ayah yang mendukung, membantu, mendorong, dan mengawal hubungan antara ibu dan bayi dalam memberikan ASI sebagai makanan utama bagi bayi mereka (Syamsiah, 2010).

Breastfeeding Father (Ayah ASI) adalah paduan pola pikir dan tindakan seorang ayah yang mendukung proses menyusui dari istri (ibu) ke anaknya. Bukan label, julukan, apalagi pangkat yang bisa dicapai dengan target tertentu, karena penerapannya bisa sangat relatif, bahkan sulit dirumuskan (reqgi, 2015)

Ayah ASI (*breastfeeding father*) adalah keterlibatan ayah dalam memberikan dukungan emosional dan fisik kepada ibu menyusui. sehingga Keterlibatan ayah tersebut turut menentukan kelancaran refleks pengeluaran ASI (let down reflex) yang dipengaruhi emosi ibu.

Dukungan suami merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan ibu dalam pemberian ASI eksklusif. Cara terbaik yang dapat dilakukan suami dalam memberi dukungan kepada ibu menyusui adalah dengan berperan sebagai *breastfeeding father*. *Breastfeeding Father* adalah

dukungan penuh seorang suami sebagai ayah kepada istrinya agar dapat berhasil dalam proses menyusui (dr.Ariani,2010)

Seorang ayah mempunyai peran yang sangat penting dalam keberhasilan menyusui. Pasangan yang saling mendukung adalah faktor yang menentukan kesuksesan proses menyusui. Dengan kata lain keberhasilan menyusui tidak terlepas dan usaha para ayah untuk menjadi *Breastfeeding Father* (dr.Ariani,2010).

2.3.2 Peran Suami Sebagai *Breastfeeding Father* (Ayah ASI)

Peran suami dalam proses menyusui tidak hanya memberikan sentuhan lembut pada sang ibu, peran suami yang lainnya juga sangat penting, utamanya dalam hal mendukung ibu selam memberikan ASI (Afiati,2009). Menurut Roesli (2008) dukungan suami sangat di perlukan agar pemberian ASI eksklusif bisa tercapai. Oleh karena itu, ayah sebaiknya jadi salah satu kelompok sasaran dalam kampanye pemberian ASI. Suami sebagai *Breastfeeding Father* juga harus memberikan dukungan yang konkrit, dukungan suami bisa dalam bentuk dukungan paling berarti bagi istri.

Secara fisik seorang suami tidak bisa hamil dan tidak bisa memberikan ASI, bagaimanapun proses menyusui adalah proses yang melibatkan seluruh keluarga dan keterlibatan suami adalah salah satu peran penting yang menentukan kelancaran proses pemberian ASI(Afiati,2009). Berikut ini beberapa peran seorang suami dalam mendukung pemberian ASI antara lain (dr.Ariani,2010) :

1. Saat hamil dan melahirkan

a. Membangun motivasi melalui ilmu

Seorang calon ayah sangat perlu memiliki pemahaman yang baik tentang kondisi fisik maupun psikologis istri ketika hamil, melahirkan, dan pasca melahirkan. Tidak hanya itu, suami juga wajib memahami tentang ASI, pengasuhan, dan pendidikan anak. Sang ayah memang tidak akan pernah merasakan apa yang dirasakan ibu ketika sedang mengandung, melahirkan, dan menyusui, tetapi pemahaman yang baik akan menumbuhkan kesadaran dan empati di dalam diri ayah.

Peran ayah sangatlah penting dalam keberhasilan proses menyusui, alangkah baiknya bila calon ayah meluangkan waktu untuk mencari berbagai ilmu yang diperlukan. Lakukan dengan bergembira bersama istri, jadikan bahan perbincangan diskusi yang hangat sambil menunggu kehadiran sang buah hati, dengan melakukan hal tersebut akan tumbuh motivasi dalam diri calon ibu untuk menyusui anaknya dan dalam diri calon ayah untuk mendukung hal itu. Motivasi yang tumbuh dalam diri calon ayah dan calon ibu sangat penting untuk keberhasilan menyusui.

b. Suami perlu mengetahui pentingnya pemberian ASI

Suami harus mengetahui bahwa hanya ASI adalah makanan yang penting diberikan untuk bayi dan merupakan satu-satunya nutrisi yang dibutuhkan untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi pada bulan-bulan pertama kelahiran dalam

rentang 1-6 bulan kelahiran. Dikarenakan suami sebagai pendukung yang utama dalam keberhasilan pemberian ASI.

c. Mulai menjalin kontak dengan bayi

Pada usia kehamilan 4 bulan, calon bayi sudah dapat mendengar dan merasakan sentuhan orang-orang terdekatnya, meskipun masih di dalam kandungan. Sering-seringlah mengelus perut istri, menyapa buah hati, mengajaknya bermain, dan yang terpenting mengenalkan diri ayahnya.

d. Memilih rumah bersalin sayang bayi

Pilihlah rumah bersalin yang mendukung pemberian ASI eksklusif, bersedia memfasilitasi IMD (inisiasi menyusui dini), dan memberi fasilitas rawat gabung ibu dan bayi. IMD dan ASI eksklusif sangat berpengaruh pada kesuksesan penyusuan. Kesuksesan menyusui sangat berpengaruh terhadap masa depan anak. Oleh karena itu, memilih rumah bersalin sayang bayi merupakan langkah penting dalam mengantarkan anak menuju masa depan yang lebih cerdas.

e. Mendampingi istri ketika berjuang melahirkan

Selain memberikan dampak ketenangan psikologis bagi suami istri, kehadiran suami ketika sang istri melahirkan sangat berpengaruh terhadap keberhasilan IMD.

Suami dapat meneguhkan istri dan memastikan dokter atau bidan melakukan IMD dan ASI eksklusif. Sang ibu betul-betul memerlukan bantuan orang lain untuk memperjuangkan hal itu

karena kondisinya masih lemah, baik secara fisik maupun mental, setelah melahirkan.

2. Setelah melahirkan

a. Membantu istri mendapatkan posisi yang nyaman

Suami sebagai penganjur pemberian ASI harus tahu dan ikut membantu dalam memberikan posisi menyusui yang benar. Posisi menyusui yang benar akan berpengaruh terhadap keberhasilan proses pemberian ASI.

b. Membantu istri rileks dan tenang

Ketika istri menyusui, suami memberikan sentuhan lembut pada punggung istri sehingga memberikan kenyamanan pada jiwa sang istri. Secara psikolog perasaan itu membantu kelancaran proses pemberian ASI karena dapat memberikan perasaan rileks dan tenang pada diri sang istri dan juga akan berpengaruh pada bayi yang sedang disusui.

c. Menunjukkan kasih sayang dan simpati

Dukungan suami yang paling penting adalah menjaga keseimbangan terutama dalam hal perhatian, kasih sayang dan simpati. Perhatian dan kasih sayang dari seorang suami tidak saja diberikan untuk bayi tetapi juga untuk istri sehingga istri merasa diperhatikan.

Secara emosional peran suami ini dapat menimbulkan terjadinya ikatan keluarga yang akan terjalin lebih erat. Bisa juga dengan sekedar pijatan ringan pada punggung istri dan kecupan

sayang dikenangnya ketika istri selesai menyusui, itu juga akan memberikan banyak arti yang akan membuat dekat suami istri dan memperlancar produksi ASI.

d. Membantu istri melakukan pekerjaan rumah tangga

Peran suami sebagai *breastfeeding father*, senantiasa harus mampu membantu istri melakukan pekerjaan rumah tangga untuk memperingan beban kerja istri.

Suami yang benar-benar mendukung dalam proses pemberian ASI akan senantiasa menyiapkan makanan atau minuman untuk istrinya saat menyusui. Suami akan berfikir makanan yang disiapkan itu akan bermanfaat untuk kesehatan ibu dan bayinya.

e. Membantu mengatasi masalah dalam pemberian ASI

Tidak setiap ibu dapat memberikan ASI dengan lancar. Banyak ibu mengalami masalah, mulai dari ASI yang tak keluar, puting payudara lecet, pembengkakan, mastitis, stres, dll. Modal utama memecahkan keluhan secara benar adalah jika ayah atau ibu menguasai teori manajemen menyusui.

Ayah bisa ikut menginformasikan hal-hal yang diketahuinya, atau turun tangan langsung mengatasinya. Misal, jika payudara istri dipijat, dikompres, jika harus berobat, bagaimana cara menyimpan ASI perah, dll. Untuk menguasai hal ini, sebaiknya ayah ikut pergi ke klinik laktasi sebelum program menyusui dimulai.

f. Ikut merawat bayi

Suami dapat ikut serta dalam merawat bayi dengan membantu mengganti popok bayi, menyendawakan bayi setelah menyusui, menggendong bayi, membantu memandikan bayi, dan bermain dengan bayi. Ayah juga dapat membantu merawat anak-anak termasuk kakak si bayi apabila mempunyai seorang kakak.

g. Mendampingi ibu menyusui walaupun tengah malam

Mendampingi, menemani, yang sedang menyusui pun merupakan bentuk dukungan yang besar artinya. Sebisanya, ikut bangun saat istri terbangun tengah malam. Atau jika tak bisa bangun malam, paling tidak jangan tunjukkan ekspresi kesal akibat tidur yang terganggu saat bayi menangis lapar di malam hari. Tapi ada sebuah rahasi kecil, pemandangan suami yang terkantuk-kantuk saat menunggu istri menyusui, akan sangat menyentuh perasaan istri dan membuat cinta istri semakin dalam.

3. Ada banyak kegiatan yang dapat dilakukan oleh seorang Ayah ASI.

Berikut peran-peran menurut (Rahmad 2014) yang dapat dilakukan Ayah saat proses pemberian ASI Eksklusif :

a. Biarkan ibu beristirahat

Menyusui merupakan kegiatan yang menyenangkan bagi ibu, berikanlah waktu untuk ibu beristirahat agar produksi ASI ibu melimpah.

b. Ikut bangun saat menyusui

Bayi baru lahir memerlukan banyak nutrisi, sekitar 2 jam sekali bayi harus di berikan ASI meskipun ia sedang tidur harus

dibangunkan untuk menyusui. Apalagi jika bayi menangis karena ingin mrnyusu, mau jam berapapun harus diberikan. Disinilah peran Ayah ASI sangat membantu ibu, dengan suami ikut bangun menemani istri jadi ada yang memantau jika istri(ibu) tidak sengaja tertidur. Menyusui sambil ibu tidur sangat beresiko bayi tersedak derasnya ASI, dapat berujung kematian.

c. Bantu menggati popok bayi

Ayah harus tahu cara menggati popok bayi, agar bisa menggantikan ibu saat ibu lagi sibuk. Kegiatan seperti ini dapat memper erat tali kasih antara ayah dan anak.

d. Bantu sendawakan bayi setelah menyusui

Bayi bersendawa setelah menyusui akan mengurangi resiko perut kembung, tersedak, dan muntah. Caranya adalah dengan mendekap bayi di dada ayah, kepala bayi menghadap kebelakang, kemudian tepuk-tepuk punggung bayi sampai keluar sisa air susu yang masih di mulut.

e. Bantu ibu membersihkan rumah

Dengan hadirnya seorang anak otomatis kesibukan ibu jg bertambah dengan mengurus si kecil, tidak ada salahnya jika ayah membantu pekerjaan rumah ibu, seperti menyapu, mengepel, atau memasak nasi.

f. Menjadi suporter

Selalu ingatkan dan dukung ibu untuk memberikan ASI disaat semuanya lupa dengan tugas masing-masing. Ayah harus siaga menjadi garda terdepan untuk ibu.

- g. Bantulah istri untuk selalu memenuhi kebutuhan yang diperlukan selama menyusui.

Dengan mempersiapkan bra khusus ibu menyusui, botol susu, dan lainnya. Agar istri tidak terlalu repot, peran ayah untuk membantu mempersiapkan segalanya tentu sangat membantu.

- h. Perhatikanlah asupan nutrisi dari makanan yang dikonsumsi oleh ibu.

Peran ayah dalam hal ini, dapat dengan baik mempersiapkan hidangan makanan yang kaya akan nutrisi dan protein. Karena hal ini sangat berguna untuk tumbuh kembang anak tentunya.

- i. Menciptakan suasana positif.

Hal pertama yang bisa dilakukan ayah untuk menyukseskan menyusui adalah dengan menciptakan atmosfer menyusui yang positif. Jadi tidak hanya setuju dengan istri menyusui bayi, tapi dia juga akan menciptakan suasana yang mendukung istri untuk menyusui. Pandangan ini akan mempengaruhi pasangan dalam membuat prioritas untuk istri dan bayi. Misalnya saat ketika akan bepergian akan mencari tempat yang menyediakan ruang laktasi sehingga bayi akan tetap bisa menyusu pada sang ibu. Selain itu, kendala yang biasa dialami ibu saat menyusui adalah hilang

kepercayaan diri kalau dia bisa menyusui. Bila sang ayah sampai mengatakan "Sepertinya bayi masih lapar, mungkin perlu tambahan susu formula" bisa runtuh kepercayaan diri untuk menyusui. Suami adalah orang yang dipercaya istri, jadi suami harus ingat untuk bersikap positif selama istri menyusui.

j. Memberikan dukungan dan semangat.

Menyusui tidak hanya melelahkan secara fisik, tapi secara emosional juga menuntut. Apalagi pada masa awal menyusui ibu menghadapi banyak kendala, ASI tidak keluar bahkan bisa sampai mengalami baby blues. Istri membutuhkan dukungan dan semangat dari pasangan. Hujani istri dengan pujian, penghargaan atas usahanya, dan kata-kata yang bisa membangkitkan semangat istri untuk tidak menyerah dan berhenti menyusui.

4. Agar peran suami sebagai *Breastfeeding father* dapat optimal, ada beberapa langkah yang dapat dilakukan, yaitu (Aqobah,2010):

a. Belajar

Saat istri hamil bahkan sebelum kehamilan terjadi, calon ayah dapat membaca berbagai literatur berkaitan dengan proses kehamilan, perawatan dan pengasuhan bayi termasuk juga literatur tentang pemberian ASI. Ini penting agar suami bisa paham apa yang dibutuhkan ibu dan bayi. Apabila suami kurang memahami peran yang harus dilakukannya, sebaiknya bertanya kepada sesama ayah atau kepada ahli sehingga akan sangat membantu.

Pada akhirnya, dukunga sang ayah dalam bentuk dukungan emosional dan bantuan-bantuan psikis merupakan bentuk dukungan paling berarti bagi ibu. Ibu pun akan merasa bahwa bukan dirinya saja yang bertanggung jawab dalam proses menyusui, melainkan seluruh keluarganya (Yuliarti,2010).

b. Meningkatkan berbagai kemampuan yang dimiliki terkait dengan perawatan bayi

Salah satu contohnya adalah kemampuan menggendong bayi, sebaiknya dimiliki seorang suami agar dapat bergantian menggendong bayi mereka. Suami juga dapat mempelajari memijat bayi agar mampu membantu ibu memijat bayi sejak bayi baru lahir, pijat bayi yang baik dapat membantu bayi menyusui lebih baik lagi. Peran lainnya yang bisa dilakukan suami diantaranya membantu istri menjaga anak-anaknya termasuk kakaknya bayi, suami juga memberi kesempatan pada istri agar istri mempunyai waktu yang lebih banyak dengan bayinya dan mempunyai waktu istirahat.

Suami yang menemani istri bangun pada malam hari untuk menyusui, mengganti popok bayi, dan mengambil minuman atau makanan untuk istri sedang menyusui akan membuat istri senang karena merasa di perhatikan dan dicintai. Setelah bayinya disusui suami juga membantu menyendawakan bayi, dengan menyendawakan bayi berarti suami turut menyukseskan keberhasilan pemberian ASI (Lestariningsih,2008).

Bersendawa setelah minum susu (menyusu) penting bagi bayi karena akan menghindari bayi dari perut kembung, ketika bayi menyusu sering kali udara masuk bersama susu, biasanya volume udara yang tertekan oleh bayi yang minum ASI lebih sedikit dari pada bayi yang minum susu botol. Volume udara ini akan lebih banyak lagi kalau menyusunya kurang tepat, misalnya bayi menangis berkepanjangan akibat marah atau kelaparan, ketika susu masuk kedalam lambung bayi udara yang masuk tertahan di bagian atas lambung, mengakibatkan perut bayi menjadi kembung dan bayi pun menjadi rewel.

Untuk menghindari perut bayi kembung, ayah segera menyendawakannya dengan cara meletakkan handuk kecil atau sapu tangan pada bahu ayah untuk menahan muntahan susu, menggendong tubuh bayi dan biarkan kepalanya bersandar di bahu ayahnya, dan menggunakan satu tangan untuk menahan tengkuk dan bokongnya, sementara tangan lainnya mengelus-elus punggungnya sampai bayi bersendawa.

2.3.3 Cara Menjadi *Breastfeeding Father* (Ayah ASI)

Tidak ada rumus baku untuk sukses menjadi Ayah ASI.

Setiap ayah punya gaya masing-masing dan setiap pasangan memiliki bahasa yang khas Para Ayah ASI. Berikut cara-cara menjadi Ayah ASI menurut (Rahmad 2012) :

1. Menjadi pendukung untuk istri saat menyusui

Ini akan membuatnya lebih rileks dan ASI pun menjadi lebih lancar. Saat ibu senang, hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan dalam produksi ASI akan bekerja lebih baik. Memberikan pesan singkat berisi kata-kata mesra di siang hari, kejutan kecil seperti memandikan anak tanpa disuruh. Semua itu dapat memberikan ibu kebahagiaan tersendiri.

2. Menjadi juru bicara dan pelindung

Dalam hal ini suami harus mengetahui informasi sebanyak-banyaknya tentang ASI. Misalnya bergabung dengan kelompok pendukung ASI. Ketika istri bekerja, suami bisa membicarakan dengan atasannya agar istri diberikan waktu untuk menyusui atau memompa ASI.

3. Menjadi manajer yang baik

Proses menyusui akan lebih mudah dengan mengatur persediaan ASI perahan (ASIP). Suami bisa melakukannya dengan membuat daftar yang diperlukan untuk menyimpan ASI. Misalnya seperti mencari stok botol dan memberikan label tanggal ASI masuk freezer. Menemani istri saat sedang memompa di malam hari dan mengingatkan istri untuk memompa ASI.

4. Menjadi orang tua yang sebenarnya.

Tugas sebagai seorang ayah bukan hanya sekedar pengambil keputusan atau pencari nafkah. Namun Ayah harus ikut terlibat dalam urusan rumah tangga. Seperti mengurus anak

,belanja keperluan keluarga dan lain-lain. Ibu yang menyusui harus bertahan kurang lebih 15 menit di posisi yang sama selama 2-3 jam sekali. Proses ini cukup melelahkan dan membutuhkan seorang ayah yang ikut membantu urusan rumah.

5. Pencari informasi

Tidak hanya seorang istri yang mencari tahu informasi tentang ASI. Tetapi Ayah juga dapat menjadi sumber informasi. Dengan membuat daftar pertanyaan dari istri di pagi hari sebelum berangkat ke kantor, ketika pulang ke rumah, suami sudah menyiapkan semua jawabanya. Diskusikan dengan istri jawaban-jawaban itu.

6. Tanggung jawab

Prioritas seorang suami adalah keluarganya, bukan pekerjaannya dan hobi. Tugas suami tidak hanya memberikan sejumlah uang kepada istrinya. Tugas seorang suami juga tidak hanya membelikan mainan pada anak atau mengajak anaknya jalan-jalan. Menjadi bagian dari keluarga dengan seutuhnya, seperti menemani istri saat menyusui malam hari dan mendukung istri saat menyusui.

7. Bijaksana

Menahan emosi saat menghadapi lingkungan yang terlalu fleksibel soal ASI. Mencari dan memberi pemahaman dengan cara yang tepat dan bijaksana pada orangtua, mertua, dll. menempelkan kertas-kertas berisi informasi tentang ASI di kulkas, secara tidak

langsung keluarga juga bisa membacanya. Meletakkan buku-buku tentang ASI di tempat yang mudah terlihat seperti ruang tamu dll.

8. Memberi motivasi, bukan memaksa

Terkadang istri bisa menjadi emosional, merasa lelah, dan ingin berhenti menyusui. Dalam kondisi seperti ini, jadilah sebagai pendengar yang baik, memahami kesulitan istri, dan ajak istirahat sejenak dan nikmati waktu berdua. Kemudian yakinkan istri bahwa ASI adalah makanan yang terbaik untuk buah hati.

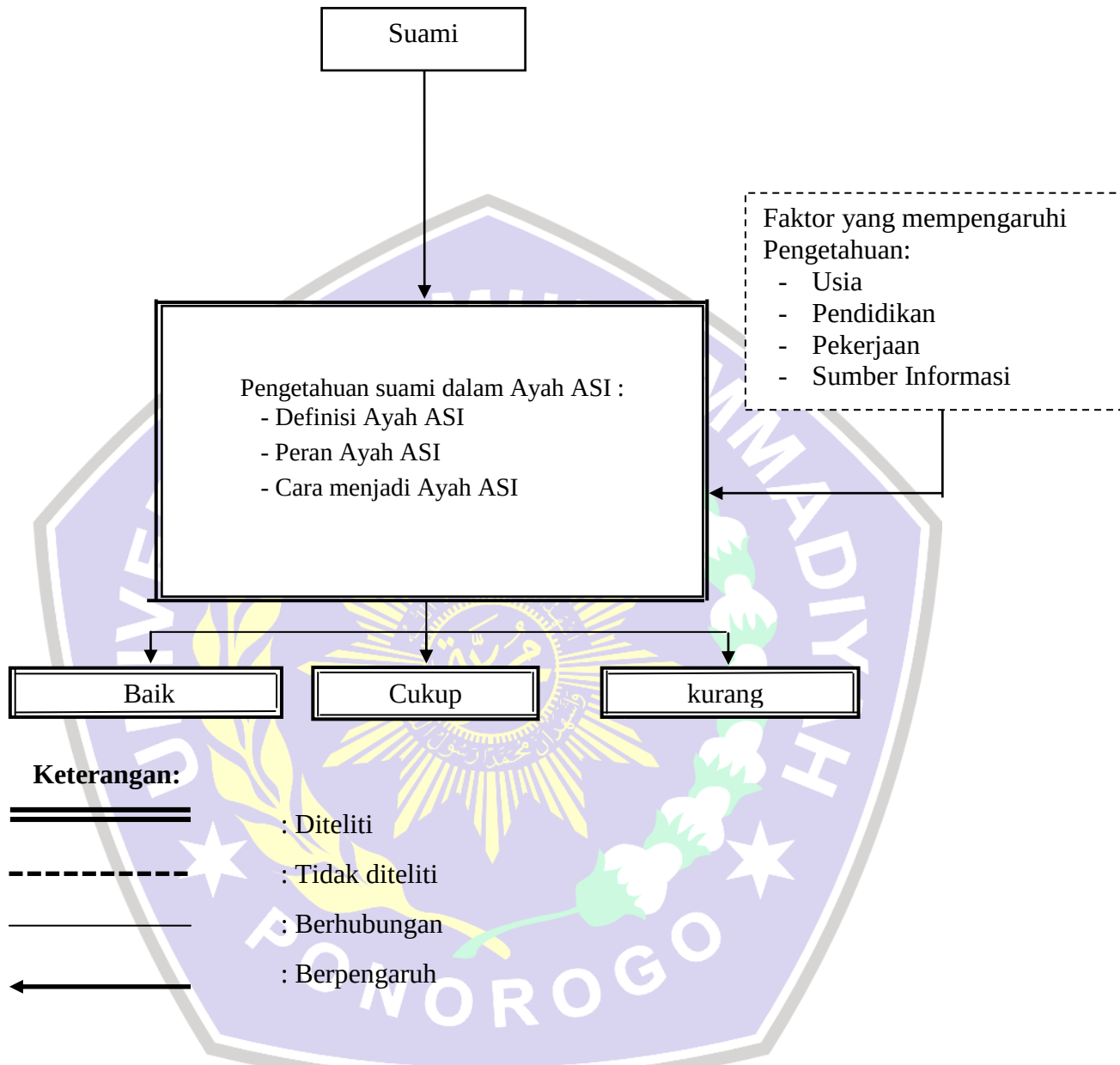
9. Jangan menjadikan dukungan dalam proses menyusui sebagai beban

Mendampingi istri menyusui adalah salah satu kewajiban alamiah seorang suami sekaligus tanggung jawab ayah pada anaknya. Belajarlah bersama-sama dengan istri.

10. Berbagi

Jangan menutup diri dan buka jaringan pergaulan serta informasi seluas-luasnya. Dengan sharing membuat Anda semakin memahami persoalan, dan belajar lebih banyak tentang suatu hal dengan dimensi dan perspektif beragam. Semakin banyak informasi, semakin memudahkan Anda mengambil langkah yang tepat.

2.4 Kerangka Konsep



Gambar 2.1. Kerangka Teori tingkat pengetahuan suami tentang *Breastfeeding Father* (Ayah ASI) di Desa Kleco Kecamatan Bendo Kabupaten Magetan.