

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 ASI Eksklusif

ASI eksklusif adalah pemberian air susu ibu (ASI) sedini mungkin setelah persalinan, diberikan tanpa jadwal, tanpa diberikan makanan lain walaupun hanya air putih sampai bayi berusia 6 bulan (Rohani, 2007). Menurut WHO/UNICEF, cara pemberian makanan pada bayi dan anak yang baik dan benar adalah menyusui bayi secara eksklusif sejak lahir sampai umur 6 bulan dan meneruskan menyusui anak sampai umur 2 tahun. Mulai 6 bulan bayi mendapat makanan pendamping ASI yang bergizi sesuai dengan kebutuhan tumbuh kembangnya. (Depkes RI, 2007)

Seperti pada pedoman menyusui yang telah dijelaskan oleh WHO/UNICEF, *Breastfeeding Promotion and Support*, yaitu mulai menyusui segera setelah bayi lahir dengan tidak memberikan makanan atau minuman lain kepada bayi (misalnya air, madu, larutan gula, atau pengganti susu ibu) kecuali diinstruksikan oleh dokter atas alasan medis, memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan bayi dan mulai memberikan makanan pendamping ASI eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan bayi dan mulai memberikan makanan pendamping ASI setelah periode eksklusif tersebut, dan juga memberikan ASI pada bayi sesuai dorongan alamiahnya baik siang maupun malam (*United Nations International Emergency Children's Fund, 2005*)

2.1.1 Manfaat ASI dan Menyusui

Pemberian ASI dengan cara menyusui dapat memberikan manfaat yang sangat besar baik untuk bayi maupun untuk ibu (Siregar, 2004).

a. Manfaat ASI untuk bayi diantaranya :

- 1) Merupakan makanan alami yang sangat bagus untuk bayi, dengan zat gizi yang ideal dan disesuaikan dengan kebutuhan serta kemampuan pencernaan bayi.
- 2) Kandungan laktosa pada ASI lebih tinggi dibandingkan pada susu formula. Didalam usus laktosa akan difermentasikan menjadi asam laktat, yang kemudian akan berfungsi untuk menghambat bakteri yang sifatnya patogen, merangsang pertumbuhan mikroorganisme yang mampu menghasilkan asam organik dan mensintesa beberapa jenis vitamin, mempermudah pengendapan *calcium-cassienat*, dan memudahkan penyerapan berbagai jenis mineral seperti kalsium dan magnesium.
- 3) ASI mengandung antibodi yang dapat melindungi bayi selama 5-6 bulan pertama. Kandungan tersebut seperti : *immunoglobulin*, *lysozyme*, *complement C₃* dan *C₄*, *anti stapilococcus*, *lactobassilus bifidus*, *lactoferrin*.
- 4) ASI tidak menyebabkan alergi pada bayi karena tidak mengandung *beta-lactoglobulin* (Siregar, 2004).

b. Manfaat menyusui untuk ibu diantaranya :

- 1) Menumbuhkan hubungan yang erat baik secara psikis maupun emosional antara ibu dengan bayinya karena terjadi kontak kulit secara langsung pada saat menyusui.
- 2) Menyusui dapat membantu terjadinya kontraksi yang baik setelah melahirkan. Kontraksi tersebut akan membantu kembalinya rahim ibu pada ukuran semula (seperti saat sebelum hamil).
- 3) Menyusui dapat membantu mempercepat berhentinya perdarahan post partum.

- 4) Menyusui terus menerus selama enam bulan dapat mengurangi kesuburan ibu sehingga ibu tidak perlu memakai alat kontrasepsi agar tidak hamil.
- 5) Menyusui dapat mengurangi resiko kemungkinan terkena kanker payudara pada masa yang akan datang (Siregar, 2004).

2.2 Pengetahuan

2.2.1 Definisi Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu yang terjadi setelah orang melakukan pengindraan, melalui panca indra. Pengetahuan merupakan domain yang penting akan terbentuknya tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2007).

Pengetahuan diperoleh dari informasi baik secara lisan ataupun tertulis dari pengalaman seseorang. Pengetahuan diperoleh dari fakta atau kenyataan dengan mendengar radio, melihat televisi, dan sebagainya. Serta dapat diperoleh dari pengalaman berdasarkan pemikiran kritis (Soekanto, 2002).

2.2.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

a. Faktor Internal

Menurut (Notoatmodjo, 2005). Faktor internal yang mempengaruhi pengetahuan yaitu :

1) Pendidikan

Pendidikan adalah setiap usaha, pengaruh, perlindungan, dan bantuan yang diberikan kepada anak yang tertuju kepada kedewasaan. Sedangkan GBHN Indonesia mendefinisikan lain, bahwa pendidikan sebagai suatu usaha dasar untuk menjadi kepribadian dan

kemampuan didalam dan diluar sekolah dan berlangsung seumur hidup.

2) Minat

Minat diartikan sebagai suatu kecenderungan atau keinginan yang tinggi terhadap sesuatu dengan adanya pengetahuan yang tinggi didukung minat yang cukup dari seseorang sangatlah mungkin seseorang tersebut akan berperilaku sesuai dengan apa yang diharapkan.

3) Pengalaman

Pengalaman adalah suatu peristiwa yang dialami seseorang (Middle Brook, 1947) yang dikutip oleh Azwar (2009), mengatakan bahwa tidak adanya suatu pengalaman sama sekali. Suatu objek psikologis cenderung akan bersikap negatif terhadap objek tersebut untuk menjadi dasar pembentukan sikap pengalaman pribadi haruslah meninggalkan kesan yang kuat. Karena itu sikap akan lebih mudah terbentuk apabila pengalaman pribadi tersebut dalam situasi yang melibatkan emosi, penghayatan, pengalaman akan lebih mendalam dan lama membekas.

4) Usia

Usia individu terhitung mulai saat dilahirkan sampai saat berulang tahun. Semakin cukup umur tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Dari segi kepercayaan masyarakat seseorang yang lebih dewasa akan lebih dipercaya daripada orang yang belum cukup tinggi kedewasaannya. Hal ini sebagai akibat dari pengalaman dan kematangan jiwanya, makin tua seseorang maka makin kondusif dalam menggunakan koping terhadap masalah yang dihadapi (Azwar, 2009)

b. Faktor Eksternal

Menurut Notoatmodjo (2007) faktor eksternal yang mempengaruhi pengetahuan antara lain :

1) Ekonomi

Dalam memenuhi kebutuhan primer ataupun sekunder, keluarga dengan status ekonomi baik lebih mudah tercukupi dibanding dengan keluarga dengan status ekonomi rendah, hal ini akan mempengaruhi kebutuhan akan informasi termasuk kebutuhan sekunder. Jadi dapat disimpulkan bahwa ekonomi dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang tentang berbagai hal.

2) Pengaruh sosial

Orang lain disekitar kita merupakan salah satu diantara komponen sosial yang ikut mempengaruhi pengetahuan seseorang. Seseorang yang kita anggap penting, seseorang yang kita harapkan persetujuannya bagi setiap gerak tingkah dan pendapat kita, seseorang yang tidak berarti khusus bagi kita, akan memepengaruh pengetahuan kita.

3) Informasi

Informasi adalah keseluruhan makna, dapat diartikan sebagai pemberitahuan seseorang adanya informasi baru mengenai suatu hal, memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya sikap terhadap hal tersebut. Pesan-pesan sugestif dibawa oleh informasi tersebut apabila arah sikap tertentu. Pendekatan ini biasanya digunakan untuk menggunakan kesadaran masyarakat terhadap suatuinovasi yang berpengaruh perubahan perilaku, biasanya digunakan melalui media massa.

4) Pengaruh kebudayaan

Kebudayaan dimana kita hidup dan dibesarkan mempunyai pengaruh besar terhadap pengetahuan. Kebudayaan telah mewarnai sikap masyarakatnya, karena kebudayaan pulalah yang memberi corak pengalaman individu individu yang menjadi anggota kelompok asuhannya. Apabila dalam suatu wilayah mempunyai budaya untuk selalu menjaga kebersihan lingkungan maka sangat mungkin berpengaruh dalam pembentukan sikap pribadi atau sikap seseorang. (Notoadmodjo,2007)

2.2.3 Pengukuran pengetahuan

Menurut Nursalam (2008), pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari objek penelitian atau responden. Data yang bersifat kualitatif digambarkan dengan kata kata, sedangkan data yang bersifat kuantitatif berwujud angka angka, hasil hasil perhitungan atau pengukuran, dapat diproses dengan cara dijumlahkan, dibandingkan dengan jumlah yang diharapkan dan diperoleh presentase, setelah dipresentasikan lalu ditafsirkan kedalam kalimat yang bersifat kualitatif. Penilaian penilaian didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada. Dengan menggunakan kuisioner terdiri dari beberapa soal dimana mempunyai skor 3 untuk jawaban baik, skor 2 untuk jawaban cukup, dan skor 1 untuk jawaban kurang.

Menurut Nursalam (2006) kategori pengetahuan dapat ditentukan dengan kriteria Arikunto (2006) :

Baik : Jika pertanyaan dijawab dengan benar 76-100%

Cukup : Jika pertanyaan dijawab dengan benar 56-75%

Kurang : Jika pertanyaan dijawab dengan benar < 55%

Menurut Notoatmodjo (2005), tingkat pengetahuan terdiri dari enam tingkatan, yaitu :

a. Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya, Yang termasuk mengingat kembali tahap suatu yang spesifik dari keseluruhan bahan yang dipelajari atau rangsangan. Jadi tahu merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah.

b. Memahami (*comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu untuk menjelaskan secara benar tentang obyek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap obek atau materi dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan terhadap objek yang dipelajari.

c. Aplikasi (*application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari dalam situasi dan kondisi yang sebenarnya. (Notoatmodjo, 2005).

d. Analisa (*analysis*)

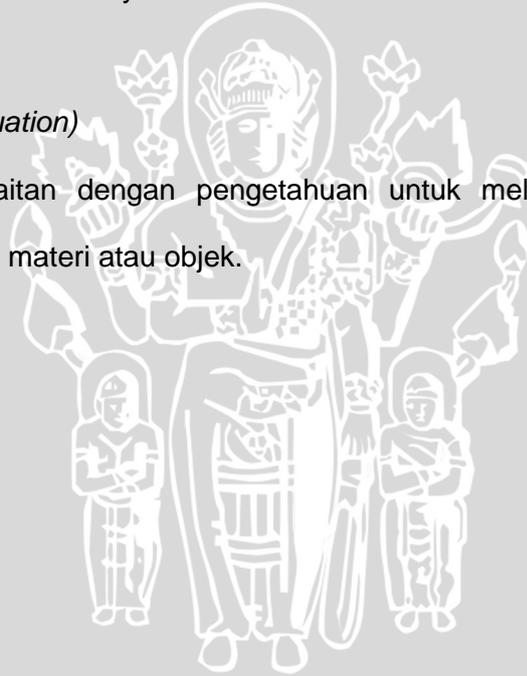
Analisa adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi suatu objek didalam struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan-kemampuan analisis dapat dikaitkan dari penggunaan penggunaan kata kerja seperti menggambarkan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

e. Sintesa (*synthesis*)

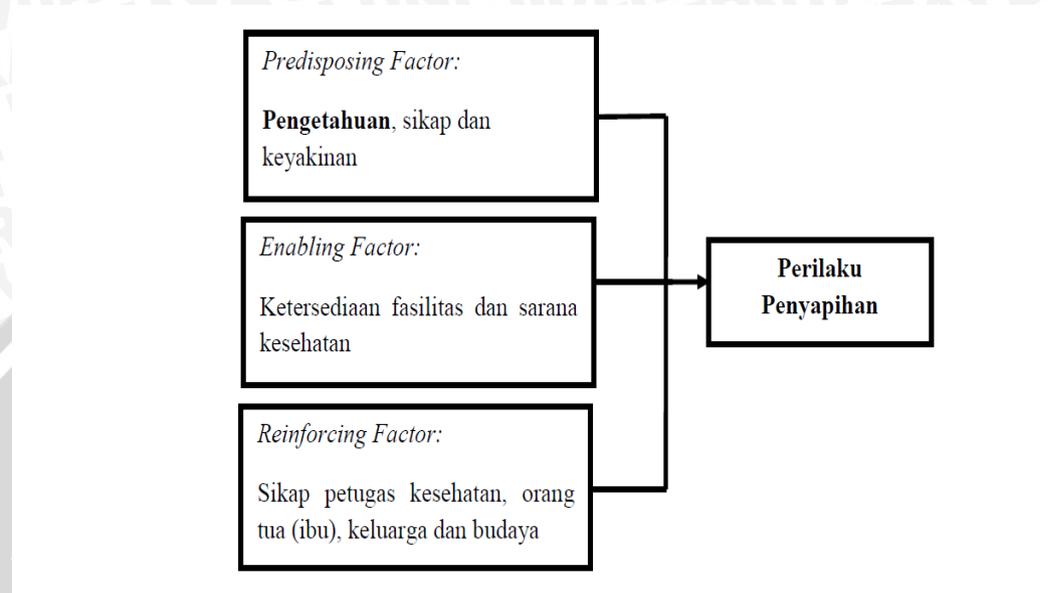
Sintesa menunjukkan kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian bagian didalam suatu keseluruhan yang baru atau kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi yang telah ada.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi berkaitan dengan pengetahuan untuk melakukan penelitian terhadap suatu materi atau objek.



2.2.3 Faktor faktor yang mempengaruhi perilaku penyapihan menurut Lawrence Green dalam Notoadmodjo(2005)



Lawrence Green dalam Notoadmodjo (2005: 50-60)

Menurut teori Lawrence Green dalam Notoadmodjo (2005) ada 3 faktor yang mempengaruhi perilaku ibu dalam melakukan penyapihan :

- 1) Faktor yang mempermudah (*Predisposing factor*) yang mencakup pengetahuan sikap ibu, dan keyakinan yang terdapat pada ibu.
- 2) Faktor pendukung (*Enabling factor*) antara lain, yaitu ketersediaanya fasilitas dan sarana prasarana kesehatan di sekitar ibu.
- 3) Faktor pendorong (*Reinforcing factor*) yaitu factor yang memperkuat perubahan perilaku seseorang dikarenakan adanya sikap petugas kesehatan, orang tua dalam hal ini biasanya ibu atau ibu mertua, keluarga dan adanya budaya yang mempengaruhi perilaku ibu.

2.3 Pekerjaan

Saat ini semakin banyak wanita yang mengembangkan diri dalam bidang ekonomi, dan masyarakat pun tampaknya semakin menyadari kalau kebutuhan wanita bukan hanya kebutuhan fisiologis dan reproduksi (melahirkan), namun juga kebutuhan untuk mengembakan intelektual dan sosialnya. Dari sinilah wanita itu dapat membuktikan bahwa dalam sektor ekonomi wanita juga dapat berfungsi sebagai subyek pelaku yaitu sebagai pekerja bukan hanya konsumen. (Hikmawati, 2008)

Bidang kerja yang dipilih beragam dari sektor swasta sampai sektor pemerintahan, dari bidang jasa sampai non jasa. Dengan adanya peran ganda seorang ibu baik sebagai ibu pekerja maupun sebagai ibu rumah tangga, ketika peran tersebut tidak sesuai proporsi, maka akan timbul dampak negatif. Kebutuhan dasar seorang bayi yang baru lahir adalah ASI eksklusif selama 6 bulan, selain itu tidak ada jadwal khusus yang dapat diterapkan untuk pemberian ASI pada bayi, artinya, ibu harus siap setiap saat menyusui ketika bayinya membutuhkan ASI. Namun bila ibu diharuskan kembali bekerja penuh sebelum bayi berusia enam bulan, pemberian ASI eksklusif ini tidak berjalan sebagaimana seharusnya. Adanya peraturan cuti yang biasanya hanya berlangsung selama 3 bulan membuat banyak ibu harus mempersiapkan bayinya dengan makanan pendamping ASI sebelum masa cutinya habis, sehingga pemberian ASI eksklusif menjadi tidak berhasil (Hikmawati, 2008).

2.4 Penyapihan

2.4.1 Pengertian

Didefinisikan sebagai proses menghentikan suatu metode pemberian makan dan menggantikannya dengan metode lain, menyapih biasanya mengacu pada penghentian pemberiana ASI yang diganti dengan susu botol. Di masyarakat barat umumnya menyapih dipandang sebagai tugas utama bayi dan sering dipandang sebagai pengalaman yan berpotensi menyebabkan trauma. Hal tersebut bermakna secara psikologis karena bayi terpaksa menghentikan sumber utama kenikmatan dan kepuasan oral. Menyapih adalah suatu proses berhentinya masa menyusui secara berangsur angsur atau sekaligus (Fitria, 2007)

Menyapih adalah proses bertahap yaitu mula-mula dengan mengurangi frekuensi pemberian ASI, sampai dengan berhentinya proses pemberian ASI (Carnain, 2007) . Menyapih berarti memperkenalkan berbagai makanan secara bertahap sampai bayi mengkonsumsi makanan yang sama dengan anggota keluarga yang lain. Hingga 6 bulan bayi hanya membutuhkan ASI atau susu formula khusus bayi. Setelah 6 bulan bayi membutuhkan nutrisi lain selain ASI dan susu formula, ibu dapat mulai memberikan makanan padat (UNICEF, 2007)

2.4.2. Waktu Penyapihan

Sebetulnya tidak ada ketentuan khusus atau batasan khusus kapan dan waktu yang tepat untuk menyapih seorang anak, artinya tidak ada aturan bahwa pada umur sekian anak harus disapih dari ibunya (Nadesul, 2007).

Usia 0-24 bulan merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, sehingga kerap diistilahkan sebagai periode emas sekaligus periode kritis. Periode emas dapat diwujudkan apabila pada masa ini bayi dan anak memperoleh supan gizi yang sesuai untuk tumbuh kembang optimal. Sebaiknya apabila bayi dan anak pada masa ini tidak memperoleh makanan sesuai kebutuhan gizinya, maka periode emas akan berubah menjadi periode kritis yang akan mengganggu pertumbuhan bayi dan anak, baik pada saat ini maupun masa selanjutnya (Depkes RI, 2006).

Untuk mencapai tumbuh kembang optimal, di dalam *Global Strategy for Infant and Young Childd Fedding*, WHO/UNICEF merekomendasikan empat hal penting yang harus dilakukan, yaitu : pertama, memberikan air susu ibu kepada bayi segera dalam waktu 30 menit setelah bayi lahir. Kedua, memberikan hanya air susu ibu (ASI) saja atau pemberian ASI secara esklusif sejak lahir sampai bayi berusia 6 bulan. Ketiga, memberikan makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI) sejak bayi berusia 6 bulan sampai bayi berusia 24 bulan atau lebih. Rekomendasi tersebut menekankan, secara social budaya MP-ASI hendaknya dibuat dari bahan pangan yang murah dan mudah diperoleh di daerah setempat / *indigenous food*. (Depkes RI 2006).

WHO (*Word Health Organization*) merekomendasikan penyapihan selesele dilakukan setelah bayi berusia 2 tahun. Pada usia ini anak sudah mempunyai

pondasi kuat bagi perkembangan selanjutnya. Penyapihan anak 2 tahun dilakukan demi perkembangan maupun psikologis anaknya.

Keputusan penyapihan yang dilakukan oleh ibu biasanya dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu kesibukan ibu yang bekerja, pengetahuan ibu, status kesehatan ibu dan bayi, status gizi anak, anak dalam keadaan sakit, sedang tumbuh gigi, perasaan saat yang tepat untuk penyapihan, tetapi terkadang keputusan penyapihan dapat terjadi kesulitan, hal ini disebabkan karena ketidakmampuan anak menghadapi penyapihan, dimana kemampuan anak menghadapi amat bervariasi, ada yang mudah dan ada pula yang sulit. Untuk itu perlu suatu strategi dalam memutuskan penyapihan diantaranya lakukan secara perlahan, hindari penyapihan di saat anak menyusu digantikan ke benda lain seperti empeng, hindari menyapih secara mendadak, mengenali tingkat kemampuan anak menghadapi proses penyapihan, pastikan sang anak mendapat perhatian eksklusif setiap hari serta batasi kegiatan menyusu dengan penunjuk waktu, maka dapat disimpulkan bahwa jika proses penyapihan dilakukan dengan baik, maka anak-anak akan tumbuh menjadi anak yang cerdas, sehat, dan berakhlak baik karena sang ibu mendidiknya melalui masa menyusu dan masa menyapih dengan penuh perhatian dari kedua orang tua dan keluarga (*Universal Child Immunization, 2007*)

2.4.3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Ditentukannya Waktu Penyapihan

a. Faktor Ibu

1) Pekerjaan

Kegiatan menyusu bagi sebagian anak merupakan kegiatan sebagai bentuk perhatian eksklusif paling penting yang didapat. Hal ini bisa terjadi apabila ibu tidak melakukan pekerjaan yang menyita waktu, sehingga hanya punya waktu berdua dengan anak saat menyusu. Tetapi bagi seorang ibu

yang sibuk bekerja yang berpengaruh pada kurangnya waktu dalam menyusui anak cenderung akan cepat melakukan penyapihan lebih awal. Kesibukan pada ibu yang sedang menyusui akan lebih cepat melakukan penyapihan lebih dini dengan alasan untuk mempermudah sang ibu dalam bekerja serta tidak adanya waktu untuk menyusui (*Universal Child Immunization, 2007*).

2) Pengetahuan ibu

Pengetahuan seorang ibu tentang ASI dan waktu yang tepat untuk menyapih anaknya akan berpengaruh pada perilaku dalam penyapihan nantinya. Peningkatan jumlah wanita menyusui biasanya dipengaruhi oleh gencarnya para tenaga kesehatan dalam memberikan penyuluhan secara terus menerus di setiap kegiatan ibu - ibu misalnya di acara posyandu, kegiatan PKK. Hal yang mempengaruhi pengetahuan adalah tingkat pendidikan seseorang, dimana sebagian besar ibu yang menyusui anaknya lebih dari 18 bulan cenderung ibu yang terpelajar. Pada ibu yang mempunyai pengetahuan yang baik tentang manfaat ASI selama 2 tahun bagi sang anak, dimungkinkan akan mempengaruhi waktu penyapihan pada anaknya.

3) Status kesehatan ibu

Status kesehatan ibu berpengaruh pada penyapihan seorang anak, dimana seorang ibu yang sakit cenderung kesulitan memberikan ASI saja serta kualitas ASI yang berkurang, terpaksa sang ibu akan memberikan makanan selain ASI, atau jika perlu dilakukan penyapihan secepatnya. Pada saat ibu mengalami sakit yang lama maka berdampak pada penyapihan secara dini, jika hal ini berlanjut dapat mempengaruhi status gizi sang anak. (*Universal Child Immunization, 2007*).

b. Faktor Anak

1) Status gizi anak

Penilaian status gizi secara antropometri yaitu pengukuran keadaan fisik dan komposisi tubuh pada umur dan tingkat gizi yang baik. Baku antropometri yang digunakan NCHS atau *National Center of Health Statistic* USA adalah grafik perbandingan yang merupakan data baru yang dikatakan lebih sesuai dengan perkembangan zaman (Depkes, 2001). Hasil pengukuran berat badan berdasarkan hasil dari NCHS (1) diatas normal: (>120%), (2) Normal (80% - 120%), (3) Kurang normal (70%-79,9%)

2) Anak dalam keadaan sakit

Keadaan kesehatan anak yang mengalami sakit cenderung akan mempengaruhi keadaan fisik sang anak, dimana sang anak yang menderita sakit terkadang mempunyai nafsu makan yang kurang serta membutuhkan nutrisi yang lebih, maka jalan satu-satunya dengan pemberian makanan selain ASI. Keadaan kesehatan anak yang sedang sakit terkadang menjadi alasan ibu untuk melakukan penyapihan dini, hal ini dimungkinkan karena keadaan anak yang rewel dan mempunyai nafsu makan yang berkurang.

3) Sedang tumbuh gigi

Sebagian besar seorang anak telah tumbuh gigi pada usia 6 bulan, bisanya anak mengalami panas karena gigi yang tumbuh. Disisi lain dengan tumbuhnya gigi akan mempengaruhi puting susu ibu akan menjadi sasaran untuk digigit oleh anak. Dengan tumbuhnya gigi pada anak dapat menjadi alasan ibu melakukan penyapihan karena pada saat menyusu terkadang mengigit dan membuat ibu menjadi tidak sabar untuk secepatnya melakukan penyapihan (UCI, 2007).

c. Faktor Sikap

1) Pengalaman pribadi

Pengalaman disini berkaitan dengan umur dan pendidikan individu, maksudnya pendidikan yang tinggi, pengalaman yang sesuai dengan umur yang semakin bertambah. Sedangkan pengalaman adalah guru yang baik, dimana pengalaman itu merupakan sumber pengetahuan, dan pengetahuan itu merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan. Pengalaman pribadipun dapat digunakan sebagai upaya memperoleh pengetahuan. Perlu diperhatikan bahwa tidak semua pengalaman pribadi dapat menuntun seseorang untuk menarik kesimpulan dengan benar, maka perlu berfikir kritis dan logis (Notoatmodjo, 2003).

2) Orang lain

Faktor orang lain menentukan waktu ditentukannya penyapihan, dimana seseorang yang memberikan informasi dengan benar tentang penyapihan akan berpengaruh pada ibu dalam menentukan waktu penyapihan pada anaknya karena pengalaman.

3) Kebudayaan

Kegiatan budaya keluarga merupakan suatu kelompok masyarakat, Negara dan bangsa yang mempunyai pengaruh yang kuat. dan kekal terhadap apa, kapan dan bagaimana penduduk biasa makan. Kebudayaan tidak hanya menentukan pangan apa, tetapi untuk siapa dan dalam keadaan bagaimana pangan tersebut, dan cara memilih bahan pangan yang pengaruhi jenis pangan yang harus diproduksi, bagaimana diolah, disiapkan dan disajikan. Budaya sangat berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan seseorang, karena informasi-informasi baru akan disaring kira-kira sesuai atau tidak dengan budaya yang ada, dan agama yang dianut di daerah tersebut.

4) Media massa

Banyaknya fasilitas media massa berupa majalah, radio maupun televisi dapat memberikan informasi yang akurat dan bermutu bagi ibu, anak yang dapat dimanfaatkannya untuk menentukan waktu penyapihan. (Notoatmodjo, 2003).

2.4.4 Faktor-faktor yang mempersulit masa penyapihan

a. Kesulitan dalam penyapihan

Terjadi dikarenakan ketidak mampuan sang anak menghadapi penyapihan. Kemampuan anak menghadapi penyapihan sangat bervariasi, misalnya ada yang mudah menyesuaikan pengurangan menyusui, sementara yang lain memprotes dengan penolakan yang bervariasi. Selain itu menyapih juga bisa amat sulit manakala anak menganggap kegiatan menyusui sebagai suatu bentuk perhatian eksklusif paling penting yang didapat. Hal ini terjadi jika ibu tidak sibuk dengan pekerjaannya, sehingga hanya punya waktu berduaan dengan anak dalam melakukan kegiatan menyusui.

b. Akses ke payudara ibu mengalami masalah

Hal ini terjadi misalnya anak bisa membuka bagian depan baju ibu kapan saja atau pada saat anak melihat baju ibunya terbuka (saat mandi atau berganti pakaian) Masih dipertahankannya rutinitas tersebut yang terkait dengan menyusui dapat mempersulit penyapihan (UCI, 2007).

2.4.5 Metode penyapihan yang biasa dilakukan

a. Metode seketika

Umumnya dilakukan pada keadaan terpaksa, misalnya pada ibu mendadak sakit atau pergi jauh. Jika memilih metode ini yang harus dilakukan adalah: Mengkomunikasikan situasi yang terjadi pada anak (terutama untuk anak satu tahun keatas). Untuk memberikan minuman selain ASI tunggulah anak sampai merasa haus dan lapar. Karena biasanya anak bisa menerima minuman tersebut dalam kondisi lapar. Alihkan perhatian anak dengan mainan yang disukai anak sambil memberinya makan dan minum.

b. Metode bertahap

Macam-Macam penyapihan :

1. *Mutual weaning/natural weaning* (tidak memaksa dan mengikuti tahapan perkembangan anak)
2. *Mother led weaning* (ibu yang menentukan kapan saat menyapih anaknya). Yang dibutuhkan adalah kesiapan mental ibu dan juga dukungan lingkungan, terutama ayah (suami) sebagai sosok yang dapat memberikan kenyamanan selain ibu dengan cara mengajak anak bermain. Penyapihan dilakukan dengan sabar dan tidak terburu-buru karena sikap ibu dalam menyapih anak berpengaruh pada kesiapan anak. Beberapa alasan *Mother led weaning* antara lain :
 - a) Ibu hamil lagi
 - b) Alasan kesehatan lain atas saran dan anjuran dokter untuk menghentikan pemberian ASI (Munawaroh, 2010)