

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Pengetahuan

2.1.1 Pengertian

Pengetahuan merupakan hasil dari usaha manusia untuk tahu. Pekerjaan tahu tersebut adalah hasil dari kenal, insaf, mengerti, dan pandai (Salam, 2003).

Pengetahuan pada dasarnya selalu ingin tahu yang benar. Untuk memenuhi rasa ingin tahu ini, manusia sejak zaman dahulu telah berusaha mengumpulkan pengetahuan. Pengetahuan pada dasarnya terdiri dari sejumlah fakta dan teori yang memungkinkan seseorang untuk dapat memecahkan masalah yang dihadapinya. Pengetahuan tersebut diperoleh baik dari pengalaman langsung maupun pengalaman orang lain (Notoatmodjo, 2012).

2.1.2 Kriteria Pengetahuan

Menurut Arikunto (2006), pengetahuan mempunyai 3 kriteria, yaitu:

- a. Baik : Bila subyek mampu menjawab dengan benar 76% - 100% dari seluruh pertanyaan
- b. Cukup baik : Bila subyek mampu menjawab dengan benar 56% - 75% dari seluruh pertanyaan
- c. Kurang : Bila subyek mampu menjawab dengan benar \leq 55% dari seluruh pertanyaan

2.1.3 Tingkatan Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2012) pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkatan, yaitu:

1. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Orang tahu bila mampu menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, dan sebagainya. Misalnya dapat menyebutkan tanda-tanda kurang kalori dan protein pada anak balita.

2. Paham (*Comprehention*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan dan meramalkan terhadap objek yang dipelajari. Misalnya dapat menjelaskan mengapa harus makan makanan yang bergizi.

3. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi adalah kemampuan menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi *riil* (sebenarnya). Aplikasi disini dapat diartikan aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain. Misalnya dapat menggunakan rumus statistik dalam perhitungan-perhitungan hasil penelitian.

4. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih dalam struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat diteliti dari penggunaan kata kerja, seperti: dapat menggambarkan

(membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

5. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis menunjukkan kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Merupakan kemampuan menyusun, merencanakan, meringkaskan, menyesuaikan dan sebagainya terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang telah ada.

6. Evaluasi (*Evaluation*)

Berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penelitian terhadap suatu materi atau objek. Evaluasi meliputi kata kerja membandingkan, menanggapi dan menafsirkan. Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi atau materi yang ingin diukur dari subyek penelitian atau responden. Kedalam pengetahuan yang ingin kita ketahui atau kita ukur dapat disesuaikan dengan tingkat-tingkat tersebut di atas.

2.1.4 Faktor yang mempengaruhi Tingkat Pengetahuan

Pembentukan pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dapat digolongkan menjadi 2 bagian yaitu faktor internal dan eksternal.

2.1.4.1 Faktor internal

Yaitu hal-hal dalam individu itu sendiri yang mempengaruhi terbentuknya pengetahuan, meliputi (Notoatmodjo, 2009) :

1. Usia

Usia mempengaruhi terbentuknya pengetahuan seseorang. Semakin tinggi usia seseorang diharapkan pengetahuannya semakin luas.

Menurut Robert Havinghust bahwa individu dituntut untuk menuntaskan tugas-tugas perkembangan sesuai dengan usia individu tersebut, misalnya pada usia anak-anak diharapkan seorang anak bisa berjalan atau berbicara sedangkan pada usia remaja berkaitan dengan persiapan dirinya untuk masa depan dan memilih konsep kehidupan sesuai dengan nilai-nilai etika.

2. Pengalaman

Seseorang yang banyak mendapatkan pengalaman akan lebih siap menghadapi permasalahan dalam hidup. Pengalaman tersebut akan menambah pengetahuan seseorang dalam mencapai suatu harapan. Cara yang dinilai dapat mengatasi permasalahan cenderung diulang dalam mencapai suatu harapan.

3. Tingkat pendidikan

Tingkat pendidikan mempengaruhi terbentuknya pengetahuan seseorang. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin luas wawasan sehingga semakin mudah menerima informasi yang bermanfaat bagi dirinya dan orang di sekitarnya.

2.1.4.2 Faktor Eksternal

Menurut Depkes (2012), faktor eksternal yang mempengaruhi pengetahuan yaitu :

1. Orang tua dan Keluarga

Orang tua dan keluarga mempunyai peranan penting dalam pembentukan pengetahuan seseorang, orang tua atau keluarga yang merupakan lingkungan pendidikan pertama dan utama bagi anak

sehingga melalui pengajaran mereka seorang anak dapat memahami dan melaksanakan prinsip-prinsip kehidupan.

2. Sekolah

Sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang melaksanakan program bimbingan dan pengajaran sehingga siswa mampu mengembangkan potensinya. Anak-anak banyak menghabiskan waktunya di sekolah. Oleh karena itu sekolah mempunyai tanggung jawab dalam membantu siswa mencapai tugas perkembangannya.

3. Lingkungan

Lingkungan sosial bagi remaja mempunyai peranan penting dalam pembentukan pengetahuan antara lain mengembangkan keterampilan menuju masa depan yang cerah, lingkungan yang suasananya hangat, menarik, dan eksploratif dapat membantu remaja untuk memperoleh pemahaman tentang konsep diri dan perasaan optimis tentang masa depan.

4. Media massa

Media masa mempunyai peranan penting dalam pengetahuan individu. Saat ini begitu banyak media menyajikan informasi yang kita butuhkan. Namun tidak semua media memberikan informasi tepat, karena kita harus bisa memilih media yang benar-benar terpercaya dan keakuratan datanya bisa dipertanggung jawabkan. Informasi yang didapatkan individu akan mempengaruhi cara berfikir dan berperilaku terhadap suatu obyek atau masalah.

2.1.5 Cara Memperoleh Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2012), untuk memperoleh pengetahuan dapat dilakukan dengan berbagai cara, antara lain :

1. Cara memperoleh kebenaran non-ilmiah

a. Cara coba salah (*trial and error*)

Metode ini digunakan oleh orang dalam waktu yang cukup lama untuk memecahkan berbagai masalah.

b. Secara kebetulan

Penemuan kebenaran secara kebetulan terjadi karena tidak sengaja oleh orang yang bersangkutan.

c. Cara kekuasaan atau otoritas

Para pemegang otoritas, baik pemimpin pemerintah, tokoh agama, maupun ahli ilmu pengetahuan pada prinsipnya mempunyai mekanisme yang sama di dalam penemuan pengetahuan.

d. Berdasarkan pengalaman pribadi

Pengalaman adalah guru baik, demikian bunyi pepatah. Pepatah ini mengandung maksud bahwa pengalaman itu merupakan sumber pengetahuan untuk memperoleh kebenaran pengetahuan.

e. Cara akal sehat

Akal sehat atau *common sense* terkadang dapat menemukan teori atau kebenaran.

f. Kebenaran melalui wahyu

Ajaran dan dogma agama adalah suatu kebenaran yang diwahyukan dari Tuhan melalui para Nabi. Kebenaran ini harus diterima dan diyakini

oleh pengikut-pengikut agama yang bersangkutan, terlepas dari apakah kebenaran tersebut rasional atau tidak.

g. Kebenaran secara intuitif

Kebenaran secara intuitif diperoleh manusia cepat sekali melalui proses di luar kesadaran dan tanpa melalui proses penalaran atau berpikir.

h. Melalui jalan pikiran

Sejalan dengan perkembangan kebudayaan umat manusia, cara berpikir manusia pun ikut berkembang. Dari sini manusia telah mampu menggunakan penalarannya dalam memperoleh pengetahuannya.

i. Induksi

Induksi adalah proses penarikan kesimpulan yang dimulai dari pernyataan-pernyataan khusus ke pernyataan yang bersifat umum.

j. Deduksi

Deduksi adalah pembuatan kesimpulan dari pernyataan-pernyataan umum ke pernyataan khusus.

2. Cara Modern

Cara baru atau modern dalam memperoleh pengetahuan pada dewasa ini lebih sistematis, logis, dan ilmiah. Cara ini disebut "metode penelitian ilmiah" atau lebih populer disebut metodologi penelitian (*research methodology*).

2.2 Konsep Perilaku

2.2.1 Pengertian Perilaku

Perilaku adalah tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan yang sangat luas antara lain: berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, kuliah, menulis, membaca, dan sebagainya. Dari uraian ini dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud perilaku manusia adalah

semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang diamati langsung, maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar (Notoatmodjo, 2012).

2.2.2 Bentuk Perilaku

Teori Bloom yang dikutip dalam Notoatmodjo (2012) membagi perilaku ke dalam 3 domain yang terdiri dari :

1. Pengetahuan (*Knowledge*)

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behaviour*)

2. Sikap (*Attitude*)

Menurut Notoatmodjo (2007), sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Dapat disimpulkan bahwa manifestasi sikap itu tidak dapat langsung dilihat, tetapi hanya dapat ditafsirkan terlebih dahulu. Sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktivitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku. Alport (1954) yang dikutip Notoatmodjo (2007) menjelaskan bahwa sikap itu mempunyai 3 komponen pokok yaitu :

- a. Kepercayaan (*keyakinan*), ide dan konsep terhadap suatu objek
- b. Kehidupan emosional atau evaluasi terhadap suatu objek
- c. Kecenderungan untuk bertindak (*tend to behave*)

Newcomb (1998) dalam buku Notoatmodjo (2007) salah seorang psikolog sosial menyatakan bahwa sikap merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak, dan bukan merupakan pelaksanaan motif tertentu. Dengan kata

lain, fungsi sikap merupakan (reaksi terbuka) atau aktivitas, akan tetapi merupakan predisposisi perilaku (tindakan) atau reaksi tertutup. Seperti halnya pengetahuan, sikap terdiri dari beberapa tingkatan yaitu :

- a. Menerima (*receiving*), yaitu sikap dimana seseorang atau subjek mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan (objek)
 - b. Menanggapi (*responding*), yaitu sikap memberikan jawaban atau tanggapan terhadap pertanyaan atau objek yang dihadapi
 - c. Menghargai (*valuing*), yaitu sikap dimana subjek atau seseorang memberikan nilai yang positif terhadap objek atau stimulus. Dalam arti membahasnya dengan orang lain dan bahkan mengajak atau mempengaruhi orang lain merespon
 - d. Bertanggungjawab (*responsible*), sikap yang paling tinggi tindakannya adalah bertanggungjawab terhadap apa yang diyakininya
3. Tindakan (*Practice*)

Seperti telah disebutkan di atas bahwa sikap adalah kecenderungan untuk bertindak (praktik). Sikap belum tentu terwujud dalam bentuk tindakan. Untuk mewujudkan sikap menjadi suatu tindakan diperlukan faktor pendukung atau suatu kondisi yang memungkinkan, seperti fasilitas atau sarana dan prasarana. Setelah seseorang mengetahui stimulus atau objek kesehatan, kemudian mengadakan penilaian atau pendapat terhadap apa yang diketahui, proses selanjutnya diharapkan ia akan melaksanakan atau mempraktekkan apa yang diketahui atau disikapinya (dinilai baik). Inilah yang disebut praktik (*practice*) kesehatan (Notoatmodjo, 2007). Menurut Notoatmodjo (2011), praktik atau tindakan ini dapat dibedakan menjadi 3 tingkatan menurut kualitasnya, yakni :

- a. Praktik terpimpin (*guided response*), yaitu apabila subjek atau seseorang telah melakukan sesuatu tetapi masih tergantung pada tuntunan atau menggunakan panduan, contoh : seorang ibu memeriksakan kehamilannya tetapi masih menunggu diingatkan oleh bidan atau tetangganya
- b. Praktik secara mekanisme (*mechanism*), yaitu apabila subjek atau seseorang telah melakukan atau mempraktikkan sesuatu hal secara otomatis. Misal : seorang anak secara otomatis menggosok gigi setelah makan, tanpa disuruh ibunya
- c. Adopsi (*adoption*), yaitu suatu tindakan atau praktik yang sudah berkembang. Artinya apa yang dilakukan tidak sekedar rutinitas atau mekanisme saja, tetapi sudah dilakukan modifikasi, atau tindakan atau perilaku yang berkualitas. Misalnya menggosok gigi, bukan sekedar gosok gigi, melainkan dengan teknik-teknik yang benar.

2.2.3 Proses Adopsi Perilaku

Menurut Notoatmodjo (2007), dari pengalaman dan penelitian terbukti bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari pengetahuan. Penelitian Roger (1974) mengungkapkan bahwa sebelum orang mengadopsi perilaku baru (berperilaku baru), di dalam diri orang tersebut terjadi proses yang berurutan, yakni :

1. *Awareness* : orang tersebut menyadari dalam arti mengetahui stimulus (objek) terlebih dahulu
2. *Interest* : orang mulai tertarik kepada stimulus
3. *Evaluation* : orang mulai menimbang-nimbang baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya

4. *Trial* : orang mulai mencoba perilaku baru
5. *Adoption* : orang tersebut telah berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran dan sikapnya terhadap stimulus.

2.3 Konsep Gumoh

2.3.1 Pengertian Gumoh

Gumoh atau regurgitasi adalah keluarnya sedikit makanan dari dalam lambung bayi setelah makan atau minum susu (Maryunani, 2010). Gumoh/regurgitasi adalah keluarnya kembali sebagian susu yang telah ditelan melalui mulut dan tanpa paksaan, beberapa saat setelah minum susu dalam jumlah sedikit (Depkes, 2007).

Gumoh atau regurgitasi adalah mengeluarkan kembali ASI yang diminumnya dalam jumlah sedikit sampai cukup banyak. Gumoh adalah naiknya makanan dari kerongkongan atau lambung tanpa disertai oleh rasa mual maupun kontraksi otot perut yang sangat kuat (Danuatmadja, 2008). Keluarnya sebagian susu yang telah ditelan dapat melalui mulut ataupun melalui hidung (Arteria, 2007).

Gumoh merupakan hal normal yang biasa terjadi pada bayi karena berkaitan dengan fungsi pencernaannya yang masih belum sempurna. Gumoh terjadi seperti ilustrasi air yang mengalir kebawah, bisa sedikit (seperti meludah) atau cukup banyak. Bersifat pasif dan spontan. Sedangkan muntah lebih cenderung dalam jumlah banyak dan dengan kekuatan dan atau tanpa kontraksi lambung (Erlina, 2008).

Gumoh yang tidak berlebihan merupakan keadaan normal terutama pada bayi usia 6 bulan dan tidak sering frekuensinya. Seiring dengan bertambahnya usia di atas 6 bulan, maka gumoh semakin jarang dialami oleh

bayi. Namun, gumoh dianggap abnormal apabila terjadi terlalu sering atau hampir setiap saat. Juga kalau terjadinya tidak hanya setelah makan dan minum tapi juga saat tidur. Selain itu juga pada gumoh yang bercampur dengan darah. Gumoh yang seperti ini tentu saja harus mendapat perhatian agar tidak berlanjut menjadi kondisi patologis yang diistilahkan dengan refluks esofagus (Dwienda, 2014).

Gumoh/regurgitasi harus dibedakan dengan muntah. Bedanya dengan muntah, gumoh terjadi secara pasif. Artinya, tak ada usaha si bayi untuk mengeluarkan atau memuntahkan makanan atau minumannya (artinya: keluar sendiri). Bayi ketika gumoh mungkin saja sedang santai dalam gendongan atau dalam keadaan berbaring atau bermain. Sedangkan muntah terjadi secara aktif. Muntah merupakan aksi reflek yang dikoordinasi medula oblongata, sehingga isi lambung dikeluarkan dengan paksa melalui mulut (Dwienda, 2014). Gumoh yang normal terjadi 1-4 kali dalam sehari, namun bila bayi mengalami gumoh lebih dari 4 kali dalam sehari itu merupakan kondisi patologis yang dapat menimbulkan berbagai komplikasi (Maryunani, 2010).

2.3.2 Penyebab Gumoh

Adapun penyebab gumoh bermacam-macam, diantaranya :

1. Katup penutup lambung belum sempurna

Dari mulut, susu akan masuk ke saluran pencernaan atas, baru kemudian ke lambung. Di antara organ tersebut terdapat katub penutup lambung. Katub tersebut berada di antara lambung dan esofagus (kerongkongan) dan berfungsi untuk mencegah keluarnya kembali makanan yang sudah masuk ke lambung. Umumnya sfingter pada bayi belum bagus dan akan membaik dengan sendirinya sejalan bertambahnya usia. Umumnya di atas

usia 6 bulan, namun adakalanya di usia itupun bayi masih mengalami gangguan dan sifatnya sangat bervariasi. Akibatnya, bila setelah menyusu bayi langsung ditidurkan, maka susu akan keluar dari mulut. Jadi, untuk mengurangi gumoh, ibu dapat memberikan susu sedikit demi sedikit dan menjaga kepala bayi tegak beberapa menit setelah disusui (Novita, 2007).

2. Menangis berlebihan

Bayi yang menangis terus-menerus membuat udara yang tertelan berlebihan sehingga mendapat tekanan dari udara yang akan membuat sebagian isi perut bayi akan keluar. Bisa jadi bayi menangis karena tidak bisa menelan susu dengan sempurna. Kalau sudah begini, ibu tidak boleh meneruskan pemberian susu saat bayi menangis karena susu bisa masuk ke saluran napas dan menyumbatnya (Novita, 2007).

3. Volume lambung masih kecil

Volume lambung bayi masih kecil, sementara susu yang ditelan bayi melebihi kapasitas lambung. Apabila bayi menggeliat, tekanan dalam perut tinggi yang pada akhirnya menyebabkan terjadinya gumoh. Sebenarnya gumoh masih normal sepanjang cairan yang keluar dan masuk seimbang (Novita, 2007).

4. Fungsi pencernaan bayi dengan peristaltik (gelombang kontraksi pada dinding lambung dan usus) untuk makanan dapat masuk dari saluran pencernaan ke usus masih belum sempurna (Novita, 2007).

5. Terlalu aktif

Misalnya pada saat bayi menggeliat terus-menerus akan membuat tekanan didalam perutnya tinggi, sehingga keluar dalam bentuk muntah atau gumoh (Novita, 2007).

6. Bayi terburu-buru dalam meminum susu sehingga banyak udara yang masuk ke dalam lambung bayi (Dwienda, 2014).
7. Pemakaian bentuk dot
Lubang pada dot bayi tidak boleh terlalu besar karena akan membuat aliran susu terlalu cepat dan lubang dot tidak boleh terlalu kecil karena akan membuat frustrasi bayi yang menyebabkan bayi akan menelan banyak udara karena tergesa-gesa dalam menyusui. (Dwienda, 2014).
8. Cacat Bawaan
Cacat pada saluran pencernaan bagian dalam yang menyebabkan bayi tidak mampu menelan atau mencerna makanan (Dwienda, 2014).
9. Faktor Bersendawa
Bersendawa bisa membantu untuk meminimalkan terjadinya gumoh, karena pada saat disendawakan akan membantu bayi untuk mengeluarkan udara, yang masuk pada saat bayi sedang disusui (Widyastuti, 2012).
10. Faktor Posisi Ibu dan Bayi Saat Menyusui
Kebiasaan ibu pada saat menyusui sambil tiduran miring dan bayi dalam posisi terlentang, akibatnya cairan tidak masuk ke dalam saluran pencernaan akan tetapi masuk ke dalam saluran pernapasan (Widyastuti, 2012).
11. Faktor Memakai Gurita
Pemakaian gurita yang terlalu kencang dapat mempengaruhi sering terjadinya gumoh. Pemakaian gurita akan membuat lambung si bayi tertekan, dan pada saat lambung bayi terisi penuh, maka cairannya akan tertekan dan menjadi menyebabkan gumoh (Widyastuti, 2012).

2.3.3 Tanda dan Gejala yang Terjadi Pada Gumoh

Tanda dan gejala yang terjadi pada bayi yang mengalami gumoh menurut (Dwienda, 2014) yaitu :

1. Mengeluarkan kembali susu atau makanan setelah diberikan minum/makan
2. Gumoh yang normal terjadi kurang dari empat kali sehari
3. Tidak sampai mengganggu pertumbuhan berat badan bayi
4. Bayi tidak menolak minum.

2.3.4 Hal-hal yang Harus Diwaspadai dari Gumoh

Meskipun gumoh tidak membahayakan, namun pada keadaan-keadaan tertentu harus diwaspadai oleh ibu bayi atau bidan, antara lain sebagai berikut (Maryunani, 2010) :

1. Apabila bayi gumoh dengan volume yang banyak dan berlangsung terus-menerus atau terlalu sering. Hal ini biasanya disebabkan oleh gangguan saluran pencernaan. Akibat dari gumoh hebat, bayi bisa kehilangan cairan tubuh (dehidrasi).
2. Selain gumoh hebat, hal yang harus diwaspadai adalah isi dari gumoh. Apakah gumoh berisi lendir saja, bercampur air liur atau darah. Bila isi gumoh bercampur darah atau bayi gumoh lebih dari lima kali sehari maka perlu pemeriksaan di fasilitas pelayanan kesehatan.

2.3.5 Proses Terjadinya Gumoh

Gumoh terjadi karena ada udara di dalam lambung yang terdorong keluar ketika makanan masuk ke dalam lambung bayi. Gumoh terjadi secara pasif atau juga bisa terjadi secara spontan. Dalam kondisi normal, bayi bisa mengalami gumoh antara 1-4 kali dalam sehari. Gumoh dikategorikan normal, jika terjadinya beberapa saat setelah makan dan minum serta tidak diikuti gejala

lain yang mencurigakan. Selama berat badan bayi meningkat sesuai standar kesehatan, tidak rewel, gumoh tidak bercampur darah dan tidak susah makan atau minum, maka gumoh tidak perlu dipermasalahkan (Alvita, 2009).

Gumoh dan muntah sebenarnya serupa, namun keduanya memiliki perbedaan dalam volume dan proses keluarnya cairan. Bayi yang kenyang sering mengeluarkan ASI yang ditelannya. Jika yang dikeluarkan berupa ASI yang telah ditelan bayi dengan jumlah sedikit dan volumenya kurang dari 10 cc, maka bayi disebut gumoh. Namun, jika volumenya banyak atau lebih dari 10 cc, maka hal tersebut adalah muntah. Dilihat dari cara keluarnya, gumoh akan mengalir biasa dari mulut dan tidak disertai kontraksi otot perut. Sedangkan ketika bayi muntah, akan menyembur seperti disemprotkan dari dalam perut dan disertai kontraksi otot perut. Kadangkala, bayi tidak hanya gumoh melalui mulut, tetapi juga melalui lubang hidung. Kebanyakan gumoh akan terjadi pada bayi berusia beberapa minggu, 2-4 bulan atau 6 bulan dan akan menghilang dengan sendirinya (Khoirunnisa, 2010).

Jika bayi mengalami gumoh, maka ibu tidak perlu khawatir karena gumoh merupakan proses yang alami dan wajar untuk mengeluarkan udara yang tertelan bayi saat minum ASI. Ketika bayi terlalu banyak minum ASI, maka saat minum atau makan ada udara yang ikut tertelan bayi. Kemungkinan lain, bayi gagal menelan karena otot-otot penghubung mulut dan kerongkongan belum matang dan hal ini biasanya terjadi pada bayi prematur. Bayi yang mengalami gumoh hanya perlu disendawakan setelah bayi menyusu. Beda halnya dengan muntah yang tidak hanya terjadi pada bayi baru lahir, tetapi muntah juga dapat terjadi apada anak usia 2 bulan dan dapat berlangsung sepanjang usia (Khoirunnisa, 2010).

Biasanya bayi mengalami gumoh setelah diberi makan. Selain karena pemakaian gurita dan posisi saat menyusui, juga karena ia ditidurkan telentang setelah diberi makan. Cairan yang masuk di tubuh bayi akan mencari posisi yang paling rendah. Bila ada makanan yang masuk ke esofagus atau saluran sebelum ke lambung, maka ada refleks yang bisa menyebabkan bayi gumoh (Dwienda, 2014).

Pada keadaan gumoh, biasanya lambung sudah dalam keadaan terisi penuh, sehingga terkadang gumoh bercampur dengan air liur yang mengalir kembali ke atas dan keluar melalui mulut pada sudut-sudut bibir. Hal tersebut disebabkan karena otot katup di ujung lambung tidak bisa bekerja dengan baik. Otot tersebut seharusnya mendorong isi lambung ke bawah (Dwienda, 2014).

Lambung yang penuh juga bisa membuat bayi gumoh. Ini terjadi karena makanan yang terdahulu belum sampai ke usus, tetapi sudah diisi makanan lagi. Akibatnya bayi tidak hanya mengalami gumoh tapi juga bisa mengalami muntah. Lambung bayi punya kapasitasnya sendiri. Misalnya bayi umur sebulan, ada yang sehari bisa minum 100 cc, tapi ada juga yang 120 cc (Dwienda, 2014).

2.3.6 Komplikasi dari Gumoh

Jika gumoh terjadi secara berlebihan, frekuensi sering dan terjadi dalam waktu lama maka akan menyebabkan berbagai komplikasi yang bisa mengakibatkan gangguan pada bayi (Khomsan, 2008) :

1. Iritasi pada saluran pencernaan.

Saat terjadi gumoh, maka asam lambung ikut naik melalui kerongkongan.

Bila gumoh terjadi terlalu sering, maka asam lambung juga semakin sering naik melalui kerongkongan. Asam lambung inilah yang akan menyebabkan

saluran pencernaan mengalami iritasi karena asam lambung seharusnya hanya berada di lambung.

2. Aspirasi atau masuknya cairan gumoh ke paru-paru dapat menyebabkan radang.

Masuknya cairan ke dalam paru-paru menimbulkan gejala yang berbeda-beda tergantung jumlah cairan yang masuk. Jika hanya sedikit sekali yang masuk, mungkin gejala tidak langsung nampak dan hanya ringan saja, seperti batuk, rasa tidak nyaman di dada, nafas cepat, retraksi ringan. Akan tetapi jika tidak tertangani dengan baik dapat berkembang menjadi radang paru.

3. Nafas terhenti sesaat.

Hal ini terjadi jika cairan gumoh masuk dalam jumlah yang cukup banyak hingga menyumbat total saluran nafas sehingga dapat terjadi henti jantung dan nafas mendadak.

4. Bayi tersedak dan batuk.

Jika cairan gumoh yang masuk paru-paru cukup banyak tapi tidak sampai menyumbat total biasanya penderita akan mengalami batuk, sesak nafas berat (sampai disertai tarikan dinding dada; cekung ke dalam), nafas cepat dan sianosis/kebiruan.

5. Pucat pada wajah bayi karena tidak bisa bernafas

Bayi tidak bisa bernafas diakibatkan oleh cukup banyaknya cairan gumoh yang masuk ke dalam paru-paru. Bila paru-paru tersumbat, maka oksigen tidak akan bisa disalurkan ke alveoli sehingga tidak akan terjadi pertukaran oksigen dan karbondioksida di alveoli. Hal ini menyebabkan jaringan-

jaringan dalam tubuh tidak mendapatkan suplai oksigen sehingga mengakibatkan bayi pucat.

Selain itu, komplikasi lain yang dapat timbul akibat dari gumoh yang berlebihan adalah gangguan pertumbuhan karena asupan gizi berkurang dan dehidrasi karena cairan yang masuk tidak seimbang dengan cairan yang keluar (Dwienda, 2014).

2.3.7 Pencegahan Gumoh

Untuk mencegah terjadinya gumoh, maka hal-hal yang dapat dilakukan adalah (Dwienda, 2014) :

1. Memperbaiki teknik menyusui

Cara menyusui yang benar adalah mulut bayi menempel pada sebagian areola dan dagu payudara ibu yang berfungsi untuk memperkecil kemungkinan masuknya udara ketika bayi bayi menyusu. Tahap dan tata laksana menyusui yang benar menurut Depkes RI (2002), yaitu adalah sebagai berikut:

1. Posisi badan ibu dan bayi
 - a. Ibu harus duduk atau berbaring dengan santai.
 - b. Memegang bayi pada belakang bahunya, tidak pada dasar kepala.
 - c. Memutar seluruh badan bayi sehingga menghadap ke ibu.
 - d. Merapatkan dada bayi dengan dada ibu atau bagian bawah payudara ibu.
 - e. Menempelkan dagu bayi pada payudara ibu. Dengan posisi ini maka telinga bayi akan berada dalam satu garis dengan leher dan lengan bayi.

- f. Menjauhkan hidung bayi dari payudara ibu dengan cara menekan pantat bayi dengan lengan ibu bagian dalam.

2. Posisi mulut bayi dan puting susu ibu



Gambar 2.1 Perlekatan Benar

Gambar 2.2 Perlekatan Salah

(Perinasia, 2004).

- Mengeluarkan ASI sedikit oleskan pada puting susu dan areola.
- Memegang payudara dengan pegangan seperti membentuk huruf C yaitu payudara dipegang dengan ibu jari di bagian atas dan jari yang lain menopang di bawah atau dengan pegangan seperti gunting (puting susu dan areola dijepit oleh jari telunjuk dan jari tengah seperti gunting) dibelakang areola.
- Menyentuh pipi/bibir bayi untuk merangsang rooting refleks (refleks menghisap).
- Menunggu sampai mulut bayi terbuka lebar, dan lidah menjulur ke bawah.
- Dengan cepat mendekatkan bayi ke payudara ibu dengan menekan bahu belakang bayi bukan belakang kepala.
- Memposisikan puting susu di atas bibir atas bayi dan berhadapan dengan hidung bayi.
- Kemudian mengarahkan puting susu keatas menyusuri langit-langit mulut bayi.

8. Jika gumoh disebabkan oleh kelainan atau cacat bawaan, ibu segera membawa ke petugas medis agar mendapat penanganan yang tepat sedini mungkin.
9. Apabila menggunakan botol, maka ibu dapat memperbaiki cara minumnya. Posisi botol susu diatur sedemikian rupa sehingga susu menutupi seluruh permukaan botol dan dot harus masuk seluruhnya ke dalam mulut bayi.
10. Menyendawakan bayi sesaat setelah minum, bayi yang selesai minum tidak boleh langsung ditidurkan, tetapi perlu disendawakan terlebih dahulu. Sendawa dapat dilakukan dengan cara:
 - a. Bayi digendong agak tinggi (posisi berdiri) dengan kepala bersandar dipundak ibu. Kemudian, punggung bayi ditepuk perlahan-lahan sampai terdengar suara bersendawa.
 - b. Menelungkupkan bayi di pangkuan ibu, lalu mengusap/menepuk punggung bayi perlahan sampai terdengar suara bersendawa.

2.3.8 Penanganan Gumoh

Untuk menangani gumoh, hal-hal yang harus dilakukan adalah :

1. Ibu bersikaplah tenang, lalu segera memiringkan badan bayi agar cairan tidak masuk ke paru-paru (tidak boleh mengangkat bayi yang sedang gumoh, karena beresiko cairan masuk ke paru-paru). Kemudian, ibu membersihkan segera sisa gumoh dengan tissue atau lap basah hingga bersih, memastikan lipatan leher bersih agar tidak menjadi sarang kuman dan jamur (Wahab, 2000).
2. Memberi susu yang lebih kental
Salah satu terapi mengatasi gumoh berlebih adalah dengan memberinya susu khusus yang telah dikentalkan (*thickening*). Dengan pengentalan

tersebut, diharapkan aliran balik tidak terjadi karena gaya gravitasi. Karena susu kental lebih berat sehingga lebih sulit dimuntahkan. Tetapi pengenalan ini harus dilakukan dengan perhitungan-perhitungan tertentu dan tidak boleh dilakukan sembarangan karena dapat membuat gumoh bayi semakin menjadi-jadi (Khomsan, 2008).

3. Memperbaiki posisi menyusui

Menurut Perinasia (2004), posisi menyusui yang benar yaitu :



Gambar 2.3 Posisi Menyusui yang Benar
(Perinasia, 2004).



Gambar 2.4 Posisi Menyusui Bayi Kembar secara Bersamaan
(Perinasia, 2004).

1. Posisi *Cradle Hold*

Posisi ini sangat baik untuk bayi yang baru lahir. Caranya yaitu dengan memastikan punggung ibu benar-benar mendukung untuk posisi ini. Menjaga bayi di perut ibu, sampai kulit bayi dan kulit ibu saling bersentuhan. Membiarkan tubuh bayi menghadap ke arah ibu, dan kepala bayi diletakkan pada siku ibu.

2. Posisi *Cross Cradle Hold*

Satu lengan mendukung tubuh bayi dan yang lain mendukung kepala, mirip dengan posisi dudukan, tetapi ibu memiliki kontrol lebih besar atas kepala bayi. Posisi menyusui ini bagus untuk bayi prematur atau ibu dengan puting payudara kecil.

3. Posisi *Football Hold*

Caranya, memegang bayi di samping ibu dengan kaki di belakang ibu, dan bayi terselip di bawah lengan ibu, seolah-olah ibu sedang memegang bola kaki. Ini adalah posisi terbaik untuk ibu yang melahirkan dengan operasi caesar atau untuk ibu-ibu dengan payudara besar. Tapi, ibu butuh bantal untuk menopang bayi.

4. Posisi *Lying Down*

Menyusui dengan berbaring akan memberi ibu lebih banyak kesempatan untuk bersantai dan juga untuk tidur lebih banyak pada malam hari. Ibu bisa tidur saat bayi menyusui. Namun, ibu tidak boleh lupa untuk mendukung punggung dan kepala bayi dengan bantal untuk mencegah terjadinya gumoh dan memastikan bahwa perut bayi menyentuh badan ibu (Khomsan, 2008).

4. Membuat bayi bersendawa

a. Posisi yang benar dalam menyendawakan bayi

1. Bila posisi menyusui di tempat tidur, ibu dapat mengangkat tubuh bayi dengan cara memegang bagian tubuh bawah dan tubuh atas antara bahu dan kepala bayi. Dengan demikian posisi bayi mantap, tidak bergerak-gerak.
2. Lalu mengangkat tubuhnya agar berdiri tegak
3. Menempelkan dagu bayi pada bahu ibu. Tidak boleh sampai kepalanya tertutup badan ibu. Kemudian menepuk-nepuk bagian punggung bayi dengan menggunakan dua jari.
4. Bisa juga dengan tidak menempelkan ke bahu ibu, asalkan tetap dalam posisi tegak.

b. Posisi yang salah dalam menyendawakan bayi

1. Posisi memegang bayi tidak mantap, hanya bagian punggung dan bawahnya. Padahal leher bayi belum tegak benar sehingga bisa terjadi resiko terkilir.
2. Mengangkat bayi untuk memindahkan ke posisi berdiri tegak dengan satu tangan, tidak dibenarkan karena memungkinkan resiko terlepas.
3. Menempelkan tubuh bayi ke badan ibu tanpa memperhatikan apakah kepalanya tertutup tubuh atau tidak. Selain itu, kepala bayi juga tidak disangga.
4. Saat menyendawakan bayi sambil duduk, kadang ibu tidak memperhatikan posisi tubuh bayi. Seharusnya tidak dalam

posisi mendatar seperti ini, karena minuman yang masuk sehabis menyusui akan keluar kembali (Khomsan, 2008).

5. Membiarkan bayi mengeluarkan gumoh dari hidungnya

Gumoh dapat keluar melalui hidung karena mulut, hidung, dan tenggorokannya punya saluran yang berhubungan. Pada saat gumoh, ada sebagian yang keluar dari mulut dan sebagian lagi dari hidung. Mungkin karena gumohnya banyak dan tidak semuanya bisa keluar dari mulut, maka cairan itu mencari jalan keluar lewat hidung. Hal ini justru lebih baik dari pada cairan dihirup dan masuk kedalam paru-paru karena bisa menyebabkan radang atau infeksi. Jika gumoh keluar lewat hidung, ibu cukup membersihkan dengan *cotton bud* dan tidak boleh menyedot dengan mulut karena akan menyakiti bayi dan rentan menularkan virus (Wahab, 2000).

6. Mengindari memberikan ASI/ susu ketika bayi sangat lapar

Karena bayi akan tegesa-gesa saat minum sehingga akan menimbulkan udara masuk (Khomsan, 2008).

7. Menge-check lubang dot yang digunakan untuk memberikan ASI/ susu

Jika lubang terlalu kecil akan meningkatkan udara yang masuk. Jika terlalu besar, susu akan mengalir dengan cepat yang bisa memungkinkan bayi anda gumoh (Khomsan, 2008).