

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPEL DALAM DAN PRASYARAT GELAR.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1. PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Identifikasi Masalah	3
1.3. Rumusan Masalah	4
1.4. Tujuan Penelitian	5
1.4.1 Tujuan Umum	5
1.4.2 Tujuan Khusus	5
1.5. Manfaat Penelitian	6
1.5.1. Manfaat Penelitian Bagi masyarakat	6
1.5.2. Manfaat Penelitian Bagi Perkembangan Ilmu Gizi	6
1.5.3. Manfaat Penelitian Bagi Peneliti	7
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1. Pengetahuan (<i>Knowledge</i>)	8
2.1.1. Tingkat Pengetahuan di dalam Domain Kognitif	9
2.1.1.1. Tahu (<i>Know</i>)	9
2.1.1.2. Memahami (<i>Komprehension</i>)	10
2.1.1.3. Aplikasi (<i>Aplication</i>)	10
2.1.1.4. Analisis (<i>Analysis</i>).....	10
2.1.1.5. Sintesis (<i>Synthesis</i>)	11
2.1.1.6. Evaluasi (<i>Evaluation</i>)	11
2.1.2. Sumber-Sumber Pengetahuan	11
2.1.2.1. Kepercayaan Berdasarkan Adat Istiadat, Tradisi dan Agama yang merupakan Nilai-nilai Warisan nenek Moyang 11	
2.1.2.2. Kesaksian Orang Lain 12	
2.1.2.3. Pengalaman Individu 12	

2.1.2.4. Akal Pikiran	12
2.1.2.5. Intuisi	12
2.1.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan	13
2.1.3.1. Faktor Internal	13
2.1.3.2. Faktor Eksternal	13
2.1.4. Cara Mengukur Pengetahuan	14
2.2. Produksi ASI	14
2.2.1. Pengertian ASI	14
2.2.2. Komposisi ASI	15
2.2.3. Volume ASI	16
2.2.4. Peran ASI dalam Membentuk Sistem Kekebalan Tubuh	17
2.2.5. Faktor-faktor yang mempengaruhi Produksi ASI	19
2.2.5.1. Makanan Ibu	20
2.2.5.2. Frekuensi Penyusuan	21
2.2.5.3. Lama Pemberian ASI	21
2.2.5.4. Teknik Menyusui yang Benar	22
2.2.5.5. Berat Lahir	22
2.2.5.6. Umur Kelahiran saat Melahirkan	22
2.2.5.7. Umur dan Paritas	23
2.2.5.8. Stress dan Penyakit Akut	23
2.2.5.9. Konsumsi Rokok	23
2.2.5.10. Konsumsi Alkohol	24
2.2.5.11. Pil Kontrasepsi	24
2.2.5.12. Inisiasi Menyusui Dini	24
2.2.6. ASI pada Bayi Lahir Sebelum Waktunya	26
2.2.7. Fisiologi Proses Laktasi	26
2.2.8. Pengisapan dan Penyaluran Susu	28
2.2.9. Manajemen Laktasi	29
2.2.9.1. Masa Kehamilan (<i>Antenatal</i>)	30
2.2.9.2. Masa Setelah Persalinan (<i>Prenatal</i>)	30
2.2.9.3. Masa Menyusui (<i>Post-Natal</i>)	31
2.2.10. Hal-hal yang Terkait Persiapan Menyusui Bayi	32
2.2.11. Hal-hal yang Dianjurkan dalam Penyusuan	33
2.2.12. Kendala yang Menghalangi Pemberian ASI	36
2.2.12.1. Rasa Takut yang Berdasar Bahwa ASI yang Mereka Hasilkan Tidak Cukup dan/atau Memiliki Mutu yang Jelek	36
2.2.12.2. Keterlambatan Memulai Pemberian ASI dan Praktik Membuang Kolostrum	37

2.2.12.3.	Teknik Pemberian ASI yang Salah	37
2.2.12.4.	Kepercayaan yang Keliru Bahwa Bayi Mereka Haus dan Memerlukan Cairan Tambahan	38
2.2.12.5.	Kekurangan Dukungan dari Pelayanan Kesehatan	39
2.2.12.6.	Pemasaran Susu Formula Pengganti ASI	39
2.2.13.	Sepuluh Langkah Menuju Keberhasilan Pemberian ASI	39
2.3.	Asupan Makanan	41
2.3.1.	Gizi ibu Menyusui	41
2.3.1.1.	Energi	42
2.3.1.2.	Protein	43
2.3.1.3.	Lemak	43
2.3.1.4.	Vitamin dan Mineral	44
2.3.1.5.	Cairan	44
2.3.2.	Angka Kecukupan Gizi Ibu Menyusui	45
2.3.3.	Makanan yang Dianjurkan	46
2.3.4.	Bahan Makanan yang Meningkatkan Produksi ASI	47
2.3.5.	Manfaat Gizi bagi Ibu Menyusui	47
2.3.6.	Hubungan Gizi dengan Produksi ASI	48
2.3.7.	Survey Konsumsi Makanan	49
2.3.7.1.	Metode Pengukuran Konsumsi Makanan Berdasarkan Jenis Data yang Diperoleh	50
2.3.7.2.	Metode Pengukuran Konsumsi Makanan	51
2.3.7.3.	Metode <i>Food Recall</i> 24 Jam	51
2.4.	Frekuensi Menyusui	52
2.5.	Lamanya Menyusui	54
2.6.	Teknik Menyusui yang Benar	54
2.6.1.	Posisi Perlekatan Menyusui	55
2.6.1.1.	Posisi Berdiri	56
2.6.1.2.	Posisi Rebahan	56

2.6.1.3.	Posisi	Duduk	57
2.6.1.4.	Posisi	Menggendong	57
2.6.1.5.	Posisi	Menggendong menyilang	58
2.6.1.6.	Posisi	<i>football</i>	59
2.6.1.7.	Posisi	Berbaring	Miring 59
2.6.1.8.	Posisi	Dengan Kondisi Khusus	60
2.6.2.	Langkah-langkah	Menyusui yang Benar	61
2.6.3.	Cara Pengamatan Teknik Menyusui yang Benar		62
BAB 3.	KERANGKA KONSEPTAL		64
3.1.	Kerangka Konseptal Penelitian		64
3.2.	Hipotesis		66
BAB 4.	METODE PENELITIAN		67
4.1.	Jenis Penelitian		67
4.2.	Waktu dan Tempat Penelitian		67
4.3.	Populasi dan Sampel Penelitian		67
4.3.1.	Populasi		67
4.3.2.	Sampel		68
4.4.	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional		69
4.4.1	Variabel		69
4.4.2	Definisi Operasional		69
4.5.	Teknik Pengumpulan Data		71
4.6.	Instrumen Penelitian		72
4.7.	Pengolahan Data		72
4.7.1.	Penyuntingan (<i>Editing</i>)		72
4.7.2.	Pengkodean (<i>Coding</i>)		72
4.7.3.	Memasukkan Data (<i>Data Entry</i>) atau <i>Processing</i>		72
4.7.4.	Pembersihan Data (<i>Cleaning</i>)		72
4.8.	Teknik Analisa Data		73
BAB 5.	HASIL DAN PEMBAHASAN		74
5.1.	Hasil Penelitian		74
5.1.1.	Data Umum Gambaran Puskesmas Pucang Sewu		74
5.1.2.	Data Usia Ibu Menyusui		75
5.1.3.	Data Pendidikan Ibu Menyusui		76
5.1.4.	Data Pekerjaan Ibu Menyusui		76
5.1.5.	Data Pengetahuan Ibu Menyusui tentang Asupan Makanan		77

5.1.6. Data Pengetahuan Ibu Menyusui tentang Frekuensi Menyusui	77
5.1.7. Data Pengetahuan Ibu Menyusui tentang Lamanya	78
5.1.8. Data Asupan Makanan	78
5.1.9. Data Frekuensi Menyusui	79
5.1.10. Data Lamanya Menyusui	79
5.1.11. Data Teknik Menyusui	80
5.1.12. Hubungan Pengetahuan tentang Cara Meningkatkan Produksi ASI dengan Asupan Makanan, Frekuensi Menyusui, Lamanya Menyusui dan Teknik Menyusui ...	81
5.2. Pembahasan	83
5.2.1. Pengetahuan Ibu Menyusui tentang Asupan Makanan	83
5.2.2. Pengetahuan Ibu Menyusui tentang Frekuensi Menyusui...	84
5.2.3. Pengetahuan Ibu Menyusui tentang Lamanya Menyusui ...	85
5.2.4. Asupan Makanan Ibu	86
5.2.5. Frekuensi Menyusui	88
5.2.6. Lamanya Menyusui	89
5.2.7. Teknik Menyusui.....	90
5.2.8. Hubungan Pengetahuan tentang Cara Meningkatkan Produksi ASI dengan Asupan Makanan, Frekuensi Menyusui, Lamanya Menyusui dan Teknik Menyusui	91
 BAB VI. KESIMPULAN DAN SARAN	 100
A. Kesimpulan.....	100
B. Saran	101
 DAFTAR PUSTAKA	 103
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1.	Komposisi Gizi ASI (per liter).....	15
Tabel 2.2.	Rata-Rata Produksi ASI Ibu Menyusui Per Hari	16
Tabel 2.3.	Tahapan Produksi ASI	16
Tabel 2.4.	Angka Kecukupan Gizi Ibu Tidak Menyusui dan Ibu Menyusui (sebagai tambahan AKG ibu tidak menyusui)	45
Tabel 2.5.	Jumlah Bahan Makan Sehari Ibu Tidak Menyusui dan Ibu Menyusui 6 Bulan Pertama dan 6 Bulan Kedua (umur 19-29 tahun)*)	46
Tabel 5.1.	Distribusi Frekuensi Ibu Menyusui Menurut Umur di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Kota Surabaya Tahun 2014	75
Tabel 5.2.	Distribusi Ibu Menyusui Menurut Pendidikan di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Kota Surabaya Tahun 2014	76
Tabel 5.3.	Distribusi Ibu Menyusui Menurut Pekerjaan di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Kota Surabaya Tahun 2014	76
Tabel 5.4.	Distribusi Frekuensi Ibu Menyusui Menurut Tingkat Pengetahuan Tentang Asupan Makanan di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Kota Surabaya Tahun 2014	77
Tabel 5.5.	Distribusi Frekuensi Ibu Menyusui Menurut Tingkat Pengetahuan Tentang Frekuensi Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Kota Surabaya Tahun 2014	77
Tabel 5.6.	Distribusi Frekuensi Ibu Menyusui Menurut Tingkat Pengetahuan Tentang Lamanya Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Kota Surabaya Tahun 2014	78

Tabel 5.7.	Distribusi Frekuensi Ibu Menyusui Menurut Asupan Makanan di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Kota Surabaya Tahun	2014
.....		
		78
Tabel 5.8.	Distribusi Frekuensi Ibu Menyusui Menurut Frekuensi Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Kota Surabaya	Tahun 2014
.....		
		79
Tabel 5.9.	Distribusi Frekuensi Ibu Menyusui Menurut Lamanya Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Kota Surabaya	Tahun 2014
.....		
		79
Tabel 5.10.	Distribusi Frekuensi Ibu Menyusui Menurut Teknik Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Kota Surabaya	Tahun 2014
.....		
		80
Tabel 5.11.	Tabulasi Silang Hubungan Pengetahuan dengan Asupan Makanan, Frekuensi Menyusui, Lamanya Menyusui dan Teknik Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Kota Surabaya	Tahun 2014
.....		
		81

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kontrol Hormonal pada Laktasi
.....	
	35
Gambar 3.1	Kerangka Konseptual Penelitian
.....	
	64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Persetujuan untuk Menjadi Responden Penelitian
Lampiran 2	Kuesioner Penelitian
Lampiran 3	Form <i>Food Recall</i> 24 Jam
Lampiran 4	Form Pengamatan Teknik Menyusui
Lampiran 5	Master Tabel
Lampiran 6	Pemberian ASI Eksklusif
Lampiran 6	Hasil SPSS
Lampiran 7	Surat Ijin Penelitian