

SKRIPSI
HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU DENGAN PEMBERIAN ASI
EKSKLUSIF PADA BAYI DI PUSKESMAS
TAMMERODO SENDANA



Oleh:

HARTATI

B0220362

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS SULAWESI BARAT
2024

HALAMAN PERSETUJUAN

Proposal Dengan Judul:

**HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU DENGAN PEMBERIAN ASI
EKSKLUSIF PADA BAYI DI PUSKESMAS
TAMMERODO SENDANA**

Yang diajukan oleh:

**HARTATI
B0220362**

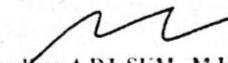
Telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan dewan penguji sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar serjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat.

Dewan Pembimbing

Pembimbing I

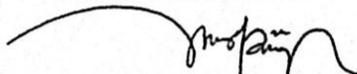

Dr. dr. Hj. Eywatv, M.Kes

Pembimbing II


Nurgadma A DJ, SKM., M.Kes

Mengetahui,

**Ketua Program Studi S1 Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan**


Indrawati, S.Kep, N.M.Kes
Nip: 197906302005022011

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi/Karya tulis ilmiah dengan judul **HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU DENGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA BAYI DI PUSKESMAS TAMMERO DO SENDANA**

Disusun dan diajukan oleh:

HARTATI

B0220362

Telah dipertahankan dihadapan dewan penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat.

Dewan Penguji

Prof. Dr. Muzakkir M.Kes

(.....)

Risna Damayanti S.Kep.,Ns.,M.Kep

(.....)

Andi Mifta Farid Panggeleng, SKM,M.KM

(.....)

Dewan Pembimbing

Dr. dr. Hj. Evawaty, M.Kes

(.....)

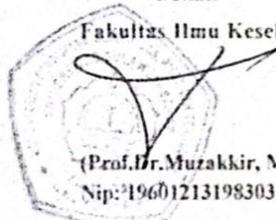
Nurgadima A DJ, SKM., M.Kes

(.....)

Mengetahui

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan



(Prof.Dr.Muzakkir, M.Kes)

Nip:196012131983031076

Ketua

Program Studi S1- Keperawatan

(Indrawati, S.Kep., Ns., M.Kes)

Nip: 197906302005022011

ABSTRAK

Nama : Hartati

Nim : B0220362

Program Studi : Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan

Judul : HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU DENGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA BAYI DI PUSKESMAS TAMMERODO SENDANA

Pendahuluan: Pemberian ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan sangat penting untuk tumbuh kembang bayi, ASI juga bisa menjadi sumber utama kehidupan pada bayi, di upayakan bayi hanya meminum ASI tanpa ada tambahan lainnya. **Tujuan:** Untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Pemberian ASI eksklusif Pada Bayi Di Puskesmas Tammerodo Sendana. **Metode:** Penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam Penelitian ini berjumlah 97, yaitu ibu yang mempunyai bayi usia 0-6 bulan dengan jumlah sampel sebanyak 78 responden menggunakan rumus slovin. Teknik pengambilan sampel mempunyai kriteria inklusi dan eksklusi. Analisis dilakukan menggunakan *Uji Chi Square*. **Hasil:** Hasil penelitian ini mencapai 60,0% dalam pemberian ASI eksklusif, Sedangkan Pengetahuan ibu mencapai 66,7%, Uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan ibu dengan pemberian ASI eksklusif pada bayi di Puskesmas Tammerodo Sendana dengan nilai *p-value* 0,000 dimana nilai tersebut $<0,05$. **Kesimpulan:** Ada Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Pemberian ASI Eksklusif Di Puskesmas Tammerodo Sendana. **Rekomendasi:** Diharapkan kepada petugas puskesmas khususnya di Puskesmas Tammerodo Sendana untuk memberikan penyuluhan kepada masyarakat khususnya ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan untuk memberikan dorongan dalam pentingnya pengetahuan pemberian ASI eksklusif.

Kata kunci: Pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif, Pemberian ASI Eksklusif.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Air susu ibu (ASI) adalah sumber dengan komposisi seimbang untuk kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan bayi. ASI juga bisa menjadi sumber utama kehidupan pada bayi, sehingga di upayakan bayi hanya meminum ASI tanpa ada tambahan lainnya seperti susu formula, air teh, madu, dan tanpa makanan pendamping atau sering disebut sebagai ASI Eksklusif (Nur et al., 2022).

Pemberian ASI Eksklusif memiliki keuntungan untuk bayi dan ibu. Bagi bayi, nutrisi yang terkandung di dalam ASI mengandung komponen bioaktif yang dapat melindungi bayi dari infeksi sehingga dapat menurunkan risiko infeksi pada anak seperti pneumonia, diare dan penyakit usus. Bagi ibu, pemberian ASI Eksklusif dapat menurunkan resiko perdarahan setelah persalinan, depresi pasca persalinan, menunda kesuburan dan meringankan beban ekonomi (Rustina, 2020).

Menurut data *Global*, Pemberian makanan yang tepat adalah menyusui bayi sesegera mungkin setelah lahir, memberikan ASI eksklusif sampai umur 6 bulan, memberikan makanan pendamping ASI yang tepat sejak usia 6 bulan, dan melanjutkan pemberian ASI sampai umur 2 tahun atau lebih. ASI terbukti dapat melawan infeksi dan membantu mematangkan system imunitas.

World Health Organisation (WHO) dan *United Nations Children's Fund (UNICEF)* merekomendasikan agar anak-anak mulai menyusui dalam satu jam pertama setelah lahir dan diberi ASI eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupannya, artinya tidak ada makanan atau cairan lain yang diberikan, termasuk air. Bayi harus disusui sesuai permintaan yaitu sesering yang diinginkan bayi (Nur et al., 2022)

Menurut *WHO* (2020), cakupan pemberian ASI eksklusif di seluruh dunia mencapai 66% (Julianti, 2023). Di Indonesia, Badan Pusat Statistik (BPS) melaporkan bahwa persentase bayi berusia di bawah 6 bulan yang menerima ASI eksklusif mencapai 73,97%, yang merupakan peningkatan menurut Survei

Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2023. Angka ini terus meningkat Selama lima tahun berturut-turut. Pada tahun 2023, persentase nasional bayi yang mendapatkan ASI eksklusif meningkat sebesar 2,68% dibandingkan tahun sebelumnya, yang tercatat sebesar 72,04% menurut SDKI 2023 (Seputar & Kesehatan, n.d.).

Persentase pemberian ASI eksklusif di Provinsi Sulawesi Barat mencapai 75,04%. Di Kabupaten Majene, khususnya di Kecamatan Tammerodo Sendana, data dari Dinas Kesehatan Majene menunjukkan bahwa cakupan bayi yang menerima ASI eksklusif adalah 50,0% pada tahun 2023 (Dinkes Majene 2023). Di Puskesmas Tammerodo Sendana, yang mencakup 7 desa, persentase ASI eksklusif di Desa Tallambalao adalah 60,53%, Desa Tammerodo 34,62%, Desa Seppong 28%, Desa Ulidang 44,44%, Desa Tammerodo Utara 30,56%, Desa Manyamba 46,67%, dan Desa Awo 40%. Secara keseluruhan, persentase dari 7 desa tersebut mencapai 40,76%, berdasarkan hasil pengambilan data awal yang dilakukan peneliti di Puskesmas Tammerodo Sendana.

ASI eksklusif bukan hanya semata didasarkan pada pertimbangan bahwa ASI eksklusif adalah makanan terbaik bagi bayi, akan tetapi juga menjadi bagian integral dari proses reproduksi yang memiliki implikasi penting bagi kesehatan ibu yang menyusui. Dan pemberian ASI selama 6 bulan justru mendorong pertumbuhan bayi yang optimal (Dien et al., 2023), Tidak memberikan ASI berkontribusi terhadap angka kematian bayi akibat buruknya status gizi, yang berdampak pada kesehatan dan kelangsungan hidup bayi (Eksklusif, 2021), ASI eksklusif memiliki peranan penting dalam menurunkan angka kematian bayi (AKB) serta mengurangi risiko penyakit seperti gangguan kesehatan, infeksi pencernaan, infeksi saluran pernapasan, dan infeksi telinga. Bayi menjadi lebih rentan terhadap penyakit non-infeksi selama periode pertumbuhannya. Pemberian ASI eksklusif ternyata sangat berpengaruh terhadap perkembangan motorik bayi; semakin lama ASI eksklusif diberikan, semakin baik kemampuan motorik bayi dapat berkembang. Salah satu upaya untuk mengurangi angka kematian bayi adalah dengan mengikuti program keluarga

berencana (KB), melahirkan di fasilitas kesehatan, memberikan imunisasi dasar, serta memastikan bayi mendapatkan ASI eksklusif (Attitude et al., 2023)

Memburuknya gizi pada anak dapat terjadi akibat ketidak-tahuan ibu mengenai cara memberikan ASI kepada anaknya. Kurangnya pengertian dan pengetahuan ibu tentang manfaat ASI dan menyusui menjadi faktor terbesar penyebab ibu-ibu mudah terpengaruh dan beralih kepada susu formula (Putri, 2019). Pendek dan sangat pendek, dikenal sebagai stunting, adalah status gizi berdasarkan indeks tinggi badan untuk usia (Publisher & Access, 2023). ASI eksklusif sangat penting untuk diberikan kepada bayi 0-6 bulan karena dapat membantu proses tumbuh kembang bayi dan meningkatkan system kekebalan tubuh bayi. Salah satu penyebab belum berhasilnya pemberian ASI Eksklusif adalah ibu yang bekerja (Dien et al., 2023)).

Keunggulan ASI dibandingkan susu formula atau susu sapi Antara lain: ASI menyediakan zat gizi dengan komposisi, jumlah, daya cerna, dan daya serap yang baik bagi bayi. Dibanding dengan susu sapi yang merupakan penyusun utama susu formula, ASI mengandung karbohidrat (terutama laktosa dan (oligosakarida) lebih tinggi. Pemberian ASI eksklusif sangat penting untuk kesehatan bayi, terutama pada 6 bulan pertama kehidupan. Sayangnya, masih banyak ibu yang kurang memahami manfaat kolostrum, susu pertama yang dihasilkan setelah melahirkan. Kolostrum kaya akan nutrisi, antibodi, dan faktor imunologis yang sangat penting bagi bayi yang baru lahir.

Berdasarkan hasil observasi atau survei awal yang dilakukan peneliti terhadap 10 ibu nifas di Puskesmas Tammero'do Sendana, ditemukan bahwa sebagian besar responden menyadari pentingnya ASI dalam meningkatkan kekebalan tubuh bayi. Mereka percaya bahwa bayi yang mendapatkan ASI cenderung lebih kuat dan tidak mudah sakit. Namun, ada beberapa ibu yang masih kurang memahami konsep ASI eksklusif, dan mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan yang rendah. Dengan demikian, pengetahuan masyarakat mengenai ASI eksklusif masih tergolong minim.

Berdasarkan uraian dari latar belakang permasalahan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian apakah ada “Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Di Puskesmas Tammerodo Sendana”.

1.2. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang diatas maka dirumuskan masalah penelitian “Apakah ada hubungan pengetahuan ibu dengan pemberian ASI Eksklusif di puskesmas Tammerodo Sendana”.

1.3 TUJUAN PENELITIAN

1.3.1 Tujuan umum

Diketahui ada hubungan pengetahuan ibu dengan pemberian ASI eksklusif di puskesmas Tammerodo Sendana.

1.3.2 Tujuan khusus

- a. Diketahui pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif di puskesmas Tammerodo Sendana
- b. Diketahui pemberian ASI eksklusif di puskesmas Tammerodo Sendana
- c. Diketahui hubungan pengetahuan ibu dengan pemberian ASI Eksklusif di puskesmas Tammerodo Sendana

1.4 Manfaat penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memberi manfaat bagi pihak-pihak sebagai berikut:

1.4.1 Bagi ibu

Untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang manfaat pemberian ASI Eksklusif

1.4.2 Bagi Puskesmas

Sebagai masukan kepada pelaksana program pemberian ASI eksklusif di puskesmas tammerodo untuk lebih menyadarkan masyarakat mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif.

1.4.3 Bagi institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan menjadi salah satu bahan bacaan serta sebagai sumber pembelajaran

1.4.4 Bagi peneliti

Para peneliti dapat memperoleh pengetahuan, pengalaman, dan keterampilan praktis yang berharga terkait hubungan pengetahuan ibu dengan pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Tammerodo Sendana

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Tinjaun Umum Tentang Pemberian ASI Eksklusif

2.1.1 Pengertian ASI Eksklusif Pada Bayi

ASI eksklusif adalah pemberian ASI kepada bayi sejak baru lahir hingga berusia 6 bulan tanpa digantikan dengan makanan atau minuman lain, kecuali vitamin, mineral, dan obat dalam bentuk oralit, tetes, dan sirup. ASI eksklusif memiliki banyak manfaat bagi bayi dan ibu, di antaranya: Mencegah penyakit, Mendukung perkembangan otak dan fisik, Meningkatkan sistem imun, Mengurangi risiko alergi dan penyakit kronis. ASI menawarkan berbagai manfaat yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi, berkat kandungan nutrisinya. ASI mengandung makronutrien seperti air, protein, lemak, karbohidrat, dan karnitin. Selain itu, terdapat mikronutrien seperti vitamin K, D, E, dan A, serta vitamin yang larut dalam air. ASI juga kaya akan mineral dan komponen bioaktif, termasuk sel hidup, antibodi, sitokin, faktor pertumbuhan, oligosakarida, dan hormon (The et al., 2023). Pengetahuan diperoleh melalui pengindraan dengan menggunakan indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba (Pakpahan dkk, 2021).

2.1.2 Jenis ASI

Jenis ASI eksklusif menurut (Ayu, 2023) melibatkan pemahaman mengenai jenis-jenis ASI yang ada. Berikut adalah penjelasan mengenai jenis-jenis ASI yang penting dalam konteks ASI eksklusif:

a. Kolostrum

Definisi Kolostrum adalah ASI yang diproduksi dalam beberapa hari pertama setelah melahirkan. Karakteristik Berwarna kuning kekuningan, kental, dan kaya akan protein serta zat gizi. Manfaat Mengandung antibodi dan faktor imunologis yang sangat

penting untuk melindungi bayi dari infeksi. Kolostrum juga membantu dalam proses pencernaan dan mengeluarkan mekonium (tinja pertama bayi).

b. ASI Peralihan

Definisi ASI peralihan adalah jenis ASI yang diproduksi setelah kolostrum, biasanya mulai 3-4 hari setelah kelahiran dan berlangsung hingga sekitar 2 minggu. Karakteristik Lebih cair dibandingkan kolostrum dan memiliki komposisi yang berubah, dengan peningkatan kadar lemak dan kalori.

Manfaat Menyediakan nutrisi yang dibutuhkan bayi yang sedang tumbuh dan berkembang, serta meningkatkan sistem kekebalan tubuh.

c. ASI Matang

Definisi ASI matang adalah jenis ASI yang diproduksi setelah periode ASI peralihan, biasanya mulai setelah dua minggu pasca melahirkan.

Karakteristik Memiliki konsistensi yang lebih cair dan berwarna putih atau sedikit kebiruan. Komposisinya stabil dengan kadar lemak, protein, dan karbohidrat yang seimbang. Manfaat Memberikan semua nutrisi yang diperlukan bayi untuk pertumbuhan optimal dan mendukung perkembangan fisik dan kognitif.

d. ASI eksklusif

Definisi Pemberian ASI eksklusif berarti hanya memberikan ASI tanpa tambahan makanan atau cairan lain, termasuk susu formula, selama enam bulan pertama kehidupan. Manfaat Memastikan bayi mendapatkan semua nutrisi yang diperlukan tanpa risiko alergi atau infeksi dari makanan atau minuman lain.

Pemberian ASI eksklusif dengan memahami jenis-jenis ASI ini sangat penting untuk mendukung kesehatan dan perkembangan bayi di tahun 2023.

2.1.3 Komposisi ASI

Komposisi ASI (Air Susu Ibu) sangat penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi, terutama pada periode ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan. Berikut adalah detail mengenai komposisi ASI dan bagaimana komponen-komponen tersebut berkontribusi terhadap kesehatan bayi pada tahun 2022:

a. Air

Proporsi ASI terdiri sekitar 87% air.

Fungsi Menjaga hidrasi bayi dan memenuhi kebutuhan cairan, terutama pada bulan-bulan awal ketika organ tubuh bayi masih berkembang.

b. Karbohidrat

Komponen Utama Laktosa adalah karbohidrat utama dalam ASI, menyumbang sekitar 7% dari total komposisi. Fungsi Laktosa memberikan energi bagi bayi dan membantu penyerapan kalsium dan mineral lainnya. Selain itu, laktosa juga berperan dalam perkembangan bakteri baik di usus bayi.

c. Protein

Proporsi ASI mengandung sekitar 0,9-1,2% protein.

Jenis Protein Terdapat dua jenis protein utama, yaitu kasein dan whey. Rasio whey terhadap kasein adalah sekitar 60:40 pada ASI matang.

Fungsi Protein dalam ASI mudah dicerna dan diserap oleh sistem pencernaan bayi, serta mendukung pertumbuhan dan perkembangan jaringan serta sistem kekebalan tubuh.

d. Vitamin dan Mineral

Vitamin ASI mengandung berbagai vitamin, termasuk vitamin A, D, E, dan K, serta vitamin B kompleks. Fungsi Membantu dalam berbagai proses fisiologis, seperti pertumbuhan, penglihatan, dan kesehatan kulit.

Mineral ASI juga mengandung mineral penting seperti kalsium, fosfor, dan zat besi, meskipun kadar zat besi relatif rendah, tetapi cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi selama enam bulan pertama. Fungsi Kalsium

dan fosfor penting untuk perkembangan tulang dan gigi, sedangkan zat besi penting untuk pembentukan sel darah merah.

Komposisi ASI yang unik dan seimbang ini menjadikannya sumber nutrisi yang ideal untuk bayi, terutama selama periode ASI eksklusif. Dengan memberikan ASI eksklusif selama enam bulan pertama, bayi mendapatkan semua nutrisi yang mereka perlukan untuk tumbuh dan berkembang dengan baik, serta perlindungan dari berbagai penyakit. Penting bagi ibu untuk memahami dan mendukung proses menyusui demi kesehatan optimal bayi mereka.

2.1.4 Volume ASI

Volume ASI yang diproduksi selama pemberian ASI eksklusif bervariasi tergantung pada beberapa faktor, termasuk usia bayi, frekuensi menyusui, dan kebutuhan nutrisi individu bayi. Berikut adalah penjelasan mengenai volume ASI pada pemberian ASI eksklusif pada bayi di tahun 2023:

a. Volume Produksi ASI

Rata-rata Volume Pada umumnya, ibu dapat memproduksi sekitar 750-1.000 ml ASI per hari setelah beberapa minggu pasca melahirkan. Namun, volume ini dapat bervariasi. Frekuensi Menyusui Semakin sering bayi menyusui, semakin banyak ASI yang diproduksi. Bayi yang menyusui 8-12 kali sehari akan merangsang produksi ASI yang optimal. Usia Bayi Volume ASI cenderung meningkat seiring dengan penambahan usia bayi. Pada bulan-bulan awal, bayi mungkin membutuhkan lebih sedikit ASI, tetapi seiring pertumbuhannya, kebutuhan akan ASI juga meningkat.

b. Kebutuhan Nutrisi Bayi

Kebutuhan Harian Rata-rata bayi yang baru lahir membutuhkan sekitar 60-90 ml ASI per sesi menyusui, dan ini dapat meningkat menjadi 120-150 ml per sesi pada usia 1-2 bulan. Penyesuaian Volume kebutuhan ASI akan meningkat secara bertahap sesuai dengan

pertumbuhan dan perkembangan bayi. Penting bagi ibu untuk memperhatikan tanda-tanda lapar dan kenyang pada bayi untuk menyesuaikan frekuensi dan durasi menyusui.

c. Produksi ASI Berdasarkan Usia Bayi

Pada minggu pertama setelah kelahiran, volume ASI mungkin lebih rendah karena ibu baru memproduksi kolostrum. Volume dapat berkisar antara 30-60 ml per sesi. Minggu Ke-2 hingga Ke-4 Setelah kolostrum, ibu mulai memproduksi ASI peralihan yang lebih banyak. Volume dapat meningkat menjadi sekitar 500-800 ml per hari. 1-6 Bulan Setelah sebulan, produksi ASI biasanya mencapai puncaknya, dan ibu dapat memproduksi sekitar 750-1.000 ml per hari.

d. Pemantauan dan Dukungan

Konsultasi Ibu disarankan untuk berkonsultasi dengan tenaga kesehatan atau konselor laktasi jika memiliki kekhawatiran mengenai volume ASI atau kesulitan dalam menyusui.

Tanda Kecukupan ASI Tanda-tanda bahwa bayi mendapatkan cukup ASI mencakup penambahan berat badan yang baik, jumlah popok basah yang cukup (sekitar 6-8 popok basah per hari), dan bayi tampak puas setelah menyusui.

Volume ASI pada pemberian ASI eksklusif bervariasi tergantung pada banyak faktor. Sangat penting bagi ibu untuk mendengarkan kebutuhan bayi mereka dan menyusui secara teratur untuk memastikan bahwa bayi mendapatkan cukup ASI. Dukungan dari tenaga kesehatan juga dapat membantu ibu dalam proses menyusui, memastikan keberhasilan ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi.

2.1.5 Frekuensi dan lamanya menyusui bayi

Tidak ada batasan dalam frekuensi menyusui; sebaiknya disesuaikan dengan kebutuhan bayi. Menyusui tidak perlu dijadwalkan, sehingga dapat dilakukan kapan saja saat bayi

membutuhkannya. Bayi akan menentukan sendiri kebutuhannya. Ibu juga harus menyusui ketika bayi menangis, kecuali jika penyebabnya adalah hal lain seperti buang air, kepanasan, kedinginan, atau hanya ingin berdekapan.

Pada dua hari pertama, produksi ASI masih sedikit, jadi ibu tidak perlu menyusui terlalu lama; cukup beberapa menit untuk merangsang keluarnya ASI. Rangsangan ini membantu aliran ASI dari saluran susu. Di hari-hari berikutnya, bayi yang sehat biasanya dapat mengosongkan satu payudara dalam waktu 5-7 menit, dan ASI di lambungnya akan habis dalam 2 jam. Banyak bayi selesai menyusui dalam waktu 5-10 menit, tetapi ada juga yang bisa memakan waktu hingga setengah jam. Ini tidak menjadi masalah karena kebutuhan menyusui setiap bayi berbeda-beda.

2.1.6 Manfaat pemberian ASI eksklusif

Manfaat yang di peroleh jika bayi menyusui secara eksklusif di bulan pertama yaitu ASI merupakan bahan makanan alamiah bagi bayi yang lahir cukup bulan. Selain itu ASI mudah di dapat dan selalu segar bebas dari berbagai macam bakteri, sehingga kemungkinan terjadi gangguan saluran pencernaan makanan menjadi lebih kecil, Bayi yang menyusui sangat jarang ditemukan alergi, di banding bayi yang mendapat susu sapi. ASI mengandung zat-zat perlindungan yang membuat bayi yang mengonsumsinya cenderung lebih jarang mengalami penyakit. Zat-zat protektif dalam ASI meliputi Laktobasilus bifidus, Laktoferin, Lisozim, serta Komplemen C3 dan C4, faktor anti-streptokokus, antibodi, dan imunitas seluler, yang semuanya berkontribusi pada minimnya alergi. Selain itu, proses menyusui memberikan efek psikologis yang positif; saat kulit bayi bersentuhan dengan kulit ibu, bayi merasakan rasa aman dan nyaman. Perasaan ini penting untuk membangun rasa percaya (basic sense of trust) kepada orang lain, terutama ibu, yang kemudian membantu bayi

membangun kepercayaan pada dirinya sendiri. Bayi yang mendapatkan ASI menunjukkan peningkatan berat badan yang baik setelah lahir, pertumbuhan yang optimal setelah periode perinatal, dan risiko obesitas yang lebih rendah. Frekuensi menyusui yang tidak dibatasi terbukti bermanfaat karena meningkatkan volume ASI yang dihasilkan, sehingga penurunan berat badan bayi menjadi minimal. ASI eksklusif yang diberikan kepada bayi lebih praktis dan ekonomis dibandingkan membeli susu formula yang lebih mahal. ASI tersedia secara alami, selalu siap disediakan, dan tidak memerlukan persiapan atau penyimpanan khusus. Dengan memberikan ASI secara eksklusif, orang tua juga dapat menghemat biaya yang akan dikeluarkan untuk membeli susu formula, botol, dan peralatan penyimpanan (Wirawan, 2019).

2.1.7 Peran ASI

a. Kecerdasan anak

Komposisi ASI dan berbagai faktor pertumbuhan yang terkandung di dalamnya sangat berpengaruh terhadap proses pertumbuhan dan perkembangan jaringan otak bayi. Oleh karena itu, manajemen pemberian ASI perlu diperhatikan dengan serius. ASI mengandung taurin dari kelompok protein yang berfungsi sebagai bahan pembentuk sel saraf pada otak, serta lemak rantai panjang seperti omega-3, omega-6, dan DHA yang juga berperan dalam pembentukan sel saraf otak. Laktosa dalam ASI menghasilkan galaktosa, yang menjadi sumber nutrisi bagi pertumbuhan sel-sel saraf otak, sehingga jaringan serabut saraf dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Hal ini juga membantu menggantikan kekurangan pertumbuhan yang mungkin terjadi selama masa kehamilan, mengingat pada periode tersebut terjadi hiperplasi jaringan otak.

b. Pada kesehatan

Kadar kolesterol dalam ASI sangat tinggi, dan hal ini memberikan keuntungan bagi bayi. Dengan tingginya kolesterol dalam ASI, bayi mulai belajar mengelola kolesterol sejak dini, sehingga sistem pencernaan dan sirkulasi darahnya dapat beradaptasi dengan asupan kolesterol tersebut. Selain itu, ASI mengandung faktor pertumbuhan yang membantu bayi dalam mensintesis enzim untuk metabolisme lemak. Enzim ini berperan penting dalam mengendalikan kadar kolesterol dalam darah, sehingga dapat mencegah penebalan dinding pembuluh darah dan mengurangi risiko serangan jantung.

2.2 Faktor-faktor pendukung pemberian ASI eksklusif

Pendidikan dan kurangnya pengetahuan merupakan salah satu faktor yang memengaruhi keputusan ibu untuk memberikan ASI kepada bayinya. Pendidikan berperan dalam meningkatkan pengetahuan seseorang; umumnya, semakin tinggi tingkat pendidikan, semakin mudah seseorang menyerap informasi. Pekerjaan juga merupakan faktor yang memengaruhi pengetahuan, di mana jenis pekerjaan seperti ibu rumah tangga dapat memengaruhi cara menyusui dan pemberian ASI kepada bayi. Dukungan keluarga diharapkan konsisten, karena pada umumnya setiap keluarga mendukung ibu dalam menyusui dan memberikan ASI eksklusif. Selain itu, promosi susu formula yang agresif dapat memengaruhi keputusan ibu, meskipun pada awalnya banyak ibu ingin memberikan yang terbaik untuk bayinya dengan menyusui eksklusif.

2.2.1 Pendidikan

Faktor intenal Mempengaruhi ibu dalam memberikan ASI eksklusif dua jurnal diantaranya membahas tentang pengaruh pendidikan terhadap ibu dalam memberikan ASI eksklusif. Secara umum, semakin tinggi tingkat pendidikan seorang ibu, semakin mudah baginya untuk menerima informasi dan memperluas pengetahuan yang dimilikinya, yang pada gilirannya dapat memengaruhi perilaku. Meskipun demikian, seorang ibu dengan pendidikan

rendah masih memiliki kemampuan untuk memberikan ASI eksklusif seperti halnya ibu dengan pendidikan yang lebih tinggi. Namun, tetap perlu diakui bahwa tingkat pendidikan berperan dalam mempengaruhi kemampuan ibu untuk menyerap dan memahami pengetahuan yang diperoleh.

2.2.2 Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari proses “tahu” yang diperoleh setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek. Pengetahuan sangat dipengaruhi oleh tingkat perhatian dan persepsi terhadap objek tersebut . sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui indera mata dan telinga. Pengetahuan sangat berpengaruh terhadap pemberian ASI eksklusif, ibu dengan pengetahuan rendah cenderung memberikan ASI eksklusif lebih sedikit, sementara ibu dengan pengetahuan tinggi lebih mungkin memberikan ASI eksklusif. Ibu dengan pengetahuan rendah memiliki risiko lebih tinggi mengalami masalah kesehatan pada bayinya dibandingkan ibu yang memiliki pengetahuan yang lebih baik. Pengetahuan ibu tentang ASI dan cara pemberian yang tepat dapat mendukung keberhasilan dalam menyusui. Pengetahuan ini berpengaruh karena ibu yang mengalami pentingnya nutrisi cenderung memiliki produksi ASI yang lebih lancar dibandingkan dengan ibu yang kurang memiliki pengetahuan (Maimunah & Sitorus, 2020).

2.2.3 Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga merupakan sikap atau tindakan yang diberikan oleh anggota keluarga lainnya yang bersifat mendukung dan menerima apapun kondisi anggota keluarganya serta selalu bersedia memberikan pertolongan dan bantuan jika dibutuhkan (Rambu, 2019). Keberhasilan ASI eksklusif sangat dipengaruhi adanya dukungan tinggi keluarga. Hal ini karena seorang ibu menyusui akan lebih banyak berinteraksi di keluarga dan segala kebutuhan ibu pertama kali akan dicukupi oleh keluarga.

2.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi ibu dalam pemberian ASI eksklusif

Menurut Feriyal (2023) Keberhasilan pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk faktor internal seperti umur, pengetahuan, jumlah anak, dan pekerjaan ibu. Selain itu, faktor eksternal seperti dukungan dari tenaga kesehatan juga memainkan peran penting.

2.3.1 Umur

Ibu yang berada dalam rentang usia reproduksi sehat lebih cenderung memberikan ASI eksklusif dibandingkan dengan ibu yang berumur di atas 35 tahun. Usia memengaruhi cara berpikir, menganalisis, dan mengambil keputusan. Rentang usia 20-35 tahun dianggap sebagai usia reproduksi sehat, dimana kehamilan, persalinan, dan menyusui aman tidak hanya secara fisik, tetapi juga secara mental dan hormonal. Proses laktasi, yang dipengaruhi oleh hormon seperti oksitosin dan prolactin, akan berjalan lebih optimal jika ibu berada dalam usia dengan keseimbangan hormone yang baik.

2.3.2 Paritas

Ibu yang telah melahirkan lebih dari satu anak(multiparitas) memiliki pengalaman dari laktasi sebelumnya, yang membuat mereka lebih siap untuk menyusui bayi berikutnya, sehingga pemberian ASI menjadi lebih efektif.

Pengalaman ini juga membantu mengurangi kecemasan saat menyusui. Namun, ibu multiparitas yang berusia di atas 35 tahun berisiko mengalami penurunan fungsi anatomi dan gangguan hormon. Penurunan kadar hormon ini dapat mempengaruhi proses produksi ASI, menyebabkan onset laktasi yang lebih lambat. Sebaliknya, ibu yang melahirkan anak pertama (primiparitas) tidak memiliki pengalaman laktasi sebelumnya, yang dapat menyebabkan stress. Stress ini dapat meningkatkan

kadar hormone kortisol dalam darah, yang kemudian menurunkan kadar hormone oksitosin, sehingga memperlambat onset laktasi (Sutama, 2020).

2.3.3 Pekerjaan

Pekerjaan merupakan salah satu faktor yang paling mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Banyak ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif karena harus kembali bekerja dan meninggalkan bayinya di rumah. Namun, hal ini dapat diatasi jika ibu bersedia mencari informasi mengenai pemberian ASI eksklusif meskipun harus berpisah dengan bayi untuk waktu yang lama. Ibu bisa memeras ASI sebelum berangkat kerja atau saat ada waktu luang, lalu menyimpannya di lemari pendingin. Peningkatan partisipasi perempuan dalam angkatan kerja serta kurangnya cuti yang memadai bagi ibu bekerja telah menyebabkan penurunan frekuensi dan durasi menyusui, Namun pekerjaan seharusnya tidak menjadi alasan untuk menghentikan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan. Dengan pengetahuan yang memadai tentang menyusui, peralatan untuk memeras ASI, serta dukungan dari lingkaran kerja, ibu yang bekerja masih dapat memberikan ASI eksklusif (Khifiyah, 2019).

2.4 Tinjauan Umum Tentang Pengetahuan

2.4.1 Definisi Pengetahuan

Pengetahuan adalah informasi yang telah dikombinasikan dengan pemahaman dan potensi untuk menindaki yang lantas melekat dibenak seseorang (Meliono,2019),Pengetahuan merupakan hasil dari tau dan mengerti yang mana terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu,pengindraan terjadi melalui pancaindera manusia,yakni indera pengelihatan ,pendengaran,penciuman,rasa dan raba.sebagaian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo,2020).

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu, I. 2023. Inisiasi Menyusui Dini & ASI Eksklusif. Jakarta: Penggagas Forum Studi Pemberdayaan Keluarga.
- Bayi, P., & Bulan, U. (n.d.). *JURNAL Midwifery Update (MU)*. 4(2), 93–98.
- Dien, N. Y. A., Posyandu, D. A. N., Sartika, D., & Banyuputih, D. (2023). *Exclusive, breastfeeding, attitude, mother, gift C*.
- Eko Sri Wulaningtyas, Susi Erna Wati, and Ardina Rezky Noeraini, ‘HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU DENGAN PEMBERIAN ASI’, 7.2 (2023).
- Elsie Anggreni et al., (2023) pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif terhadap pemberian ASI pada bayi 0-6 bulan di Puskesmas Sparman Banjarmasin, (2010)
- Gia Peprianti and Gusni Rahmianti, ‘Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Manajemen Laktasi Dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 6-9 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Talang Randai Kabupaten Bengkulu Selatan’, 2022, 1–8.
- Ibu, P., & Asi, T. (2010). *Pengetahuan Ibu Tentang Asi Eksklusif*. 39–48.
- Junaeda. 2020. Kuesioner penelitian V., & Ramdany, R. (2020). *Metodologi Penelitian Kesehatan*
- Kementerian Kesehatan RI 2020b. Profil Kesehatan Indonesia 2020, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta. Available at: <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatanindonesia/Profil-Kesehatan-IndonesiaTahun-2020.pdf>
- Kementerian Kesehatan RI 2020b. Profil Kesehatan Indonesia 2020, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta. Available at: <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatanindonesia/Profil-Kesehatan-IndonesiaTahun-2020.pdf>
- Kebidanan, P. D., Jl, B. I., & Mapesai, S. R. (2023). *No Title*. 05, 8–18.
- Nursanti I. I Meningkatkan Frekuensi Menyusui Mempercepat Onset Laktasi. *Media Ilmu Kesehatan*. 2018;1(1):1–5.
- Nur, A., Kesehatan, F. I., & Kesehatan, F. I. (2022). *ARTIKEL RISET Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kegagalan Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi 0-6 Bulan PENDAHULUAN Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber dengan komposisi*

seimbang untuk pada bayi yang berusia 6 bulan akan menjamin tercapainya potensi kecerdas. XV(2), 17–26.

Novianti Manan, 2019. Hubungan pengetahuan Ibu Dengan Pemberian ASI eksklusif Pada bayi 6-12 bulan di wilayah puskesmas pertiwi Makassar.

Ningrum, A. H. P. S., & Yuliana, D. (2020). Pengaruh Hypnobreastfeeding Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Bayi Usia 6 Bulan Di Kecamatan Sambi. *Jurnal Kebidanan*, 12(2), 194-201.

Mutiara Sepjuita Audia, Widia Lestari, & Niken Yuniar Sari (2023), Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Ibu Dalam Memberikan ASI Eksklusif: Literature Review. Vol 1, ni.3 Agustus DOI: <https://doi.org/10.59581/diagnosa-widyakarya.v1i3.834>.

Pasiak, S. M., Pinontoan, O., Rompas, S., Studi, P., Keperawatan, I., Kedokteran, F., & Ratulangi, U. S. (2019). STATUS PARITAS DENGAN TEKNIK MENYUSUI. 7.

Pakpahan, R. 2021. Gambaran Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Pemberian ASI Eksklusif di Desa Bandar Purba Kecamatan Mardinding Kabupaten Karo tahun 2018. *Excellent Midwifery Journal*, 2(2), 47–59

Putri, E. M. (2019). *HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG ASI EKSKLUSIF TERHADAP PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF The Corelation Of Mother ' s Knowledge About Exclusive Breastfeeding To Exclusive Breastfeeding.*

Puskesmas tammero'do sendana, 2023. Cakupan/persentase bayi ASI eksklusif 0-6 bulan.

Rahman, N. 2017. *Pengetahuan dan Pemberian ASI Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Jumpandang Baru Kecamatan Tallo Kota Makassar. Universitas Hasanuddin Makassar.* Skripsi.

Riza Ramli and others, 'Hubungan Pengetahuan Dan Status Pekerjaan Ibu Dengan Pemberian ASI Eksklusif Di Kelurahan Sidotopo Correlation of Mothers ' Knowledge and Employment Status with Exclusive Breastfeeding in Sidotopo', 8.1 (2020), 36–46 <<https://doi.org/10.20473/jpk.V8.I1.2020.36-46>>.

Rustina, vera yusnita & Y. (2020). DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/sf11410> *Hambatan Dalam Pemberian ASI Eksklusif Selama 6 Bulan Pertama Kehidupan: Literatur. 11(11), 375–380.*

Sutama, L.P.S.P., Arifin,S.,Yuliana,I (2020) Hubungan Pekerjaan, Paritas dan Keterampilan Perawatan Payudara dengan Perilaku Pemberian ASI Eksklusif. Jurnal Mahasiswa Pendidikan.

Wulaningtyas, E. S., Wati, S. E., & Noeraini, A. R. (2023). *HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU DENGAN PEMBERIAN ASI*. 7(2).

Sutama, L.P.S.P., Arifin,S.,Yuliana,I (2020) Hubungan Pekerjaan, Paritas dan Keterampilan Perawatan Payudara dengan Perilaku Pemberian ASI Eksklusif. Jurnal Mahasiswa Pendidikan.