

JURNAL PROMOTIF PREVENTIF

Pengaruh Pemberian ASI Eksklusif Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi

The Effect of Exclusive Breast Milk on Baby Weight Increase

Nuari Andolina, Anita Anjani Sibarani, Netty Herawaty Purba

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Awal Bros

Article Info

Article History

Received: 10 Jun 2023

Revised: 15 Jun 2023

Accepted: 19 Jun 2023

ABSTRACT / ABSTRAK

Exclusive breastfeeding is giving only breast milk without giving other food and drinks to babies from birth to 6 months of age. Exclusive breastfeeding in several regions in Indonesia is still relatively low, even though exclusive breastfeeding contains sufficient nutrition according to the needs of babies for 6 months. This makes exclusive breastfeeding very important and must be given to babies. This study aims to determine the effect of exclusive breastfeeding on infant weight gain in the working area of the Batu Aji Health Center, Bukit Tempayan Village. This research is a quantitative study using a cross-sectional approach. Sampling using a total sampling of 94 people. Measuring tools used are checklist sheets and KMS. The results showed that 64 (89%) exclusively breastfed respondents experienced weight gain with a p-value of 0.001, which means a p-value <0.05. Based on the results of this study, it can be concluded that there is an influence between exclusive breastfeeding on infant weight gain.

Keywords: *Exclusive breastfeeding, Baby, Growth, Weight Gain*

ASI Eksklusif adalah pemberian ASI saja tanpa memberikan makanan dan minuman lain kepada bayi sejak lahir sampai berumur 6 bulan. Pemberian ASI eksklusif di beberapa daerah di Indonesia masih tergolong rendah, padahal ASI eksklusif sendiri mengandung gizi yang cukup sesuai kebutuhan bayi selama 6 bulan, hal ini menjadikan ASI eksklusif sangat penting dan harus diberikan kepada bayi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Pemberian ASI Eksklusif terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Aji Kelurahan Bukit Tempayan. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan total sampling sebanyak 94 orang. Alat ukur yang digunakan adalah lembar ceklist dan KMS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 64 responden (89%) yang diberikan ASI eksklusif mengalami kenaikan berat badan dengan nilai *p-value* sebesar 0,001 yang berarti *p-value* < 0,05. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara pemberian ASI eksklusif terhadap kenaikan berat badan bayi.

Kata kunci : ASI Eksklusif, Bayi, Pertumbuhan, Kenaikan Berat Badan

Corresponding Author:

Name : Anita Anjani Sibarani

Affiliate : Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Awal Bros

Address : Jl. Abulyatama, Kelurahan Belian, Kecamatan Batam Kota, Kota Batam 29422

Email : anjanianita66@gmail.com

PENDAHULUAN

Berat badan merupakan salah satu parameter pertumbuhan seorang anak, disamping faktor tinggi badan. Berat badan yang tidak sesuai dengan umur, tidak ada kenaikan berat badan dalam jangka waktu tertentu (1-3 bulan) atau berat badan berlebih, bisa jadi menjadi petunjuk adanya gangguan kesehatan. Bahkan bayi yang mengalami permasalahan berat badan akan menerima dampak yang sangat parah seperti gangguan kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik dan mental yang buruk serta mengalami penyakit yang berat sepanjang hidup hingga mengalami kematian bayi. Oleh sebab itu, diperlukan suatu usaha untuk mencegah terjadinya gangguan berat badan pada bayi.

Salah satu usaha yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya gangguan berat badan pada bayi adalah pemberian ASI Eksklusif. Pertambahan berat badan bayi yang diberikan ASI Eksklusif tidak menyebabkan bayi mengalami kelebihan berat badan (obesitas) dan kekurangan berat badan (*underweight*) serta berat badan yang diperoleh selama 6 bulan pertama kehidupan bayi merupakan manifestasi bagi berat badan pada periode selanjutnya.

Pemberian ASI Eksklusif (ASI) menurut World Health Organization (WHO) adalah pemberian makanan kepada anak sejak lahir sampai usia 6 bulan hanya dengan ASI tanpa makanan atau minuman apapun, kecuali obat-obatan dan vitamin. ASI mengandung semua nutrisi yang dibutuhkan anak dan mudah dicerna bahkan oleh perut bayi yang masih kecil dan sensitif. Pemberian ASI saja sudah cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi anak hingga usia enam bulan (WHO, 2018).

Menurut WHO tahun 2018, salah satu negara dengan cakupan ASI eksklusif yang rendah berada di negara Afrika tepatnya di Afrika tengah dengan jumlah cakupan hanya sebesar 23,70% (WHO, 2018). Menurut Kemenkes persentase pemberian ASI eksklusif pada tahun 2021 sebesar 71,58%. Angka ini menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun sebelumnya yaitu 69,62%, namun proporsi ASI eksklusif di sebagian besar provinsi masih di bawah rata-rata nasional (Kemenkes RI, 2021).

Cakupan ASI eksklusif di Kepulauan Riau berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Riau tahun 2019 mencapai 44,9%, serta cakupan ASI eksklusif di Kota Batam sendiri mencapai 59,1% dan angka ini masih jauh dari target nasional yaitu sebesar 80%. Terdapat 3 wilayah kerja puskesmas dengan cakupan ASI eksklusif terendah yaitu Puskesmas Bulang 40%, Puskesmas Tanjung Uncang 41% dan Puskesmas Batu Aji 45,7% (Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Riau, 2019).

Pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita sangat ditentukan oleh jumlah ASI yang diterimanya, termasuk energi dan zat gizi lainnya. Pemberian ASI saja, tanpa tambahan makanan pendamping ASI, dapat memenuhi kebutuhan tumbuh kembang bayi enam bulan yang disebut juga dengan pemberian ASI eksklusif (Elsira, 2019).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Diza Fathamira Hamzah (2018) membuktikan bahwa Bayi yang diberikan ASI Eksklusif memiliki status gizi yang normal pada nilai penimbangan di posyandu, sedangkan bayi yang diberikan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) berjumlah 30 orang (44,1%) dan 4 orang mengalami kelebihan berat badan (5,9%) (Hamzah, 2018). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian ASI eksklusif terhadap kenaikan berat badan bayi.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini adalah penelitian observasional analitik dengan menggunakan desain *cross sectional study*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Oktober 2022 di wilayah kerja Puskesmas Batu Aji Desa Bukit Tempayan dengan populasi yaitu ibu yang memiliki bayi 6-11 bulan. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode total sampling yang berjumlah 94 responden. Lembar checklist dan KMS digunakan sebagai alat ukur, dan analisis univariat bivariat yang digunakan dalam analisis data. Analisis data menggunakan uji *Chi Square* dengan p value $< 0,05$. Penelitian sudah mendapatkan persetujuan dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Awal Bros dengan nomor 00153/UAB1.20/SR/KEPK/09.22.

HASIL

Berikut ini merupakan hasil penelitian kuantitatif terkait pengaruh pemberian ASI eksklusif terhadap kenaikan berat badan bayi di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Aji Kelurahan Bukit Tempayan. Data distribusi karakteristik responden dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik		Frekuensi	Persentase (%)
Umur (tahun)	< 20 dan > 35	5	5,3
	20 – 35	89	94,7
Pendidikan	Rendah	5	5,3
	Menengah	74	78,7
	Tinggi	15	16
Pekerjaan	Tidak Bekerja	56	59,6
	Bekerja	38	40,4
Total		94	100

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 1, 5 dari 94 responden (5,3%) berusia <20 tahun dan >35 tahun, dan 89 responden (94,7%) berusia 20-35 tahun. 5 responden berpendidikan rendah (5,3%), 74 responden berpendidikan menengah (78,7%) dan 15 responden berpendidikan tinggi (16%). 56 responden (59,6%) tidak bekerja dan 38 responden (40,4%) bekerja.

Tabel 2. Distribusi Pemberian ASI Eksklusif & Kenaikan Berat Badan

Variabel		Frekuensi	Persentase (%)
Pemberian ASI	Tidak ASI Eksklusif	22	23,4
	ASI Eksklusif	72	76,6
Kenaikan Berat Badan	Tidak ada Kenaikan	18	19,1
	Ada Kenaikan	76	80,9
Total		94	100

Berdasarkan Tabel 2, dapat dilihat bahwa frekuensi pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Batu Aji Kelurahan Bukit Tempayan Kota Batam, sebanyak 94 responden ditemui ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif ada 22 responden (23,4%) dan yang memberikan ASI eksklusif sebanyak 72 responden (76,6%). Sedangkan untuk kenaikan berat badan sebanyak 18 responden (19,1%) dari 94 ibu yang memiliki bayi tidak mengalami peningkatan berat badan, 76 responden (80,9%) mengalami peningkatan berat badan.

Tabel 3. Pengaruh Pemberian ASI Eksklusif terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi

Pemberian ASI	Kenaikan Berat Badan				Total	P Value	
	Tidak ada Kenaikan		Ada Kenaikan				
	n	%	n	%	n		%
Tidak ASI Eksklusif	10	45	12	55	22	100	0,001
ASI Eksklusif	8	11	64	89	72	100	
Total	18	19	76	81	94	100	

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 94 responden, 10 responden (45%) tidak memberikan ASI eksklusif sedangkan 12 responden (55%) dan 8 responden memberikan ASI eksklusif. (11%) memberikan ASI eksklusif dan tidak mengalami kenaikan berat badan, sedangkan 64 responden (89%) memberikan ASI eksklusif dan mengalami peningkatan berat badan.

Analisis *chi-square* menunjukkan nilai p-value 0,001, yaitu nilai p-value <0,05. Oleh karena itu, disimpulkan bahwa hanya pemberian ASI saja yang mempengaruhi kenaikan berat badan anak.

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 2 distribusi pemberian ASI eksklusif menunjukkan bahwa sebagian besar responden memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. ASI Eksklusif adalah ASI yang diberikan pada bayi dari usia 0-6 bulan tanpa makanan dan minuman tambahan apapun. ASI eksklusif merupakan makanan sekaligus minuman terbaik untuk bayi dikarenakan kandungan ASI yang tepat dan memang sesuai dengan kebutuhan bayi. Pemberian ASI eksklusif bukan hanya sekedar memberikan ASI selama 6 bulan namun harus memperhatikan frekuensi dan durasi yang tepat dalam pemberian ASI agar bayi mendapatkan ASI sesuai dengan kebutuhannya dan demi memperlancar produksi ASI.

Hal ini sesuai dengan penelitian Srianty Siregar yang menemukan bahwa hasil pertumbuhan bayi ASI secara keseluruhan sebagian besar normal, terutama pada bayi ASI eksklusif. Kandungan nutrisi dalam ASI memenuhi kebutuhan bayi hingga usia 6 bulan (Siregar & Ritonga, 2020).

Berdasarkan Tabel 2 distribusi pertambahan berat badan anak membuktikan bahwa sebagian besar responden mengalami kenaikan berat badan anak. Pertambahan berat badan anak dipengaruhi oleh nutrisi yang diberikan ibu kepada anak. ASI memiliki nilai gizi yang paling tinggi dibandingkan dengan makanan manusia dan susu hewani seperti susu sapi, susu kerbau dan susu kambing, sehingga menjadikannya sebagai nutrisi terbaik untuk bayi. ASI mengandung nutrisi dengan kualitas tinggi yang bermanfaat bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi, serta diformulasikan sesuai dengan kebutuhan bayi. Dengan demikian,

anak yang mendapat ASI eksklusif memiliki status gizi yang baik karena kandungan nutrisi ASI yang cukup.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Anggraeni & Benge mencatat bahwa anak dengan berat badan normal lebih baik menyusu dibandingkan dengan anak dengan pola menyusui yang buruk. Bayi yang disusui bertambah berat badannya lebih baik setelah lahir, tumbuh lebih baik setelah masa perinatal dan kecil kemungkinannya untuk mengalami obesitas yang mencatat bahwa anak dengan berat badan normal lebih baik menyusu dibandingkan dengan anak dengan pola menyusui yang buruk. Menyusui memberi bayi awal yang baik dalam hidup, bayi yang disusui bertambah berat badannya lebih baik setelah lahir, tumbuh lebih baik setelah masa perinatal dan kecil kemungkinannya untuk mengalami obesitas (Anggraeni & Benge, 2022).

Pengaruh pemberian ASI eksklusif terhadap kenaikan berat badan bayi berdasarkan Tabel 3 membuktikan bahwa dari 94 responden, 10 responden (45%) tidak memberikan ASI eksklusif dan tidak ada kenaikan berat badan tetapi terdapat 12 responden (55%) tidak memberikan ASI eksklusif tetapi ada kenaikan berat badan, sedangkan 8 responden (11%) memberikan ASI eksklusif tidak mengalami kenaikan berat badan, dan 64 responden (89%) hanya memberikan ASI saja dan mengalami kenaikan berat badan. Sedangkan p-value untuk hasil analisis chi-square adalah 0,001 yang artinya p-value < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh kenaikan berat badan bayi dengan pemberian ASI eksklusif.

Pemberian ASI eksklusif pada bayi memberi pengaruh terhadap kenaikan berat badan bayi dikarenakan ASI memiliki kandungan yang sesuai dengan kebutuhan bayi sehingga berat badan bayi akan mengalami kenaikan yang normal dan terhindar dari masalah status gizi baik masalah kekurangan gizi maupun kelebihan gizi. Demi kenaikan berat badan bayi yang normal dan kesuksesan menjalankan program ASI eksklusif maka ASI harus diberikan pada bayi sesuai dengan frekuensi dan durasi yang baik serta pemberian ASI Eksklusif harus didukung dengan nutrisi ibu yang baik. Jika ibu memiliki nutrisi yang baik maka kandungan ASI juga baik, sehingga selama ibu memberikan ASI Eksklusif dianjurkan untuk makan-makanan yang memiliki gizi seimbang.

Beberapa manfaat pemberian ASI, yaitu Air Susu Ibu memberikan nutrisi ideal untuk bayi. ASI memiliki campuran vitamin, protein, dan lemak yang hampir sempurna untuk memenuhi nutrisi yang dibutuhkan bayi untuk tumbuh. ASI mengandung kolostrum kaya antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan pembunuh kuman dalam jumlah besar. Menyusui menurunkan risiko asma atau alergi pada bayi. Selain itu, bayi yang disusui eksklusif selama 6 bulan pertama tanpa formula, mempunyai risiko infeksi telinga, penyakit pernapasan, dan diare lebih rendah. Membantu ikatan batin ibu dengan bayi. Bayi yang sering berada dalam dekapan ibu karena menyusu akan merasakan kasih sayang ibunya; juga akan merasa aman dan tenang, terutama karena masih mendengar detak jantung yang telah dikenalnya sejak dalam kandungan. Meningkatkan kecerdasan anak. ASI eksklusif selama 6 bulan akan menjamin tercapainya pengembangan potensi kecerdasan anak secara optimal. Hal ini karena ASI mengandung nutrisi khusus yang diperlukan otak. Bayi yang diberi ASI lebih berpotensi mendapatkan berat badan ideal. Menyusui dapat mencegah sudden infant death syndrome (SIDS); juga diperkirakan dapat menurunkan risiko diabetes, obesitas, dan kanker tertentu (Suudi, Nasir, Rohmawati, & Ronoatmodjo, 2019).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hamzah (2018) yang menyatakan bahwa bayi yang diberikan ASI eksklusif akan memiliki berat badan yang normal dibandingkan dengan anak yang tidak diberikan ASI eksklusif. Hal ini didukung dengan hasil penelitian yaitu hasil uji T independen (independen t test) menunjukkan bahwa nilai $p\text{-value} < 0,05$ yaitu $p\text{-value} = 0,000$ (Hamzah, 2018). Selain itu, penelitian serupa juga dilakukan oleh Astutik & Purwanti (2021) dengan hasil penelitian yaitu dari hasil uji statistik koefisien kontingen didapat bahwa $p\text{-value} 0,003 < 0,005$. Hal ini dapat diartikan bahwa terdapat hubungan antara pemberian ASI eksklusif dengan penambahan berat badan sehingga semakin sering ASI eksklusif diberikan maka penambahan berat badan bayi akan semakin signifikan (Astutik & Purwanti, 2021).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Desi Siswanti (2019) tentang Pengaruh pemberian ASI eksklusif terhadap berat badan bayi di klinik Hj. Dewi Sesmera Kota medan tahun 2019, Hasil penelitian menjelaskan bahwa ASI eksklusif pada bayi dapat berpengaruh terhadap pertumbuhannya atau berat bayi lebih baik dibandingkan bayi yang tidak ASI eksklusif. Dikarenakan pada usia 0-6 bulan ASI eksklusif sangat dibutuhkan, karena sistem pencernaan belum sempurna, maka hanya ASI yang menjadi makanan terbaik baginya. pemberian makanan selain ASI pada bayi yang berumur < 6 bulan, dapat menyebabkan alergi atau bayi mengalami penyakit seperti diare, itu terjadi karena pencernaan bayi belum siap untuk menerima makanan selain ASI. ASI yang mengandung semua zat gizi untuk membangun dan penyediaan energi dalam susunan yang diperlukan. ASI tidak memberatkan fungsi traktus digestivus dan ginjal yang belum berfungsi baik pada bayi yang baru lahir, serta menghasilkan pertumbuhan fisik yang optimum. Hal ini sejalan dengan penelitian ini bahwa bayi yang diberikan ASI eksklusif mempunyai status gizi baik (Siswanti, 2019).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian tersebut disimpulkan bahwa pemberian ASI eksklusif berpengaruh terhadap kenaikan berat badan pada anak. Melalui penelitian ini penulis berharap responden lebih memahami pentingnya ASI eksklusif dan nutrisi yang dibutuhkan bayi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih atas bantuan Puskesmas Batu Aji dan juga kepada ibu-ibu kader posyandu Kelurahan Bukit Tempayan atas izin untuk melakukan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, S., & Bengue, D. (2022). Analisis pemberian ASI Eksklusif dengan Berat Badan Bayi Usia 1-6 Bulan. *Journal for Quality in Women's Health*, 5(1), 42-51. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v5i1.116>
- Astutik, L. P., & Purwanti, H. (2021). Pemberian Asi Eksklusif Dengan Penambahan Berat Badan Bayi Usia 6 Bulan. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 5(2), 114-119. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v5i2.384>
- Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Riau, 2019. (2019). Profil Kesehatan Provinsi Kepulauan Riau. Dinas Kesehatan Kepulauan Riau.

- Dinkes Kota Batam. (2021). Bayi Baru Lahir Mendapat IMD dan Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi < 6 Bulan Menurut Kecamatan dan Puskesmas Kabupaten/Kota Batam Tahun 2021. Batam: Dinas Kesehatan Kota Batam.
- Elsira, N. (2019). Perbedaan Kenaikan Berat Badan Pada Bayi Dengan Pemberian Asi Eksklusif Dan Asi Parsial Di Puskesmas Kalidoni Palembang. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 9(18), 60–68. <https://doi.org/10.52047/jkp.v9i18.44>
- Hamzah, D. F. (2018). pengaruh pemberian ASI Eksklusif terhadap berat badan bayi usia 4-6 bulan diwilayah kerja puskesmas langsa kota. *Jurnal JUMANTIK*, 3(2), 8–15.
- Kemendes RI, 2021. (2021). Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan 2021. In Kementerian Kesehatan RI. Kementerian Kesehatan RI.
- Lindawati, R. (2019). Hubungan Pengetahuan, Pendidikan dan Dukungan Keluarga dengan Pemberian ASI Eksklusif. *Faitehan Health Journal*, 6(1), 30–36. <https://doi.org/10.33746/fhj.v6i1.25>
- Puspita, M., Handayani, R., Azteria, V., Vionalita, G., Studi, P., Masyarakat, K., & Kesehatan, F. I. (2021). Hubungan Faktor Karakteristik Ibu terhadap Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi Usia 6-12 Bulan di Puskesmas Tanah Tinggi Tangerang The Relationship between Mother's Characteristics Factors on Exclusive Breastfeeding in Infants Aged 6-12 Months at Public H. 14.
- Ramli, R. (2020). Correlation of Mothers' Knowledge and Employment Status with Exclusive Breastfeeding in Sidotopo. *Jurnal PROMKES*, 8(1), 36. <https://doi.org/10.20473/jpk.v8.i1.2020.36-46>
- Siregar, S., & Ritonga, S. H. (2020). Hubungan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Pertumbuhan Berat Badan Bayi 0-6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Padangmatinggi Kota Padangsidempuan Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 5(1), 35–43.
- WHO, 2018. (2018). Monitoring Health For The SDGS. Retrieved from <http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-59379-1%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-4200708.000027%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.ab.2015.03.024%0Ahttps://doi.org/10.1080/07352689.2018.1441103%0Ahttp://www.chile.bmw-motorrad.cl/sync/showroom/lam/es/>