

Perbaikan Status Gizi Bayi Usia 0-6 Bulan melalui Sosialisasi ASI Eksklusif di Puskesmas Pengasinan

Improving the Nutritional Status of Infants Aged 0-6 Months through Exclusive Breastfeeding Socialization at Puskesmas Pengasinan

Navianur Prilia Putri¹, Dian Luthfiana Sufyan¹, Anita Yuningsih²

¹Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan

²UPTD Puskesmas Pengasinan

¹Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta

²Dinas Kesehatan Kota Depok

navianurpriliap@upnvj.ac.id; anita.yuningsih@yahoo.co.id

correspondence: dian.sufyan@upnvj.ac.id

ABSTRACT

Infants aged 0-6 months are included in the first 1000 days of life so that their growth and development is influenced by good nutritional intake. Exclusive breastfeeding is the main intake given to infants aged 0-6 months. In addition to containing nutrients for growth and development, breast milk contains antibodies for immunity. However, the low level of exclusive breastfeeding for infants can affect the nutritional status of infants in the future. For this reason, activities in the form of education are needed about the importance of exclusive breastfeeding for infants aged 0-6 months. The purpose of this activity is to examine the inhibiting factors of exclusive breastfeeding and increase the knowledge of the infant's mother with an intervention in the form of the importance of exclusive breastfeeding for infants aged 0-6 months in the work area of the UPTD Puskesmas Pengasinan. Education was carried out using posters to 30 mothers. The results obtained from the Wilcoxon Signed Rank Test are the Sig values. $0.000 < 0.05$. The conclusion from the tests carried out is that there is an effect of education on increasing mother's knowledge about the importance of exclusive breastfeeding.

Keywords: nutrition during infancy; lactating mother; 1000 days of life

ABSTRAK

Bayi usia 0-6 bulan termasuk ke dalam 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) sehingga pertumbuhan dan perkembangannya dipengaruhi dari asupan gizi yang baik. ASI eksklusif merupakan asupan utama yang diberikan untuk bayi usia 0-6 bulan. Selain mengandung zat gizi untuk pertumbuhan dan perkembangan, ASI mengandung zat antibodi untuk kekebalan tubuh. Namun, rendahnya pemberian ASI eksklusif kepada bayi dapat memengaruhi status gizi bayi pada masa yang akan datang. Untuk itu, diperlukan kegiatan berupa edukasi mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan. Tujuan kegiatan ini adalah mengkaji faktor penghambat pemberian ASI eksklusif dan meningkatkan pengetahuan ibu bayi dengan intervensi berupa pentingnya ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Pengasinan. Edukasi dilakukan menggunakan poster kepada tiga puluh ibu. Hasil yang didapatkan dari uji Wilcoxon Signed Rank Test adalah nilai Sig. $0,000 < 0,05$. Simpulan dari uji yang dilakukan adalah terdapat pengaruh edukasi terhadap peningkatan pengetahuan ibu mengenai pentingnya ASI eksklusif.

Kata kunci: gizi bayi; ibu menyusui; 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)

PENDAHULUAN

Masalah gizi merupakan salah satu tantangan utama dalam bidang kesehatan di seluruh dunia, dengan hampir satu miliar penduduk dunia yang menghadapi isu penyediaan makanan. Pada 2020 dilaporkan bahwa terdapat sekitar 39 juta anak di bawah lima tahun yang mengalami kelebihan berat badan atau obesitas. Di sisi lain, terdapat 149 juta anak di bawah lima tahun yang *stunted* dan 45 juta anak *wasted* (UNICEF, WHO & World Bank, 2021).

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa di Indonesia, 7,2% balita mengalami gizi kurus, 79,2% gizi normal, dan 9,0% gizi gemuk (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Sementara itu, di Jawa Barat, persentasenya 5,4% gizi kurus, 80,8% gizi normal, dan 9,8% gizi gemuk (Indonesia Ministry of Health, 2019). Status gizi optimal, yang penting untuk pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan kesehatan secara keseluruhan, didefinisikan sebagai keadaan tubuh dapat menggunakan zat-zat gizi yang cukup secara efisien (Modjadji & Madiba, 2019). Berbagai faktor dapat memengaruhi status gizi bayi, seperti pola pengasuhan, kesehatan lingkungan, pendidikan, pengetahuan, dan keterampilan orang tua dalam bidang gizi dan kesehatan. Praktik pemberian makanan yang tepat, seperti pemberian ASI eksklusif, juga memainkan peran penting (UNICEF, 2021).

Berdasarkan data Riskesdas 2018, proporsi pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0–5 bulan di Indonesia adalah 74,5%. Namun, ini menandakan bahwa hanya 74,5% ibu di Indonesia yang berhasil memberikan ASI eksklusif kepada bayinya (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Di Provinsi Jawa Barat dan Kota Depok, persentase bayi di bawah enam bulan yang mendapatkan ASI eksklusif pada 2019 sebesar 68% dan 73,6% (Indonesia Ministry of Health, 2019).

Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 mendefinisikan ASI eksklusif sebagai pemberian ASI saja kepada bayi sejak lahir hingga berusia 6 bulan, tanpa penambahan atau penggantian dengan makanan atau minuman lain (Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 tahun 2012, 2012). ASI merupakan sumber zat gizi yang terbaik untuk bayi, karena mengandung berbagai kandungan gizi yang dibutuhkan untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangannya bayi. Selain itu, ASI mengandung unsur-unsur spesifik yang penting untuk meningkatkan kekebalan tubuh bayi dalam melawan infeksi bakteri dan virus, seperti imunoglobulin A dan α -laktalbumin (Rio-Aige *et al.*, 2021).

Namun, dengan banyaknya manfaat ASI, masih terdapat ibu yang belum memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Terdapat beberapa faktor yang memengaruhi hal itu, seperti pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif, sikap, hingga dukungan keluarga dalam pelaksanaan praktik pemberian ASI eksklusif (Lindawati, 2019; Nurleli *et al.*, 2018). Berdasarkan data tersebut serta faktor penghambat dalam pemberian ASI eksklusif, diperlukan edukasi kepada masyarakat khususnya ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan yang berdampak kepada status gizi serta pertumbuhan dan perkembangan pada bayi.

METODE PELAKSANAAN

Metode intervensi yang digunakan adalah penyuluhan berupa edukasi gizi seputar ASI eksklusif. Kegiatan ini dilaksanakan di Posyandu wilayah kerja UPTD Puskesmas Pengasinan, Dinas Kesehatan Kota Depok pada 30 Agustus-1 September 2022. Sasaran kegiatan ini adalah ibu bayi sebanyak 30 orang.

Kegiatan ini diawali dengan analisis situasi serta penyusunan media edukasi dan instrumen evaluasi *pre-test* dan *post-test* yang digunakan sebagai *feedback*. Media edukasi yang digunakan berupa poster berisikan materi mengenai ASI eksklusif (Gambar 1). Poster efektif sebagai media komunikasi kesehatan sebab lebih atraktif secara tampilan dan penggunaan warna. Pesan yang disampaikan dengan media poster cenderung singkat dan

jelas sehingga mudah diingat oleh pembaca dibandingkan media video yang memerlukan alat bantu dalam penayangannya (Sumartono & Astuti, 2018).



Gambar 1. Poster media edukasi

Kegiatan edukasi dilaksanakan pada 30 Agustus 2022 di UPTD Puskesmas Pengasinan, Kota Depok, selama dua jam dengan jumlah peserta kegiatan tiga puluh ibu bayi. Kegiatan intervensi dilakukan melalui program “SIPAHAT : ASI tepat, anak sehat” yakni program mengenai praktik manfaat ASI eksklusif bagi bayi. Media yang digunakan adalah poster dan langsung dipaparkan oleh pemateri. Sebelum memasuki materi, para ibu diberikan waktu untuk mengisi *pretest* melalui lembar kuesioner. Setelah pengisian *pretest*, dilanjutkan pemaparan materi dibantu dengan media poster mengenai manfaat ASI eksklusif bagi bayi. Daftar materi yang diberikan, di antaranya pengertian ASI eksklusif, jenis ASI, pemberian MP ASI dini, serta manfaat ASI. Lalu, dilanjutkan dengan sesi tanya jawab sehingga ibu dapat bertanya mengenai materi yang kurang dipahami atau dapat menanyakan pertanyaan lainnya seputar ASI eksklusif. Kegiatan ditutup dengan mengisi *post test* untuk mengukur pengetahuan ASI eksklusif setelah diberikan edukasi. Setelah intervensi terlaksana, dilakukan kegiatan monitoring dan evaluasi pengetahuan dengan memberikan *post test*. Kegiatan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan pemberian souvenir kepada para peserta. Evaluasi pengetahuan dianalisis secara statistik menggunakan uji *Wilcoxon*.

HASIL DAN DISKUSI

Sebanyak tiga puluh ibu bayi berpartisipasi pada kegiatan edukasi ASI eksklusif di posyandu wilayah kerja UPTD Puskesmas Pengasinan, Dinas Kesehatan Kota Depok. Berdasarkan Tabel 1, hasil pengambilan data dasar menunjukkan bahwa sebagian besar responden bayi berjenis kelamin laki-laki, yaitu 60% dan sebagian besar usia bayi pada usia 0-2 bulan, yaitu 60%. Responden ibu sebagian besar memiliki anak lebih dari satu atau multipara sebesar 73,3%. Paritas merupakan jumlah anak yang pernah dilahirkan oleh ibu. Saat ibu baru memiliki bayi pertamanya memungkinkan dapat mengalami masalah ketika

menyusui, sebetulnya karena hanya belum mengetahui cara yang benar dalam pemberian ASI. Selain itu, jika ibu mendengar pengalaman menyusui yang kurang baik dari orang lain dapat memungkinkan ibu menjadi ragu dalam memberikan ASI pada bayinya. Sementara itu, bagi ibu yang pernah sukses menyusui anak sebelumnya dapat lebih percaya diri untuk menyusui anak yang lahir berikutnya serta lebih memudahkan dalam proses menyusui.

Tabel 1
Karakteristik peserta edukasi ASI eksklusif

Variabel	Jumlah (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin Bayi		
Laki-laki	18	60
Perempuan	12	40
Usia Bayi		
0-2 bulan	18	60
3-4 bulan	3	10
5-6 bulan	9	30
Paritas Ibu		
Primipara	8	26,7
Multipara	22	73,3
Pendidikan Ibu		
Tamat SD	1	3,3
Tamat SMP	5	16,7
Tamat SMA	20	66,7
Diploma/Sarjana	4	13,3
Status Pekerjaan Ibu		
Bekerja	5	16,7
Tidak bekerja	25	83,3
Pemberian ASI Eksklusif		
Ya	20	66,7
Tidak	10	33,3
Inisiasi Menyusui Dini (IMD)		
Ya	16	53,3
Tidak	14	46,7
Pemberian Makanan Prelakteal		
Ya	7	23,3
Tidak	23	76,7
Pengetahuan Ibu		
Baik	26	86,7
Kurang baik	4	13,3
Sikap Ibu		
Positif	28	93,3
Negatif	2	6,7
Dukungan Keluarga		
Baik	29	96,7
Kurang baik	1	3,3

Pendidikan terakhir ibu sebagian besar tamatan SMA (66,7%). Tingkat pendidikan dan pengetahuan ibu merupakan faktor penting dalam mendukung keberhasilan ASI eksklusif pada bayi, apabila tingginya tingkat pendidikan seseorang maka akan semakin mudah dalam menerima informasi sehingga pengetahuan yang dimilikinya semakin banyak. Sementara itu, semakin rendah tingkat pendidikan dapat menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai-nilai yang diperkenalkannya. Sebagian besar ibu memiliki status pekerjaan tidak bekerja sebesar 83,3%. Pekerjaan ibu dapat memengaruhi pengetahuan serta

kesempatan ibu dalam memberikan ASI eksklusif. Sibuknya pekerjaan ibu selalu dijadikan alasan tidak memberikan ASI eksklusif pada bayinya karena harus meninggalkan rumah sehingga waktu dalam pemberian ASI berkurang. Namun, tidak menutup kemungkinan ibu yang bekerja tetap memberikan ASI secara eksklusif.

Ibu dengan tingkat pengetahuan mengenai ASI eksklusif sebagian besar berada pada kategori baik, yaitu 86,7%. Tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang dapat memengaruhi perilakunya. Tahap awal terjadinya persepsi dimulai dari adanya pengetahuan yang dapat melahirkan sikap dan kemudian perbuatan atau tindakan. Pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang memberikan pengaruh positif terhadap keberhasilan ASI eksklusif. Jika mengetahui dengan baik mengenai ASI eksklusif, ibu akan lebih besar memberikan ASI eksklusif (Rahayu *et al.*, 2019).

Berdasarkan Tabel 1, diketahui ibu yang memiliki sikap positif dalam pemberian ASI eksklusif sebesar 93,3%. Sikap adalah komponen yang mendahului tindakan. Kecenderungan seseorang dalam berperilaku yang dicerminkan dalam bentuk tendensi perilaku terhadap objek dapat dilihat dari sikapnya. Ibu dengan sikap yang mendukung ASI lebih banyak akan memberikan ASI-nya secara eksklusif dibandingkan dengan ibu yang memiliki sikap negatif/tidak mendukung dan hal ini akan memberikan dampak pada status gizi bayi (Rahayu *et al.*, 2019).

Responden ibu sebagian besar memiliki dukungan keluarga yang baik sebesar 96,7%. Dukungan sosial bisa didapatkan dari siapa saja, termasuk dukungan keluarga. Dukungan sosial berupa pemberian bantuan materi, emosi, dan informasi yang memengaruhi kesejahteraan manusia. Dukungan keluarga dapat memberikan kepercayaan diri pada seseorang dalam membuat keputusan, dalam hal ini keputusan ibu memberikan ASI eksklusif. Suami dan keluarga dapat memberikan peran aktif dalam memberikan ASI dengan cara memberikan dukungan emosional atau praktis lainnya. Semakin besar dukungan yang didapatkan ibu dalam pemberian ASI eksklusif, semakin besar kemampuan ibu untuk bertahan menyusui bayinya (Lindawati, 2019).

Tabel 2
Distribusi frekuensi pengetahuan saat *pretest*
dan *posttest* pada kelompok intervensi

Kategori Pengetahuan	Kelompok Intervensi (n=30)		
	N	%	Mean±SD
Sebelum			
Kurang baik	15	50	72,00±23,253
Baik	15	50	
Sesudah			
Kurang baik	29	96,7	91,33±13,578
Baik	1	3,3	

Berdasarkan Tabel 2, hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan peningkatan pengetahuan dengan kategori baik pada kelompok intervensi. Pengetahuan masuk ke dalam kategori baik apabila responden bisa mendapatkan nilai sebesar $\geq 75\%$ dan kategori kurang baik apabila responden mendapatkan nilai $< 75\%$. Sebanyak 14 orang ibu mengalami peningkatan nilai dalam menjawab *posttest* dibandingkan dengan *pretest*. Hal itu menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan berupa pemberian materi ASI eksklusif untuk ibu dengan anak usia 0-6 bulan berjalan dengan baik dan efektif dalam meningkatkan

pengetahuan. Setelah mendapatkan materi ASI eksklusif, sebagian besar responden mengetahui apa itu ASI eksklusif, jenis-jenis ASI, apa itu makanan prelakteal, serta mengapa makanan prelakteal dapat menghambat pemberian ASI eksklusif, perbedaan kandungan dalam ASI dan susu formula, dan manfaat ASI untuk bayi.

Tabel 3
Uji beda pengetahuan ibu sebelum dan sesudah intervensi

Skor Pengetahuan	Mean±SD	<i>p value</i>
Sebelum	72,00±23,253	0,000
Sesudah	91,33±13,578	

Sebelum uji statistik, data terlebih dahulu diuji kenormalan menggunakan uji *shapiro-wilk*. Hasil uji kenormalan menunjukkan bahwa data berdistribusi tidak normal sehingga uji statistik yang digunakan adalah uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk melihat ada atau tidaknya perbedaan sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang ASI eksklusif dengan media poster. Edukasi ASI eksklusif berjalan cukup kondusif meskipun para ibu datang bersama bayi mereka (Gambar 2). Berdasarkan Tabel 3, hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan *p value* 0,000 (<0,05), artinya edukasi dengan media poster berpengaruh pada peningkatan pengetahuan. Hasil ini sesuai dengan penelitian Hidayatullah (2021) yang memberikan peningkatan pengetahuan melalui penyuluhan menggunakan media poster (Hidayatullah *et al.*, 2021).



Gambar 2. Edukasi dengan alat bantu poster (Sumber: Dokumentasi Tim)

SIMPULAN

Berdasarkan analisis situasi dengan target sasaran ibu bayi usia 0-6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Pengasinan, sebanyak 20 dari 30 (66,7%) responden memberikan ASI eksklusif. Salah satu faktor rendahnya pemberian ASI eksklusif ialah kurangnya pengetahuan mengenai pentingnya ASI eksklusif untuk bayi usia 0-6 bulan. Pada kegiatan edukasi dengan media poster ini didapatkan hasil *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan nilai *p value* 0,000 (<0,05), artinya terdapat pengaruh edukasi terhadap peningkatan pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih ditujukan kepada UPTD Puskesmas Pengasinan yang mendukung pelaksanaan kegiatan.

DAFTAR REFERENSI

- Hidayatullah, R. N., Utami, R. F., Putri, R. S., & Khasanah, R. (2021). Perilaku Pemberian Mp-Asi Dini di Kecamatan Babakan Madang , Kabupaten Bogor. *PengmasKesmas: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 1(2), 137–144.
- Indonesia Ministry of Health. (2019). Laporan Provinsi Jawa Barat Riskesdas 2018. In *Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*.
- Lindawati, R. (2019). Hubungan Pengetahuan, Pendidikan dan Dukungan Keluarga dengan Pemberian ASI Eksklusif. *Faletahan Health Journal*, 6(1), 30–36. <https://doi.org/10.33746/fhj.v6i1.25>
- Modjadji, P., & Madiba, S. (2019). Childhood Undernutrition and Its Predictors in a Rural Health and Demographic Surveillance System Site in South Africa. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(17). <https://doi.org/10.3390/ijerph16173021>
- Nurleli, N., Purba, J. M., & Sembiring, R. (2018). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Tindakan Pemberian Asi Eksklusif di Puskesmas Rambung Kecamatan Binjai Selatan Kota Binjai Tahun 2017. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 3(1), 1. <https://doi.org/10.34008/jurhesti.v3i1.16>
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012. (2012). *Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif*.
- Rahayu, S., Djuhaeni, H., Nugraha, G. I., & Mulyo, G. E. (2019). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Perilaku dan Karakteristik Ibu tentang ASI Eksklusif terhadap Status Gizi Bayi. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 4(1), 28. <https://doi.org/10.30867/action.v4i1.149>
- Rio-Aige, K., Azagra-Boronat, I., Castell, M., Selma-Royo, M., Collado, M. C., Rodríguez-Lagunas, M. J., & Pérez-Cano, F. J. (2021). The Breast Milk Immunoglobulinome. *Nutrients*, 13(6). <https://doi.org/10.3390/nu13061810>
- Sumartono, & Astuti, H. (2018). Penggunaan Poster sebagai Media Komunikasi Kesehatan. *Komunikologi*, 15(1), 8–14.
- UNICEF, WHO, & World Bank. (2021). Levels and Trends In Child Malnutrition: Key Findings of The 2021 Edition of The Joint Child Malnutrition Estimates. In *World Health Organization* (pp. 1–32). World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240025257>
- UNICEF. (2021). Conceptual Framework Child Nutrition. In *Nutrition and Child Development Section*. United Nations Children’s Fund.