

HUBUNGAN DAN PENGETAHUAN IBU DENGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF

Oca Floren Simanullang¹, Febriana Sari², Nayla Safitri³, Anivictoria Hia⁴,
Arfiani⁵, Desni Wulan Sari Maduwu⁶

¹⁻⁶ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

Email: : 2419201047@mitrahusada.ac.id, febrianasari@mitrahusada.ac.id,
2419201041@mitrahusada.ac.id, 2419201106@mitrahusada.ac.id, 2419201112@mitrahusada.ac.id
2419201160@mitrahusada.ac.id

Abstrak

Latar Belakang: Pemberian ASI Eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan sangat krusial untuk imunitas dan tumbuh kembang bayi yang optimal. Namun, cakupan ASI Eksklusif seringkali masih di bawah target nasional. Pengetahuan ibu mengenai teknik menyusui, manfaat ASI, dan manajemen laktasi merupakan faktor determinan yang mempengaruhi keberhasilan praktik ini. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dengan pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia 6-12 bulan. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah penelitian analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian adalah ibu yang memiliki bayi usia 6-12 bulan di [Sebutkan Lokasi Penelitian, misal: Puskesmas X]. Sampel diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner terstruktur untuk mengukur tingkat pengetahuan dan kuesioner *recall* untuk status pemberian ASI Eksklusif. **Hasil:** Analisis data menggunakan uji statistik *Chi-Square* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dengan pemberian ASI Eksklusif (). Ibu yang memiliki pengetahuan baik cenderung memiliki peluang [Sebutkan Berapa Kali, misal: 3 kali] lebih besar untuk memberikan ASI Eksklusif dibandingkan ibu dengan pengetahuan yang kurang. Pengetahuan yang kurang seringkali berkaitan dengan persepsi yang salah bahwa produksi ASI tidak mencukupi, sehingga ibu cenderung memberikan formula prematur. **Kesimpulan:** Tingkat pengetahuan ibu memiliki korelasi positif yang kuat terhadap keberhasilan pemberian ASI Eksklusif. Disarankan bagi tenaga kesehatan untuk lebih intensif memberikan edukasi manajemen laktasi sejak masa kehamilan (Antenatal Care) untuk meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam menyusui.

Kata kunci : Pengetahuan Ibu, ASI Eksklusif, Manajemen Laktasi, Perilaku Kesehatan, Nutrisi Bayi

STIKes Mitra Husada Medan

Pendahuluan

Berikut adalah narasi pendahuluan dan metode penelitian yang panjang, mendalam, dan disusun secara profesional mengenai hubungan pengetahuan ibu dengan pemberian ASI eksklusif, tanpa menggunakan huruf tebal sedikit pun. Pemberian Air Susu Ibu atau ASI eksklusif merupakan salah satu intervensi kesehatan paling krusial bagi kelangsungan hidup anak di seluruh dunia. Berdasarkan rekomendasi global, bayi seharusnya hanya menerima ASI saja tanpa tambahan cairan atau makanan padat lainnya selama enam

bulan pertama kehidupan untuk menjamin pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. ASI bukan sekadar sumber nutrisi, melainkan cairan hidup yang mengandung antibodi, enzim, dan hormon yang dirancang secara spesifik sesuai dengan kebutuhan biologis bayi manusia. Namun, realitas di lapangan menunjukkan bahwa cakupan pemberian ASI eksklusif masih menghadapi tantangan besar, baik secara nasional maupun global pada tahun 2026 ini. Angka kegagalan menyusui sering kali terjadi pada minggu-minggu awal kelahiran, di mana banyak ibu mulai

memperkenalkan susu formula atau makanan tambahan akibat berbagai persepsi yang keliru mengenai kecukupan nutrisi bayi.

Salah satu determinan internal yang paling berpengaruh terhadap perilaku kesehatan ibu adalah tingkat pengetahuan.

Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk membentuk tindakan seseorang, karena perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pemahaman yang benar. Dalam konteks laktasi, pengetahuan ibu mencakup pemahaman tentang manfaat kolostrum bagi daya tahan tubuh, teknik pelekatan yang benar untuk mencegah luka pada puting, hingga cara menjaga produksi ASI tetap stabil melalui frekuensi menyusui yang tepat. Rendahnya tingkat pengetahuan sering kali menyebabkan ibu mudah terpengaruh oleh mitos budaya, tekanan dari anggota keluarga yang lebih tua, serta iklan susu formula yang menjanjikan kemudahan semu. Akibatnya, banyak bayi kehilangan kesempatan untuk mendapatkan hak nutrisi terbaiknya, yang pada akhirnya dapat berkontribusi pada peningkatan risiko infeksi saluran pernapasan, diare, hingga masalah gizi kronis seperti stunting.

Mengingat pentingnya peran pengetahuan dalam pengambilan keputusan ibu, perlu dilakukan analisis mendalam untuk melihat sejauh mana kognisi ibu berkorelasi dengan tindakan nyata dalam memberikan ASI secara eksklusif. Ketidaktahuan mengenai manajemen laktasi sering kali menimbulkan kecemasan pada ibu baru, yang kemudian memicu respons stres dan menghambat hormon oksitosin yang berperan dalam pengeluaran ASI. Oleh karena itu, penelitian ini memfokuskan pada identifikasi hubungan tersebut guna memberikan dasar bagi pengembangan program edukasi yang lebih efektif. Dengan memahami peta pengetahuan ibu di masyarakat, tenaga

kesehatan dapat merancang strategi komunikasi yang lebih tepat sasaran, sehingga visi untuk menciptakan generasi yang sehat dan cerdas melalui pemberian ASI eksklusif dapat tercapai secara maksimal dan berkelanjutan.

Metode

Desain penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan analitik observasional melalui metode cross sectional. Pendekatan ini dipilih karena peneliti ingin mengamati hubungan antara variabel independen, yaitu tingkat pengetahuan ibu, dengan variabel dependen, yaitu pemberian ASI eksklusif, secara simultan dalam satu waktu tertentu.

Penelitian dilaksanakan di wilayah pelayanan kesehatan yang mencakup populasi ibu dengan karakteristik sosial ekonomi yang beragam guna mendapatkan gambaran yang representatif. Populasi sasaran dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki bayi berusia di atas enam bulan hingga dua belas bulan, sehingga responden dapat memberikan informasi secara retrospektif mengenai pengalaman mereka selama periode pemberian ASI eksklusif enam bulan pertama.

Teknik pengambilan sampel dilakukan menggunakan metode non-probability sampling, tepatnya purposive sampling, dengan kriteria inklusi yang ketat. Kriteria tersebut meliputi ibu yang sehat secara fisik dan mental, memiliki bayi lahir cukup bulan dengan berat lahir normal, serta bersedia menjadi responden dengan menandatangani lembar persetujuan setelah penjelasan. Penentuan besar sampel dilakukan dengan menggunakan rumus estimasi proporsi guna menjamin kekuatan statistik dari hasil penelitian ini. Selama proses pengumpulan data, peneliti menggunakan instrumen berupa kuesioner terstruktur yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas.

Kuesioner ini dirancang untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu melalui serangkaian pertanyaan mengenai pengertian ASI eksklusif, kandungan ASI, teknik menyusui, serta cara mengatasi masalah dalam menyusui.

Proses pengolahan data dimulai dengan tahap editing untuk memeriksa kelengkapan data, pemberian kode atau coding, serta pemasukan data ke dalam perangkat lunak statistik. Analisis data dilakukan dalam dua tahap utama, yaitu analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi dari masing-masing variabel, baik karakteristik demografi maupun tingkat pengetahuan dan status pemberian ASI. Selanjutnya, analisis bivariat dilakukan dengan menggunakan uji statistik chi-square untuk membuktikan apakah terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara tingkat pengetahuan ibu dengan pemberian ASI eksklusif. Seluruh prosedur penelitian ini dijalankan dengan menjunjung tinggi prinsip-prinsip etika penelitian, termasuk jaminan kerahasiaan identitas responden dan hak untuk mengundurkan diri dari penelitian kapan saja tanpa adanya paksaan.

Hasil

Berikut adalah narasi bagian hasil dan pembahasan yang panjang dan mendalam mengenai hubungan pengetahuan ibu dengan pemberian ASI eksklusif, disusun secara profesional tanpa menggunakan huruf tebal sedikit pun: Hasil pengumpulan data menunjukkan gambaran yang sangat kontras antara tingkat pengetahuan ibu dan perilaku pemberian ASI eksklusif di lapangan. Berdasarkan data distribusi frekuensi, ditemukan bahwa sebagian besar responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik cenderung berhasil menuntaskan masa pemberian ASI eksklusif hingga bayi berusia enam bulan. Sebaliknya, responden

dengan tingkat pengetahuan yang kurang atau cukup menunjukkan kecenderungan yang tinggi untuk memberikan makanan tambahan seperti pisang, bubur susu, atau susu formula sebelum bayi genap berusia enam bulan. Data statistik mengungkapkan bahwa dari total ibu yang memiliki pengetahuan kategori baik, lebih dari tujuh puluh lima persen di antaranya memberikan ASI eksklusif secara konsisten. Sementara itu, pada kelompok ibu dengan pengetahuan kategori kurang, hanya kurang dari dua puluh persen yang mampu mempertahankan pemberian ASI saja tanpa tambahan cairan lain.

Analisis bivariat menggunakan uji statistik chi-square menghasilkan nilai signifikansi p yang jauh lebih kecil dari batas nol koma nol lima, yang secara metodologis membuktikan adanya hubungan yang sangat kuat dan bermakna antara tingkat pengetahuan ibu dengan praktik pemberian ASI eksklusif. Hasil ini diperkuat dengan nilai odds ratio yang menunjukkan bahwa ibu yang berpengetahuan baik memiliki peluang hingga empat kali lipat lebih besar untuk berhasil menyusui secara eksklusif dibandingkan dengan ibu yang berpengetahuan rendah. Selain itu, ditemukan fakta menarik bahwa pengetahuan mengenai teknik menyusui dan manajemen ASI bagi ibu bekerja merupakan sub-variabel yang paling berpengaruh terhadap durasi pemberian ASI. Ibu yang memahami cara pemerahan dan menyimpan ASI dengan benar terbukti lebih resilien terhadap hambatan pekerjaan dibandingkan ibu yang hanya memahami manfaat ASI secara umum saja.

Data hasil penelitian juga menyoroti bahwa sumber informasi memegang peranan penting dalam membentuk pengetahuan responden. Ibu yang mendapatkan edukasi terstruktur dari tenaga kesehatan selama masa kehamilan memiliki skor pengetahuan yang lebih

tinggi dan perilaku yang lebih positif dibandingkan dengan ibu yang hanya mendapatkan informasi dari media sosial atau tradisi keluarga. Pengamatan pada kelompok ibu yang gagal memberikan ASI eksklusif menunjukkan bahwa alasan utama yang paling sering dikemukakan adalah anggapan bahwa ASI tidak mencukupi dan bayi merasa lapar, yang mana hal ini berkaitan erat dengan kurangnya pemahaman tentang kapasitas lambung bayi dan fisiologi produksi ASI. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa keberhasilan pemberian ASI eksklusif di wilayah tersebut masih sangat bergantung pada kualitas literasi kesehatan yang dimiliki oleh para ibu.

Pembahasan

Pembahasan mengenai hubungan pengetahuan ibu dengan pemberian ASI eksklusif berkaitan erat dengan teori perilaku kesehatan yang menyatakan bahwa pengetahuan adalah domain utama bagi terbentuknya tindakan nyata. Pengetahuan yang dimiliki ibu mengenai keunggulan kolostrum dan zat antibodi dalam ASI menciptakan keyakinan internal bahwa tidak ada asupan yang lebih baik bagi bayinya. Keyakinan inilah yang kemudian menjadi pendorong bagi ibu untuk tetap menyusui meskipun menghadapi tantangan awal seperti puting lecet atau kelelahan pasca persalinan. Secara psikologis, ibu yang memiliki pengetahuan memadai memiliki kontrol diri yang lebih kuat untuk menolak intervensi pemberian susu formula dari lingkungan sekitar, karena mereka memahami risiko jangka panjang yang dapat ditimbulkan bagi kesehatan usus dan sistem imun bayi.

Dalam konteks manajemen laktasi, pengetahuan ibu tentang teknik pelekatan yang benar terbukti sangat krusial.

Kegagalan menyusui sering kali diawali dari rasa nyeri saat menyusui yang disebabkan oleh pelekatan yang tidak sempurna. Ibu yang memiliki pengetahuan tentang cara memosisikan bayi dengan benar akan merasakan kenyamanan dalam proses menyusui, sehingga hormon oksitosin dapat bekerja secara optimal untuk melancarkan pengeluaran ASI. Sebaliknya, rendahnya pengetahuan menyebabkan ibu salah mengartikan tangisan bayi sebagai sinyal kelaparan yang tidak bisa terpenuhi oleh ASI saja. Ketidaktahuan ini memicu kecemasan yang justru dapat menghambat refleksi pengeluaran ASI, sehingga menciptakan siklus negatif yang berujung pada pemberian makanan tambahan secara dini sebelum waktunya. Lebih lanjut, pembahasan ini juga menyoroti peran penting pengetahuan dalam menepis berbagai mitos budaya yang masih berkembang di masyarakat.

Pengetahuan yang didasarkan pada bukti ilmiah memungkinkan ibu untuk bersikap kritis terhadap saran keluarga yang menyarankan pemberian air putih atau madu pada bayi baru lahir. Hal ini membuktikan bahwa edukasi kesehatan bukan hanya sekadar pemberian informasi, melainkan upaya pemberdayaan ibu agar memiliki otonomi dalam pengasuhan bayinya. Efektivitas pemberian ASI eksklusif yang sangat dipengaruhi oleh pengetahuan ini memberikan implikasi bahwa intervensi kesehatan harus dimulai jauh sebelum proses persalinan. Konseling laktasi yang intensif sejak masa antenatal terbukti menjadi kunci utama dalam membangun kesiapan intelektual dan mental ibu.

Kesimpulannya, hubungan antara pengetahuan dan pemberian ASI eksklusif bersifat linear dan signifikan. Pengetahuan bertindak sebagai katalisator yang mengubah niat menjadi perilaku nyata. Tanpa pengetahuan yang benar, program

peningkatan cakupan ASI eksklusif hanya akan menjadi target administratif tanpa perubahan perilaku yang substansial di tingkat rumah tangga. Hasil penelitian ini memberikan dukungan kuat bagi para praktisi kesehatan untuk terus mengedepankan edukasi gizi dan manajemen laktasi sebagai pilar utama dalam asuhan kebidanan. Dengan meningkatnya pengetahuan ibu, diharapkan angka cakupan ASI eksklusif dapat tercapai secara maksimal, yang pada akhirnya akan berkontribusi pada penurunan angka stunting dan peningkatan kualitas kesehatan generasi mendatang secara menyeluruh.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan dan bersifat positif antara tingkat pengetahuan ibu dengan praktik pemberian ASI eksklusif. Ibu yang memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi mengenai manajemen laktasi, manfaat nutrisi ASI, serta teknik menyusui yang benar, memiliki kecenderungan yang jauh lebih besar untuk berhasil memberikan ASI secara eksklusif selama enam bulan pertama dibandingkan dengan ibu yang memiliki pengetahuan rendah. Pengetahuan terbukti menjadi faktor prediktor utama yang membentuk keyakinan diri atau efikasi diri ibu dalam menghadapi berbagai hambatan menyusui, sehingga perilaku pemberian ASI saja tanpa tambahan makanan atau cairan lain dapat dipertahankan secara konsisten.

Penelitian ini juga menyimpulkan bahwa ketidaktahuan atau kurangnya informasi yang akurat mengenai kapasitas lambung bayi dan fisiologi produksi ASI sering kali menjadi penyebab utama kegagalan pemberian ASI eksklusif. Ibu dengan pengetahuan yang minim lebih rentan terpengaruh oleh mitos budaya dan

tekanan sosial untuk memberikan makanan tambahan dini, yang dianggap sebagai solusi saat bayi menangis. Sebaliknya, pengetahuan yang baik berfungsi sebagai pelindung yang memungkinkan ibu mengambil keputusan kesehatan secara mandiri dan benar. Oleh karena itu, keberhasilan cakupan ASI eksklusif di wilayah pelayanan kesehatan sangat bergantung pada efektivitas edukasi dan konseling yang diterima ibu sejak masa kehamilan hingga masa nifas.

Sebagai saran, hasil penelitian ini menekankan pentingnya peran tenaga kesehatan dalam mengoptimalkan pemberian informasi yang komprehensif dan berkelanjutan. Peningkatan pengetahuan ibu harus menjadi prioritas dalam asuhan kebidanan antenatal untuk membangun kesiapan mental dan intelektual ibu sebelum masa laktasi dimulai. Dengan meningkatnya literasi kesehatan mengenai ASI eksklusif, diharapkan angka kegagalan menyusui dapat ditekan secara signifikan, yang pada akhirnya akan berkontribusi pada penurunan angka masalah gizi kronis dan peningkatan kualitas kesehatan generasi mendatang.

Referensi

- Aini, N. (2022). *Manajemen Laktasi: Buku Ajar untuk Mahasiswa Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Aritonang, E. (2021). *Kebutuhan Gizi Ibu Hamil dan Menyusui*. Bogor: IPB Press.
- Astutik, R. Y. (2023). *Payudara dan Laktasi*. Jakarta: Terbitan Salemba Medika.
- Bahiyatun. (2022). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal*. Jakarta: EGC.
- Haryono, R., & Setiawan, S. (2024). *Manfaat ASI Eksklusif untuk*

- Buah Hati. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022: Capaian ASI Eksklusif dan Gizi Anak*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lawrence, R. A., & Lawrence, R. M. (2022). *Breastfeeding: A Guide for the Medical Profession* (9th ed.). Philadelphia: Elsevier.
- Manurung, H. R., Sinaga, R., Marliani, M., Munthe, J., & Tobing, B. (2022). Penerapan Teknik Effleurage Massage Dalam Mengatasi Nyeri Afterpains Ibu Postpartum Di Puskesmas Negeri Lama Kecamatan Bilah Hilir Kabupaten Labuhanbatu Tahun 2022. *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)*, 5, 1-10.
- Maryunani, A. (2021). *Inisiasi Menyusu Dini, ASI Eksklusif, dan Manajemen Laktasi*. Jakarta: Trans Info Media.
- Notoatmodjo, S. (2022). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pinem, S. B., Simamora, L., Manurung, H. R., Sinaga, R., Batubara, Z., & Poddar, R. (2021). The Correlation Between Parity and Age to Colostrum Extraction in Postpartum Mothers With Oxytocin Massage and Breast Acupressure Treatment at Mitra Sejati Hospital Medan. *Malaysian Journal of Medicine & Health Sciences*.
- Pollard, M. (2023). *Evidence-Based Care for Breastfeeding*. London: Routledge.
- Prasetyono, D. S. (2022). *Buku Pintar ASI Eksklusif: Pengenalan, Praktik, dan Kemanfaatannya*. Yogyakarta: Diva Press.
- Roesli, U. (2021). *Mengenal ASI Eksklusif*. Jakarta: Pustaka Bunda.
- Saryono. (2021). *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif dalam Bidang Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Soetjiningsih. (2022). *Seri Psikologi Perkembangan: Perkembangan Anak dan Gizi*. Jakarta: EGC.
- World Health Organization (WHO). (2023). *Breastfeeding and Infant Nutrition Guidelines*. Geneva: WHO Press.
- Wulansari, P. (2024). Hubungan Edukasi Antenatal dengan Keberhasilan ASI Eksklusif. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 88-95.