

Kenaikan Berat Badan Selama Kehamilan terhadap Keberhasilan ASI Eksklusif

Anjelina Puspita Sari

Prodi DIII Kebidanan, Universitas Katolik Musi Charitas

Korespondensi penulis: angelinaps88@gmail.com

Romlah Romlah

Prodi DIII Kebidanan, Universitas Katolik Musi Charitas

Alamat: Jl, Kol H. Burlian KM 7 Palembang

Abstract. *Background: Exclusive coverage in Indonesia has not reached the target, one of the reasons is the lack of nutritional status of mothers during pregnancy. This study aims to determine the relationship between weight gain during pregnancy and the success of exclusive breastfeeding. Method: This type of research uses observational analytics using a cross sectional design. The sampling technique was purposive sampling, with a total sample of 82 respondents. Data was taken by observation and retrospective data from the respondent's medical records. The analysis technique uses the Chi-Square test. Results: Statistical test results showed a significant relationship between weight gain during pregnancy and the success of exclusive breastfeeding ($p=0.001$). Weight gain during pregnancy is very important because it must be monitored. This monitoring can be done when the mother visits ANC.*

Keywords: *Pregnancy Weight, exclusive breastfeeding.*

Abstrak. Latar Belakang: Cakupan eksklusif di Indonesia belum mencapai target, salah satu penyebabnya adalah kurangnya status gizi ibu selama kehamilan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kenaikan berat badan selama kehamilan terhadap keberhasilan ASI eksklusif. Metode: Jenis penelitian menggunakan analitik observasional dengan menggunakan desain *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel *purposive sampling*, dengan jumlah sampel sebanyak 82 responden. Data diambil dengan observasi dan data retrospektif catatan medik responden. Teknik Analisa menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil: Hasil uji statistic ada hubungan yang signifikan antara kenaikan berat badan selama kehamilan terhadap keberhasilan ASI eksklusif ($p=0.001$). Kenaikan berat badan selama hamil sangat penting karena itu harus dilakukan pemantauan, pemantauan ini dapat dilakukan pada saat ibu melakukan kunjungan ANC.

Kata kunci: *Berat Badan Hamil, ASI eksklusif.*

LATAR BELAKANG

Air Susu Ibu (ASI) mulai diproduksi semenjak kehamilan begitupun persiapan pertumbuhan dan perkembangan payudara dimulai semenjak kehamilan. ASI merupakan makanan utama dan merupakan makanan terbaik untuk bayi baru lahir karena itu WHO dan UNICEF menjadikan ASI merupakan standar emas untuk bayi baru lahir sehingga harus diberikan segera setelah bayi baru lahir. Pemberian ASI dilanjutkan sampai usia bayi enam bulan tanpa makanan lainnya yang disebut dengan ASI eksklusif, kemudian dilanjutkan sampai bayi berumur dua tahun (Kementrian Kesehatan RI, 2020).

WHO menargetkan pencapaian pemberian ASI eksklusif sebesar 100%, namun hingga saat ini belum tercapai (Kemenkes RI, 2022). Angka kematian bayi akibat infeksi pada bayi

usia kurang dari 3 bulan sebesar 88%, salah satunya disebabkan oleh bayi tidak menerima ASI eksklusif. Cakupan ASI eksklusif di Dinas Kesehatan Kota Palembang baru mencapai 54,3% (Dinkes Kota Palembang, 2018).

Ibu menyusui sering merasa tidak percaya diri akan kecukupan ASInya sehingga masih mengkombinasi atau murni menggantikannya dengan susu formula (Romlah and Sari, 2019). Pengetahuan ibu penting untuk mempersiapkan keberhasilan menyusui karena itu, masa kehamilan adalah masa emas untuk memberikan ibu edukasi tentang manfaat ASI (Sari and Romlah, 2022).

Persiapan dan produksi ASI dimulai dari semenjak hamil, karena itu ibu harus mempersiapkannya mulai dari fisik sampai kondisi psikologis ibu. Kondisi fisik yang harus dipenuhi ibu adalah kenaikan berat badan selama kehamilan dengan mengkonsumsi makanan dengan menu gizi seimbang. Kenaikan berat badan ibu selama kehamilan berbeda setiap ibu hamil, target kenaikan berat badan ini sesuai dengan indeks masa tubuh ibu (IMT) ibu sebelum hamil (Kementrian Kesehatan RI, 2020). Pemenuhan gizi selama kehamilan selain diperlukan untuk kebutuhan ibu dan janin juga dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan termasuk persiapan laktasi (Fikawati and Syafiq, 2011).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini telah dilaksanakan sejak September-November 2023 di wilayah. Populasi pada penelitian ini semua ibu- ibu menyusui ASI eksklusif dan Ibu yang menyusui ASI dicampur susu tambahan (Bayi 0- 6 tahun) berjumlah 82 Ibu menyusui ASI. Teknik pengambilan sampel dengan *Purposive Sampling*. Teknik analisa data menggunakan uji statistik *Chi - Square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Berdasarkan Tabel 1. diketahui bahwa dari 82 responden ibu menyusui mayoritas berpendidikan SMA berusia 20-30 tahun sebanyak 42 responden (51,21%), mayoritas berpendidikan rendah sebanyak 60 responden (73,18%).

Tabel 1. Hasil Analisis Univariat (n=82)

Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Usia		
20-30 Tahun	42	51,21
30-40 Tahun	40	48,79
Pendidikan		
Tinggi	22	26,82
Rendah	60	73,18

Berdasarkan tabel 2. menunjukkan bahwa responden dengan kenaikan BB badan sesuai IMT yang memberikan ASI eksklusif berjumlah 22 responden (26,8%), responden dengan kenaikan BB sesuai dengan IMT yang tidak memberikan ASI eksklusif berjumlah 19 responden (23,2%). Responden dengan kenaikan BB badan tidak sesuai dengan IMT yang memberikan ASI eksklusif berjumlah 8 responden (9,8%). Responden dengan kenaikan BB badan tidak sesuai dengan IMT yang tidak memberikan ASI eksklusif berjumlah 33 responden (40,2%). Hasil uji *Chi-Square* didapatkan *p-value* = 0,001 lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara kenaikan berat badan selama kehamilan terhadap keberhasilan ASI eksklusif.

Tabel 2. Hasil Analisis Bivariat

Kenaikan BB selama Hamil	ASI Eksklusif				TOTAL		P
	YA		TIDAK		n	%	
	n	%	N	%			
Sesuai	22	26,8	19	23,2	41	50	0,001
Tidak Sesuai	8	9,8	33	40,2	41	50	

Pembahasan

Keberhasilan pemberian ASI eksklusif harus didukung oleh status gizi maternal dimulai dari gizi masa pra hamil, gizi selama kehamilan, dan sampai ibu menyusui status gizi harus tetap terpenuhi (Fikawati and Syafiq, 2011) (Kesuma *et al.*, 2022). Status gizi ibu yang cukup dapat meningkatkan persepsi kemampuan laktasi ibu. Peran dari tenaga kesehatan selama hamil sangat penting dalam menudukung suksesnya pemberian ASI eksklusif, ibu harus di beri infomasi dan edukasi mengenai ASI eksklusif dari semenjak kehamilan (Hatsu, McDougald and Anderson, 2008) (Sari and Romlah, 2022).

Kenaikan yang menjadi acuan tenaga kesehatan dilihat dari indeks masa tubuh ibu sebelum hamil, tentu saja kenaikan ini diiringi dengan makanan menu gizi seimbang (Kementrian Kesehatan RI, 2020). Wanita yang mengalami obesitas selama hamil atau

mengalami kenaikan berat badan secara berlebihan/ tidak mencukupi selama kehamilan, maka kecil kemungkinan untuk menyusui sampai eksklusif, karena itu bimbingan tentang manajemen berat badan yang tepat untuk usia subur dan masa kehamilan sangat penting (Fikawati and Syafiq, 2011).

Kenaikan berat badan ibu juga berhubungan erat dengan berat badan bayi ketika lahir, sehingga tidak jarang hal ini juga yang menjadi alasan ibu tidak memberikan ASI atau mengkommbinasi dengan susu formula (Sari AP dan Romlah, 2021). Kenaikan total berat badan ibu selama hamil, LILA, status kadar HB juga berhubungan dengan berat bayi lahir, pemberian ASI eksklusif dan kejadian stunting pada anak (Saputri and Andar Puji Astuti, 2023) (Sari and Romlah, 2022).

Salah satu unsur yang dapat menjadi penilaian status gizi adalah kenaikan berat badan selama kehamilan. Kenaikan berat badan selama hamil harus dimonitoring setiap kali ibu hamil melakukan antenatal care. Selama kehamilan ibu tidak boleh mengalami kelebihan kenaikan berat badan maupun kurang berat badan karena kaan berdampak pada kondisi ibu, janin dan persiapan laktasi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Status gizi yang dilihat dari kenaikan berat badan ibu selama kehamilan berhubungan signifikan terhadap kesuksesan pemberian ASI eksklusif. Tenaga Kesehatan harus memberi informasi dan edukasi mengenai ASI eksklusif harus, ibu hamil harus dikenalkan semenjak dini pada masa kehamilan tentang manfaat dari ASI eksklusif. Tenaga Kesehatan memantau kenaikan berat badan ibu hamil secara berkala diikuti dengan mengkonsumsi makanan dengan gizi seimbang.

DAFTAR REFERENSI

- Dinkes Kota Palembang (2018) *Profil Kesehatan Tahun 2017*. Palembang: Dinkes Kota Palembang.
- Fikawati, S. and Syafiq, A. (2011) 'Status Gizi Ibu dan Persepsi Ketidacukupan Air Susu Ibu Maternal Nutritional Status and Breast Milk Insufficiency Perception', *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 6(6), pp. 249–254.
- Hatsu, I.E., McDougald, D.M. and Anderson, A.K. (2008) 'Effect of infant feeding on maternal body composition', *International Breastfeeding Journal*, 3, pp. 1–8. Available at: <https://doi.org/10.1186/1746-4358-3-18>.
- Kemenkes RI (2022) *ASI dan Manfaatnya*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementrian Kesehatan RI (2020) *Buku KIA Kesehatan Ibu dan Anak*. Jakarta:
- Kementerian Kesehatan dan JICA (Japan International Cooperation Agency).
- Kesuma, P.Z. et al. (2022) 'Edukasi gizi dan persiapan menyusui pada kelompok ibu hamil binaan Puskesmas Taman Bacaan', *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Humanity and Medicine*, 3(3), pp. 202–214. Available at: <https://doi.org/10.32539/hummed.v3i3.108>.
- Romlah, R. and Sari, A.P. (2019) 'Faktor Risiko Ibu Menyusui Dengan Produktif Asi Di Puskesmas 23 Ilir Kota Palembang', *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 14(1), pp. 32–37. Available at: <https://doi.org/10.36086/jpp.v14i1.285>.
- Saputri, N. and Andar Puji Astuti, S. (2023) 'Hubungan Status Gizi Ibu selama Kehamilan dan Riwayat Pemberian ASI Eksklusif dengan kejadian stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Rumbai Kabupaten Dharmasraya tahun 2023', *Jurnal Kesehatan Tumbasai*, 4(3), pp. 3309–3316.
- Sari, A.P. and Romlah, R. (2022) 'Hubungan Pengetahuan, Frekuensi Menyusui Dan Hisapan Bayi Dengan Produksi ASI', *Citra Delima Scientific journal of Citra Internasional Institute*, 6(1), pp. 59–63. Available at: <https://doi.org/10.33862/citradelima.v6i1.282>.
- Sari AP dan Romlah (2021) 'Faktor Maternal Terhadap Berat Badan Bayi Baru Lahir', *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 12(2). Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.33859/dksm.v12i2.746>.