

HUBUNGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF TERHADAP BERAT DAN TINGGI BADAN BERDASARKAN UMUR BAYI DI DESA SIANTARASA, KABUPATEN TOBA, SUMATERA UTARA

Theresia Saurina Febriadella Hutabarat¹, Putri Ayu Aritonang², Wesri Martua Silaen³ Wahyu Hadiyansyah Nasution⁴, Ahmad Shafwan S. Pulungan⁵

^{1 2 3 4 5} Universitas Negeri Medan, Fakultas Matematika Ilmu Pengetahuan Alam

Article Info:

Received: 26 – 12 – 2024
in revised form: 13 – 03 – 2025

Accepted: 14 – 03 - 2025
Available Online: 25 – 04 – 2025

Keywords:

ASI eksklusif, berat badan bayi, Desa Siantarasa, pertumbuhan bayi.

Corresponding Author:

Theresia Saurina
Febriadella Hutabarat,
Fakultas Matematika Ilmu
Pengetahuan Alam,
Universitas Negeri Medan,
email:
theresiaadella24@gmail.com

Abstract: *This study aimed to analyze the relationship between exclusive breastfeeding and infant growth in weight and height by age in Siantarasa Village, Toba Regency. The study was conducted using a quantitative approach on 30 infants aged 0–5 months at the Anggur Integrated Health Post (Posyandu), Nassau Community Health Center (Puskesmas), using weight measurements with infant scales, height measurements with a stadiometer, and collecting information on breastfeeding status, maternal awareness, and other supporting factors. The results showed that the average weight of female infants was 3.346 kg with a height of 91.473 cm, while male infants had an average weight of 3.34 kg and a height of 93.78 cm. The number of infants receiving exclusive breastfeeding decreased from 30 infants at 0 months of age to 26 infants at 2–5 months of age. The discussion of this study highlights the importance of exclusive breastfeeding in supporting infant growth through complete and easily absorbed nutritional content, such as calcium and protein, which strongly support the energy needs and development of infants. However, challenges were found in the form of a lack of maternal awareness, minimal support from health workers, and aggressive formula promotion, which impacted the reduced sustainability of exclusive breastfeeding. This study concludes that exclusive breastfeeding has a positive influence on infant growth in weight and height, and emphasizes the need for increased awareness and support from the community and health workers to ensure that exclusive breastfeeding practices can be maintained optimally*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pemberian ASI eksklusif terhadap pertumbuhan berat dan tinggi badan bayi berdasarkan umur di Desa Siantarasa, Kabupaten Toba. Studi dilakukan dengan pendekatan kuantitatif pada 30 bayi berusia 0–5 bulan di Posyandu Anggur, Puskesmas Nassau, menggunakan pengukuran berat badan dengan timbangan bayi, tinggi badan dengan stadiometer, serta pengumpulan informasi mengenai status pemberian ASI, tingkat kesadaran ibu, dan faktor pendukung lainnya. Hasil menunjukkan bahwa rata-rata berat badan bayi perempuan adalah 3,346 kg dengan tinggi badan 91,473 cm, sedangkan bayi laki-laki memiliki rata-rata berat badan 3,34 kg dan tinggi badan 93,78 cm. Jumlah bayi yang menerima ASI eksklusif menurun dari 30 bayi pada usia 0 bulan menjadi 26 bayi pada usia 2–5 bulan. Pembahasan penelitian ini menyoroti pentingnya ASI eksklusif dalam mendukung pertumbuhan bayi melalui kandungan nutrisi lengkap yang mudah diserap, seperti kalsium dan protein, yang sangat mendukung kebutuhan energi dan perkembangan bayi. Meskipun demikian, ditemukan tantangan berupa kurangnya kesadaran ibu, minimnya dukungan petugas kesehatan, serta promosi susu formula yang agresif, yang berdampak pada berkurangnya keberlanjutan pemberian ASI

eksklusif. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pemberian ASI eksklusif memiliki pengaruh positif

terhadap pertumbuhan berat dan tinggi badan bayi, serta menegaskan perlunya peningkatan kesadaran dan dukungan dari masyarakat dan tenaga kesehatan untuk memastikan praktik pemberian ASI eksklusif dapat dipertahankan secara maksimal.

PENDAHULUAN

Imunitas menjadi bentuk pertahanan tubuh terhadap penyakit. Respon imun adalah koordinasi antara reaksi sel dan molekul dengan mikroba yang infeksius. Menurut McLaren (2001) sistem imun dapat melindungi tubuh terhadap invasi zat atau benda asing yang masuk. Peran dan fungsi dari sistem imun dalam tubuh dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dapat menggangukannya, antara lain yaitu seperti faktor genetik (keturunan), fisiologis, stres, usia, hormon, olahraga, tidur, nutrisi, paparan zat berbahaya dan penggunaan obat-obatan (Arif & Anasagi, 2019).

Air susu ibu (ASI) sangat bermanfaat pada perkembangan dan pertumbuhan bayi mulai dari bertambahnya berat badan, tinggi badan pada bayi. ASI tidak hanya menjadi sumber energi utama tetapi juga sebagai sumber protein, vitamin, dan mineral utama bagi bayi. Dalam program peningkatan pemberian ASI khususnya ASI Eksklusif mempunyai dampak yang luas terhadap status gizi ibu dan bayi dimana ASI merupakan makanan alami yang baik untuk bayi, praktis, ekonomis, mudah dicerna bayi dan mendukung pertumbuhan bayi terutama tinggi badan karena kalsium ASI lebih efisien diserap dibanding susu pengganti ASI. Menurut Kemenkes PP NO. 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif adalah pemberian hanya ASI saja kepada bayi tanpa penambahan makanan dan minuman lain, kecuali obat dan vitamin dalam bentuk sirup jika dibutuhkan. Pemberian ASI di Indonesia belum dilaksanakan sepenuhnya. Dari hal ini upaya meningkatkan perilaku menyusui pada ibu yang memiliki bayi khususnya ASI eksklusif dirasa kurang. Permasalahan utama adalah faktor kurangnya kesadaran pentingnya ASI, pelayanan Kesehatan dan petugas Kesehatan yang belum sepenuhnya mendukung PP-ASI, gencarnya promosi susu formula dan status ibu bekerja.

Pada pemberian ASI secara eksklusif untuk bayi hanya diberikan ASI tanpa ada tambahan cairan lain seperti susu formula, madu, air teh dan air putih. Pemberian ASI eksklusif dianjurkan dalam jangka waktu minimal 4-6 bulan. Dalam hal ini, ASI ibu menjadi satu-satunya makanan ideal yang terbaik dan paling sempurna bagi bayi untuk dapat memenuhi kebutuhan fisik dan psikologi bayi yang sedang tumbuh dan berkembang. Hal ini dikarenakan, ASI mudah dicerna oleh sistem pencernaan bayi, lengkap kandungan gizinya dan mengandung zat kekebalan yang dapat melindungi bayi dari berbagai penyakit ataupun infeksi (Adriani & Wirjatmadi, 2014).

Penelitian ini bertujuan untuk meninjau sejauh mana manfaat dan kesadaran orang tua dari pemberian ASI Eksklusif terhadap berat badan dan tinggi badan berdasarkan umur balita di Desa Siantarasa menjadi perhatian dalam penelitian ini. Dengan jumlah bayi berumur 0 - 5 bulan pada September 2024 terdapat 30 bayi dari 30 orang tua di Desa Siantarasa.

METODE

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus – Oktober 2024 di Posyandu Nassau, Desa Siantarasa Kabupaten Toba Samosir.

Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini ialah observasi dan wawancara dengan ibu dari balita yang melakukan imunisasi di Posyandu Nassau.

Metode Analisis Data

Metode Analisis data pada penelitian ini adalah secara kuantitatif dan kualitatif dimana peneliti mengolah data yang telah dikumpulkan dari hasil observasi untuk menganalisis hubungan pemberian ASI eksklusif terhadap pertumbuhan berat dan tinggi badan bayi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data perbedaan berat badan (BB) dan Tinggi Badan (TB) antara bayi laki – laki dan bayi Perempuan di desa Siantarasa, Kecamatan Nassau, Kabupaten Toba. Tabulasi data ini dibuat berdasarkan pemberian ASI eksklusif pada bayi selama bulan September tahun 2024.

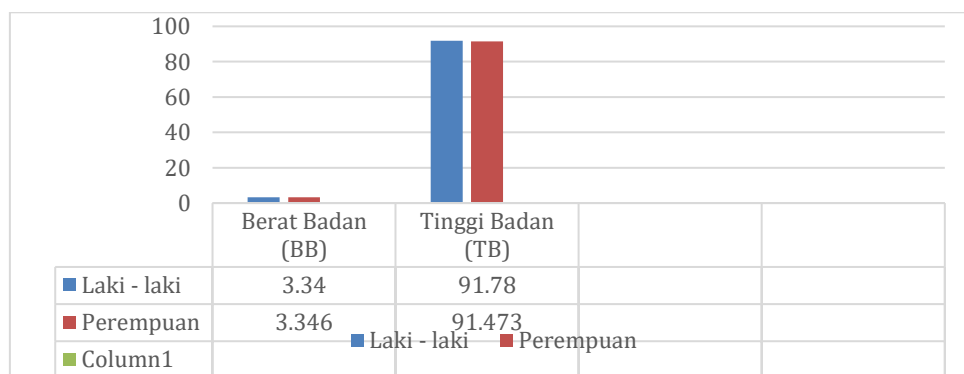
Tabel 1. Data BB dan TB bayi Perempuan di desa Siantarasa, Kecamatan Nassau, Kabupaten Toba per September 2024

No	Nama	BB (kg)	TB (cm)
1	Apriliyona Pane	2,7	103,6
2	Amaria Naiborhu	4	103,2
3	Ivana N Pardosi	3,2	101
4	Windi Pasaribu	3	99
5	Ribka Silitonga	3,3	98
6	Romaito Naiborhu	4	90
7	Yessie Marito Pane	3,5	94
8	Jeremia Olip Marpaung	3,5	92,5
9	Novita Sari Siagian	2,5	94
10	Liora Gantari Naiborhu	3,6	84,6
11	Bella Nababan	2,9	82,3
12	Haprilia Radella Simanjuntak	3,1	83,6
13	Mila Yohana Manullang	3,3	82,6
14	Sofia Analisa Marbun	3	78,2
15	Evelin Axella Simatupang	4,6	85,5
	Rata - rata	3,346	91,473

Tabel 2. Data BB dan TB bayi laki laki di desa Siantarasa, Kecamatan Nassau, Kabupaten Toba per September 2024

No	Nama	BB (Kg)	TB (cm)
1	Alvaro Pane	3	99
2	Daffa Azmariel Sipahutar	3	103
3	Luhut M. Pardosi	3,4	99,6

4	Ruben Marpaung	3,2	106,8
5	Tommy L Aritonang	3,2	112,4
6	Valdo Tanjung	3,2	102
7	Yoga Saputra Pane	3	98,6
8	Dedi Pardosi	3,6	90,4
9	Depano Pasaribu	3	87,5
10	Alfajar Silaen	2,9	82,3
11	Arjuna Pane	3,2	82,6
12	Albert Roy Pane	3,5	84,6
13	Athar Anugrah Nababan	3,6	85,3
14	Andre You Pane	3,3	83,4
15	Rafael Panjaitan	3,2	89,2
	Rata – rata	3,34	93,78



Grafik 1. Perbandingan antara Berat Badan (BB) dan Tinggi Badan (TB) antara bayi Laki – laki dan Perempuan di Desa Siantarasa Kecamatan Nassau per September 2024

Tabel 3. Data Jumlah Bayi Yang Mendapatkan ASI Eksklusif Dari Umur 0 - 5 Bulan

Umur Bayi	Jumlah Bayi Mendapatkan ASI Eksklusif	
	YA	TIDAK
Umur 0 bulan	30 bayi	-
Umur 1 bulan	27 bayi	3 bayi
Umur 2 bulan	26 bayi	4 bayi
Umur 3 bulan	26 bayi	4 bayi

Umur 4 bulan	26 bayi	4 bayi
Umur 5 bulan	26 bayi	4 bayi

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Posyandu Nassau, Desa Siantarasa Kabupaten Toba Samosir terkait pemberian ASI Eksklusif pada bayi perempuan dan bayi laki-laki dengan rata-rata tidak jauh berbeda. Dari tabel 1 dan tabel 2 tersebut mendapatkan hasil bahwa sebanyak 15 bayi perempuan dengan rata rata berat badan 3,346 kg dengan rata-rata tinggi badan mencapai 91,473 cm. Pada 15 bayi laki-laki dengan rata-rata berat badan 3.34 kg dengan rata-rata tinggi badan mencapai 93,78 cm. Pada data tabel 3 terlihat dengan jelas data banyak bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif pada umur 0 bulan sebanyak 30 bayi, pada umur 1 bulan sebanyak 27 bayi dengan 3 bayi yang tidak mendapatkan ASI Eksklusif, pada umur 2 bulan - 5 bulan jumlah bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif sebanyak 26 bayi dengan jumlah bayi yang tidak mendapatkan ASI Eksklusif sebanyak 4 bayi. Pada hasil tersebut terlihat penurunan jumlah bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif dari bayi umur 0 bulan - 5 bulan.

Terlihat bahwa berat badan bayi perempuan dan laki-laki tidak jauh beda sedangkan tinggi badan bayi laki-laki lebih tinggi 2,30 dari pada bayi perempuan. Berdasarkan penelitian oleh Masthura & Safwan (2022) menjelaskan bahwa terdapat hubungan dari pemberian ASI Eksklusif terhadap pertumbuhan bayi. Zat gizi yang terkandung di dalam ASI seperti karbohidrat, lemak, garam, mineral, protein dan vitamin serta mengandung sedikit kalsium yang dapat memudahkan dalam penyerapan yang sangat cukup memenuhi kebutuhan bayi. Maka dari itu, pemberian ASI Eksklusif pada bayi harus diberi kesempatan menyusui tanpa dibatasi frekuensi dan durasi karena sangat membantu kebutuhan nutrisi dan energi pada pertumbuhan bayi (Asih & Risnaeni, 2016).

ASI Eksklusif merupakan ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan, tanpa menambahkan atau menggantinya dengan makanan atau minuman lain (Pemerintah RI, 2012). Menurut peneliti terdapat hubungan pemberian ASI Eksklusif terhadap pertumbuhan bayi anak dan juga secara klinis didapatkan bahwa bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif lebih cenderung memiliki pertumbuhan yang sesuai. Jadi, semakin baik pemberian ASI Eksklusif ibu, maka semakin sesuai pula pertumbuhan berat badan dan tinggi badan bayi.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif mempunyai hubungan yang signifikan terhadap pertumbuhan berat dan tinggi badan bayi di Desa Siantarasa, Kabupaten Toba. Meskipun rata-rata berat badan bayi perempuan (3,346 kg) dan laki-laki (3,34 kg) tidak berbeda jauh, tinggi badan bayi laki-laki (93,78 cm) lebih tinggi dibandingkan perempuan (91,473 cm). Nutrisi dalam ASI eksklusif, seperti protein, vitamin, dan kalsium, terbukti mendukung kebutuhan energi dan perkembangan bayi secara optimal. Namun, tantangan seperti kurangnya kesadaran ibu, promosi susu formula yang agresif, dan minimnya dukungan tenaga kesehatan mengurangi keberlanjutan pemberian ASI eksklusif, yang menurun dari 30 bayi pada usia 0 bulan menjadi 26 bayi pada usia 2–5 bulan. Oleh karena itu, diperlukan upaya kolaboratif untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dan dukungan praktis agar pemberian ASI eksklusif dapat dioptimalkan guna mendukung pertumbuhan bayi secara menyeluruh.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Bapak dosen yang memberi bimbingan dalam menyelesaikan penelitian ini dan terima kasih kepada responden yang telah berkontribusi dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M., & Wirjatmadi, B. (2014). *Gizi dan Kesehatan Balita Peranan Micro Zinc pada Pertumbuhan Balita*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- Arif S.M., & Anasagi, T. (2019). *Bahan Ajar Teknologi Bank Darah (TBD) : Immunologi*. Jakarta : Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Asih, Y., & Risnaeni. (2016). *Buku ajar asuhan kebidanan nifas dan menyusui (dilengkapi dengan evidence based practice dan daftar tilik asuhan nifas)* : Trans Info Media.
- Kemenkes RI. (2012). *Peraturan Pemerintah (PP) Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif*. Jakarta : Pemerintahan RI <https://peraturan.bpk.go.id/Details/5245/pp-no-33-tahun-2012>
- Masthura, S., & Safwan, I. L. (2022). Hubungan imunisasi, ASI eksklusif, dan peran kader dengan tumbuh kembang balita di Puskesmas Jeulingke tahun 2021. *Jurnal Mutiara Ners*, 5(1), 48–56. <https://doi.org/10.51544/jmn.v5i1.2249>
- McLaren, Donald S, and Frigg, Martin. (2001). *Sight and Life Manual on Vitamin A Deficiency Disorders (VADD) Second Edition*. Switzerland : Task Force Sight and Life