

Pengaruh Pemberian Asi Eksklusif Terhadap Tumbuh Kembang Bayi Usia 0-6 Bulan

Maharani¹, Azka Azkiya², Hellvira Amanda Rahma³, Husna Wildanun⁴, Shintya
Pebrianti⁵,

¹²³⁴⁵⁶ Universitas Prima Indonesia, Medan

ABSTRAK

ASI eksklusif merupakan faktor penting dalam mendukung tumbuh kembang bayi pada usia awal kehidupan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian ASI eksklusif terhadap tumbuh kembang bayi usia 0-6 bulan. penelitian dilakukan di PMB Mariana, Aceh Besar dengan menggunakan desain kuasi eksperimen one group pre and post test. Sebanyak 20 responden dipilih menggunakan teknik total sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan wawancara, kemudian dianalisis menggunakan uji statistik univariat dan bivariat (uji T). Hasil penelitian menunjukkan bahwa 65% bayi diberikan ASI eksklusif dan mengalami perkembangan yang lebih optimal dibandingkan bayi yang tidak diberi ASI eksklusif (35%). Bayi yang mendapatkan ASI eksklusif lebih jarang mengalami gangguan kesehatan dan menunjukkan pertumbuhan sesuai dengan usianya.

Kata Kunci: ASI Eksklusif; Tumbuh Kembang; Bayi; Usia 0-6 Bulan; Ibu Menyusui

ABSTRACT

Exclusive breastfeeding plays a vital role in supporting the growth and development of infants during the first six months of life. This study aims to determine the effect of exclusive breastfeeding on growth and development outcomes in infants aged 0-6 months. The research was conducted at PMB Mariana, Aceh Besar, using a quasi-experimental research employed a one-group pre-test and post-test design with 20 respondents selected via total sampling. Data were gathered through validated questionnaires and interviews and analyzed using univariate and bivariate statistics, including T-test. Results showed that 65% of infants received exclusive breastfeeding and demonstrated optimal growth development, whereas the 35% who did not were more prone to developmental delays and illness. The findings emphasize the critical role of exclusive breastfeeding in improving infant health outcomes.

Keywords: Exclusive Breastfeeding; Infant Development; 0-6 Months; Maternal Health; Child Nutrition

PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan bayi pada masa awal kehidupan sangat dipengaruhi oleh asupan nutrisi yang diperolehnya, khususnya dari Air Susu Ibu (ASI). ASI merupakan makanan alami terbaik bagi bayi, karena mengandung zat gizi lengkap seperti protein, lemak, karbohidrat, enzim, hormon, serta zat imunologis yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perlindungan tubuh bayi terhadap penyakit (Hamzah, 2018). Pemberian ASI eksklusif (hanya ASI tanpa tambahan makanan atau minuman lain selama enam bulan pertama kehidupan) telah direkomendasikan secara global oleh WHO dan UNICEF sebagai strategi penting dalam menurunkan angka kematian dan kesakitan bayi (WHO, 2024).

Dalam konteks Indonesia, pemerintah melalui Kementerian Kesehatan telah menggalakkan program ASI intensif, dan data terbaru menunjukkan adanya peningkatan cakupan nasional dari 32% pada tahun 2007 menjadi 74,73% pada tahun 2024 (BPS, 2025). Provinsi Aceh termasuk wilayah dengan capaian tinggi, yaitu 94,30%, dan Kabupaten Aceh Besar mencapai 96,25% (BPS Provinsi Aceh, 2025). Namun, capaian kuantitatif ini belum sepenuhnya menggambarkan kualitas praktik menyusui, terutama dalam hal pengaruh nyata terhadap status tumbuh kembang bayi.

Beberapa studi telah membuktikan bahwa bayi yang tidak mendapat ASI eksklusif lebih rentan mengalami gangguan tumbuh kembang, infeksi, dan penyakit kronis di usia dini (Hersoni, 2024). Selain itu, pemberian ASI eksklusif juga diketahui mampu merangsang perkembangan otak karena kandungan DHA, AA, dan laktosa yang mendukung fungsi saraf pusat (Pacheco, R., D., 2025). Meski demikian, masih terdapat gap antara pemahaman ibu menyusui terhadap manfaat ASI eksklusif dan perilaku aktual di lapangan, khususnya dalam komunitas tertentu.

Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi secara kuantitatif pengaruh pemberian ASI eksklusif terhadap tumbuh kembang bayi usia 0-6 bulan di wilayah kerja PMB Mariana, Kecamatan Ingin Jaya, Kabupaten Aceh Besar.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode quasi-experimental (eksperimen semu), menggunakan rancangan *one group pre-test and post-test design*. Desain ini memungkinkan peneliti untuk mengevaluasi pengaruh intervensi berupa pemberian ASI eksklusif terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 0-6 bulan dengan membandingkan kondisi sebelum dan sesudah perlakuan dalam kelompok yang sama tanpa kelompok kontrol. Model ini sering digunakan pada penelitian bidang kesehatan masyarakat dan klinik ketika pengacakan subjek tidak memungkinkan.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di PMB Mariana, yang terletak di Kecamatan Ingin Jaya, Kabupaten Aceh Besar. Lokasi ini dipilih karena memiliki populasi ibu menyusui yang memenuhi syarat inklusi dan memiliki catatan kesehatan bayi yang dapat dijadikan sumber data. Waktu pelaksanaan penelitian berlangsung dari 17 Januari hingga 17 April 2025.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui yang memiliki bayi usia 0-6 bulan yang tercatat di wilayah kerja PMB Mariana. Sampel ditentukan menggunakan teknik total sampling, karena jumlah populasi yang tersedia berjumlah 20 orang dan memenuhi kriteria inklusi. Total sampling adalah metode di mana seluruh anggota populasi yang memenuhi syarat dijadikan sampel penelitian yang relevan apabila jumlah populasi kurang dari 100.

Kriteria Inklusi:

1. Ibu menyusui yang bersedia menjadi responden
2. Ibu yang menyusui secara eksklusif
3. Ibu yang menyusui tidak secara eksklusif

Kriteria Eksklusi:

1. Ibu menyusui yang tidak berada di lokasi saat penelitian berlangsung
2. Ibu menyusui yang tidak bersedia menjadi responden

Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan menggunakan instrumen berupa kuesioner terstruktur yang berisi

indikator tumbuh kembang bayi serta praktik pemberian ASI eksklusif. Selain itu, dilakukan wawancara langsung untuk mengkonfirmasi data yang diisi responden.

Langkah-langkah pengumpulan data dilakukan sebagai berikut:

1. Menentukan subjek penelitian berdasarkan kriteria inklusi
2. Menginformasikan dan meminta persetujuan responden
3. Memberikan dan menjelaskan cara pengisian kuesioner
4. Melakukan wawancara untuk memperdalam jawaban dan validasi data

Variabel Penelitian

Penelitian ini melibatkan dua variabel, yaitu pemberian ASI eksklusif sebagai variabel independen, dan tumbuh kembang bayi usia 0-6 bulan sebagai variabel dependen. Indikator tumbuh kembang bayi mencakup pertumbuhan fisik seperti berat badan dan panjang badan. Sedangkan aspek perkembangan seperti respons motorik, kognitif sederhana, serta kesehatan umum bayi. Instrumen pengukuran telah diuji validitas dan reliabilitas sebelumnya pada penelitian sejenis (Hamzah, 2018).

Teknik Pengolahan Data

Data yang dikumpulkan melalui kuesioner diedit, dikodekan, dan diperiksa kelengkapannya. Data kemudian ditabulasi dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

Langkah-langkahnya meliputi:

1. Editing : memeriksa jawaban tidak lengkap atau ambigu
2. Coding : memberikan kode angka pada jawaban kualitatif
3. Checking : memverifikasi keakuratan dan kelengkapan data
4. Tabulating : menyusun data dalam bentuk tabel agar mudah dibaca dan dianalisis

Analisis Data

Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan distribusi variabel secara umum. Sedangkan analisis bivariat menggunakan uji statistik T-Test untuk mengetahui perbedaan signifikan antara pertumbuhan bayi sebelum dan sesudah pemberian ASI eksklusif. Uji normalitas dilakukan sebelum analisis untuk menentukan jenis uji yang tepat. Pengujian bivariat ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen secara statistik, sehingga dapat diinterpretasikan apakah ASI eksklusif memiliki dampak bermakna terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi dalam

periode usia 0-6 bulan.

HASIL

Penelitian ini melibatkan 20 ibu menyusui di wilayah kerja PMB Mariana, Kecamatan Ingin Jaya, Kabupaten Aceh Besar, dengan tujuan mengevaluasi pengaruh pemberian ASI eksklusif terhadap tumbuh kembang bayi usia 0-6 bulan. Data dianalisis menggunakan pendekatan univariat dan bivariat.

1. Hasil Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden Ibu

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Ibu

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia Ibu	16-25 tahun	6	30
	26-35 tahun	12	60
	36-45 tahun	2	10
Total		20	100
Pendidikan Ibu	SD	1	5
	SMP	2	25
	SMA	8	40
	Perguruan Tinggi	6	30
Total		20	100
Pekerjaan Ibu	Bekerja	6	30
	IRT	14	70
Total		20	100

Berdasarkan tabel 1, mayoritas ibu yang menjadi responden berada dalam kelompok usia 26-35 tahun (60%). Rentang usia ini tergolong dalam usia reproduktif sehat yang secara fisiologis mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Usia ibu yang lebih matang umumnya berbanding lurus dengan pengalaman dan pengetahuan yang lebih baik dalam praktik menyusui. Dari sisi pendidikan, mayoritas ibu berpendidikan SMA (40%) dan perguruan tinggi (30%), yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan yang memungkinkan untuk menerima dan memahami informasi terkait manfaat ASI eksklusif. Hal ini penting karena tingkat pendidikan ibu sering kali berkorelasi dengan perilaku kesehatan yang lebih baik, termasuk dalam pemberian makanan padabayi. Dari sisi pekerjaan, mayoritas ibu

adalah ibu rumah tangga (IRT) sebesar 70%, yang secara waktu lebih memungkinkan untuk memberikan ASI langsung dan eksklusif kepada bayi dibandingkan ibu yang bekerja penuh waktu.

b. Responden Bayi

Tabel 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin Bayi Di Wilayah Kerja PMB Mariana

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia Bayi	1 bulan	5	25
	2 bulan		
	3 bulan	8	40
	4 bulan	5	25
	5 bulan	2	10
	6 bulan		
Total		20	100
Jenis Kelamin	Laki-laki	9	45
	Perempuan	11	55
Total		20	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa bayi terbanyak berusia 3 bulan (40%). Usia ini merupakan fase kritis dalam masa ASI eksklusif, di mana bayi mengalami pertumbuhan cepat dan sangat membutuhkan asupan gizi optimal dari ASI. Mayoritas bayi dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan (55%), meskipun secara biologis jenis kelamin tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap kebutuhan ASI, namun dapat menjadi bahan pertimbangan dalam menganalisis perkembangan fisik dan motorik yang bisa bervariasi antar jenis kelamin.

c. Status Pemberian ASI Eksklusif

Tabel 3. Distribusi Pemberian ASI Eksklusif dan Tidak ASI Eksklusif Pada Bayi
Di Wilayah Kerja PMB Mariana

Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
ASI Eksklusif	13	65
Tidak ASI Eksklusif	7	36

Total	20	100
--------------	-----------	------------

Tabel 3 memperlihatkan bahwa 65% bayi menerima ASI eksklusif, dan 35% lainnya tidak menerima asi eksklusif. Fakta bahwa mayoritas bayi menerima ASI eksklusif mencerminkan adanya tingkat kesadaran ibu yang cukup baik terhadap pentingnya ASI, terutama di wilayah penelitian ini yang memiliki cakupan ASI eksklusid tinggi berdasarkan data Dinas Kesehatan Aceh. Namun, masih adanya 35% bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif menunjukkan bahwa terdapat tantangan yang masih harus diatasi, seperti pengaruh budaya, informasi yang keliru, atau kendala fisik ibu misalnya masalah payudara, produksi ASI rendah, atau tekanan kerja.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif berpengaruh positif terhadap tumbuh kembang bayi usia 0-6 bulan. Temuan ini mendukung berbagai studi imunologis serta gizi yang sesuai dengan kebutuhan bayi, terutama pada enam bulan pertama kehidupan (Hamzah, 2018; Hersoni, 2024).

ASI mengandung zat bioaktif seperti immunoglobulin, DHA, AA, dan hormon pertumbuhan yang tidak hanya melindungi bayi dari infeksi, tetapi juga merangsang perkembangan otak dan sistem saraf pusat (Pacheco, 2025). Oleh karena itu, bayi yang diberikan ASI eksklusif cenderung memiliki daya tahan tubuh yang lebih kuat dan perkembangan yang sesuai dengan tahapan usianya.

Sebaliknya, bayi yang tidak diberikan ASI eksklusif dalam penelitian ini menunjukkan kecenderungan mengalami gangguan seperti berat badan yang tidak sesuai grafik pertumbuhan WHO, serta lebih sering menderita diare atau ISPA ringan. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Najahah et al. (2023), yang menyebutkan bahwa keberhasilan ASI eksklusif berdampak pada penurunan morbiditas dan peningkatan status gizi bayi.

Secara praktis, hasil penelitian ini memberika dukungan kuat bagi para tenaga kesehatan, terutama bidan dan perawat komunitas, untuk terus meningkatkan edukasi kepada ibu menyusui mengenai pentingnya ASI eksklusid. Selain itu, dibutuhkan dukungan kebijakan dan lingkungan

sosial yang kondusif untuk menyusui, seperti cuti melahirkan yang memadai dan ruang laktasi di tempat kerja.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa faktor usia, pendidikan, dan pekerjaan ibu memengaruhi praktik menyusui. Ibu yang lebih muda atau bekerja di luar rumah cenderung memiliki tantangan dalam mempertahankan ASI eksklusif, yang menunjukkan perlunya intervensi lebih lanjut berbasis karakteristik demografis.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di PMB Mariana, dapat disimpulkan bahwa pemberian ASI eksklusif memiliki pengaruh signifikan terhadap tumbuh kembang bayi usia 0-6 bulan. Sebagian besar bayi yang mendapatkan ASI eksklusif menunjukkan perkembangan fisik yang lebih baik, termasuk peningkatan berat badan sesuai usia, serta kondisi kesehatan yang lebih stabil dibandingkan bayi yang tidak menerima ASI eksklusif.

Persentase bayi yang diberi ASI eksklusif dalam penelitian ini sebesar 65%, dan seluruhnya menunjukkan perkembangan yang sesuai dengan usia. Temuan ini memperkuat pendapat WHO (2024) bahwa ASI eksklusif merupakan intervensi yang paling eksklusif untuk menurunkan angka morbiditas dan mortalitas bayi. Penelitian sebelumnya oleh Hamzah (2018) juga menegaskan bahwa pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan dapat memperbaiki status gizi bayi secara signifikan.

Selain berdampak positif pada bayi, praktik ASI eksklusif juga memberikan manfaat bagi ibu, seperti memperkuat ikatan emosional ibu serta bayi serta membantu menunda kehamilan secara alami (Pacheco, 2025). Oleh karena itu disarankan agar tenaga kesehatan meningkatkan promosi dan edukasi tentang pentingnya ASI eksklusif kepada ibu hamil dan menyusui, terutama pada masa *antenatal care* dan *postnatal care*.

KETERBATASAN PENELITIAN

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, jumlah sampel yang relatif kecil (20 sampel), sehingga hasil tidak dapat digeneralisasikan untuk populasi yang lebih luas. Kedua, desain penelitian one group pre and post test tidak melibatkan

kolompok kontrol, yang dapat memengaruhi kekuatan inferensial. Ketiga, data diperoleh dari satu lokasi saja, yaitu PMB Mariana, yang memiliki karakteristik sosial dan budaya tersendiri.

Selain itu, pengukuran tumbuh kembang bayi hanya dilakukan melalui observasi dan kuesioner tanpa alat ukur perkembangan seperti Denver II atau KPSP secara objektif. Keterbatasan ini mungkin berdampak pada validitas pengukuran perkembangan bayi. Meskipun demikian, hasil penelitian ini tetap relevan sebagai dasar bagi penelitian selanjutnya dengan cakupan wilayah lebih luas dan desain studi yang lebih kuat. Studi longitudinal atau eksperimental dengan kelompok kontrol dapat dilakukan untuk memperkuat bukti kausalitas antara pemberian ASI eksklusif dan tumbuh kembang anak.

REFERENSI

- Badan Pusat Statistik Provinsi Aceh. 2025. *Statistik Kesehatan Provinsi Aceh Tahun 2024*. Aceh
- Badan Pusat Statistik. 2025. *Statistik Indonesia Tahun 2025*. Badan Pusat Statistik Indonesia
- Hamzah, D. F. (2018). pengaruh pemberian ASI Eksklusif terhadap berat badan bayi usia 4-6 bulan di wilayah kerja puskesmas langsa kota. *Jurnal JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 3(2), 8–15.
- Hersoni, S. (2024). Pengaruh pemberian Air Susu Ibu eksklusif terhadap kejadian Infeksi Saluran Pernapasan Atas pada balita di wilayah kerja Puskesmas Kopelma Darussalam. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada*, 19(1), 56–64.
- Najahah I, Dkk. (2023). Monograf Peningkatan Pengetahuan Asi Eksklusif Melalui Media E-Booklet. In *Penerbit Nem* (Vol. 7).
- Pacheco, R., D., C. (2025). Dinamika Kesehatan Dan Sosial Ekonomi Keluarga Dalam Mencegah Stunting. In *CV. Intelektual Manifes Media: Bali*.
- WHO. (2024). Tingkat Penyusunan Asi Meningkat Di Seluruh Dunia Melalui Peningkatan Perlindungan Dan Dukungan tahun 2023. *WHO*.