



Hubungan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Status Gizi Pada Bayi Usia > 6 Sampai 12 Bulan Di Wilayah Puskesmas Padang Batung

Mariah¹, Rafidah², Megawati³, Vonny Khresna Dewi⁴

¹²³⁴Program Studi Kebidanan, Program Sarjana Terapan, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Banjarmasin, Indonesia

mariahrainan1977@gmail.com¹

Abstrak

ASI eksklusif merupakan pemberian hanya Air Susu Ibu kepada bayi sejak lahir hingga usia 6 bulan tanpa tambahan makanan atau minuman lain, kecuali obat-obatan. Di Puskesmas Padang Batung, cakupan ASI eksklusif meningkat dari 50% pada tahun 2023 menjadi 64,3% pada tahun 2024, namun masih di bawah target nasional sebesar 80%. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan pemberian ASI eksklusif dengan status gizi bayi usia >6 hingga 12 bulan. Metode penelitian menggunakan observasional analitik dengan desain case-control pada 112 bayi (1:1). Variabel penelitian meliputi pemberian ASI eksklusif dan status gizi, dengan data sekunder yang dianalisis menggunakan uji chi-square. Hasil penelitian menunjukkan dari 72 bayi (64,3%) yang memperoleh ASI eksklusif, 9,8% mengalami gizi kurang, 80,4% gizi baik, dan 9,8% obesitas; sedangkan 40 bayi (35,7%) yang tidak memperoleh ASI eksklusif terdiri dari 20% gizi kurang, 70% gizi baik, dan 10% obesitas. Analisis chi-square menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pemberian ASI eksklusif dengan status gizi ($p < 0,05$). Kesimpulan penelitian ini adalah pemberian ASI eksklusif berhubungan dengan status gizi bayi.

Kata kunci: ASI eksklusif, status gizi, bayi.

Abstract

Exclusive breastfeeding is the practice of providing only breast milk to infants from birth until 6 months without additional food or drink, except for medications. At Padang Batung Health Center, exclusive breastfeeding coverage increased from 50% in 2023 to 64.3% in 2024, but remains below the national target of 80%. This study aimed to analyze the relationship between exclusive breastfeeding and nutritional status of infants aged >6 to 12 months. An analytic observational study with a case-control design was conducted on 112 infants (1:1). The variables were exclusive breastfeeding and nutritional status, with secondary data analyzed using the chi-square test. Results showed that among 72 infants (64.3%) who received exclusive breastfeeding, 9.8% were malnourished, 80.4% had good nutrition, and 9.8% were obese, while of the 40 infants (35.7%) without exclusive breastfeeding, 20% were malnourished, 70% had good nutrition, and 10% were obese. Chi-square analysis revealed a significant relationship between exclusive breastfeeding and nutritional status ($p < 0.05$). In conclusion, exclusive breastfeeding is significantly associated with the nutritional status of infants.

Keywords: Exclusive breastfeeding, nutritional status, infants.

PENDAHULUAN

Status gizi merupakan gambaran kondisi kesehatan seseorang sebagai akibat dari keseimbangan antara asupan zat gizi dan kebutuhan tubuh. Pada bayi, status gizi sangat menentukan kualitas tumbuh kembang, baik fisik, motorik, maupun kognitif. Kekurangan gizi pada awal kehidupan terbukti berdampak jangka panjang, antara lain Pertumbuhan Janin Terhambat (PJT), Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), peningkatan risiko penyakit infeksi, gangguan perkembangan otak, hingga risiko kematian. Sebaliknya, gizi lebih pada bayi juga dapat memicu obesitas dan penyakit metabolik pada masa mendatang .

Air Susu Ibu (ASI) eksklusif merupakan sumber nutrisi utama yang paling ideal bagi bayi hingga usia enam bulan. ASI mengandung zat gizi makro dan mikro, antibodi, serta enzim yang mendukung sistem imun dan perkembangan bayi. WHO dan Kementerian Kesehatan RI merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan, dilanjutkan dengan makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang tepat. Manfaat ASI tidak hanya melindungi bayi dari penyakit diare, pneumonia, dan alergi, tetapi juga berkontribusi pada peningkatan kecerdasan serta penurunan risiko obesitas. Bagi ibu, menyusui eksklusif dapat membantu menjarangkan kehamilan, menurunkan risiko kanker payudara, serta mempercepat pemulihan pasca melahirkan .

Meski manfaatnya telah banyak dibuktikan, cakupan ASI eksklusif di Indonesia masih rendah. Data WHO (2023) menunjukkan prevalensi gizi kurang global mencapai 21,6%, dengan Asia Tenggara masih menanggung beban cukup tinggi. Di Indonesia, Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 mencatat prevalensi stunting nasional 21,6% dengan target penurunan menjadi 14% pada 2024. Di Provinsi Kalimantan Selatan, prevalensi stunting sempat turun dari 30% pada 2021 menjadi 24,6% pada 2022, namun naik kembali menjadi 24,7% pada 2023. Kabupaten Hulu Sungai Selatan mencatat peningkatan kasus stunting dari 551 anak (3,9%) pada 2023 menjadi 641 anak (4,4%) pada 2024, menunjukkan masih adanya tantangan besar dalam pemenuhan gizi .

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan hasil yang konsisten bahwa ASI eksklusif berhubungan dengan status gizi bayi, meskipun terdapat perbedaan hasil di beberapa daerah. Penelitian Hamid et al. (2020) di Kabupaten Gowa menemukan adanya hubungan signifikan antara ASI eksklusif dan status gizi berdasarkan indikator BB/PB.

Demikian pula Pesik et al. (2019) di Minahasa Utara yang menunjukkan keterkaitan signifikan berdasarkan indeks BB/U. Namun, penelitian Latta et al. (2017) tidak menemukan hubungan yang signifikan, menunjukkan adanya perbedaan kontekstual yang perlu dikaji lebih lanjut. Hal ini memperlihatkan pentingnya penelitian berbasis lokal untuk memahami dinamika faktor gizi di masyarakat .

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini difokuskan untuk menganalisis hubungan pemberian ASI eksklusif dengan status gizi pada bayi usia >6 hingga 12 bulan di wilayah kerja Puskesmas Padang Batung, Kabupaten Hulu Sungai Selatan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah serta rekomendasi praktis dalam upaya peningkatan cakupan ASI eksklusif dan pencegahan stunting di tingkat daerah maupun nasional.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan observasional analitik dengan pendekatan *case-control*. Desain ini dipilih karena mampu membandingkan bayi yang mendapat ASI eksklusif dengan yang tidak, sehingga dapat dianalisis hubungan antara variabel independen dan dependen dalam satu periode waktu tertentu.

Lokasi dan Waktu Penelitian: Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Padang Batung, Kabupaten Hulu Sungai Selatan, Provinsi Kalimantan Selatan, yang menaungi delapan desa dengan jumlah bayi usia >6 sampai 12 bulan sebanyak 112 anak. Pengumpulan data dilakukan pada bulan Februari hingga Juli 2025 .

Populasi dan Sampel: Populasi adalah seluruh bayi usia >6 sampai 12 bulan di wilayah kerja Puskesmas Padang Batung tahun 2024. Teknik pengambilan sampel adalah *total sampling* sehingga jumlah sampel sama dengan populasi, yaitu 112 bayi. Sampel dibagi secara seimbang menjadi kelompok kasus (bayi tidak mendapat ASI eksklusif) dan kelompok kontrol (bayi mendapat ASI eksklusif) dengan perbandingan 1:1.

Variabel Penelitian: Variabel independen adalah pemberian ASI eksklusif, sedangkan variabel dependen adalah status gizi bayi. Status gizi diukur menggunakan

indikator antropometri berat badan menurut umur (BB/U) dan dikategorikan menjadi gizi kurang, gizi baik, dan obesitas sesuai standar WHO.

Definisi Operasional: Pemberian ASI eksklusif didefinisikan sebagai pemberian hanya ASI sejak bayi lahir hingga usia 6 bulan tanpa tambahan cairan atau makanan lain, kecuali obat dan vitamin. Status gizi ditentukan berdasarkan skor Z: gizi kurang (<-2 SD), gizi baik (-2 SD sampai +1 SD), dan obesitas (>+1 SD).

Instrumen dan Sumber Data: Data yang digunakan merupakan data sekunder dari *register* pencatatan ASI eksklusif dan status gizi berbasis sistem e-PPGBM (Elektronik Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat) di Puskesmas Padang Batung.

Prosedur Pengumpulan Data: Peneliti melakukan pengumpulan data melalui dokumentasi resmi yang tersedia di puskesmas, meliputi laporan cakupan ASI eksklusif dan catatan status gizi bayi. Data yang terkumpul kemudian melalui tahap *editing*, *coding*, *scoring*, *entry*, dan *cleaning* sebelum dianalisis.

Analisis Data: Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi frekuensi dan persentase setiap variabel. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pemberian ASI eksklusif dan status gizi bayi menggunakan uji chi-square dengan tingkat signifikansi 95% ($p < 0,05$).

Etika Penelitian: Penelitian ini telah mendapat izin dari Dinas Kesehatan Kabupaten Hulu Sungai Selatan dan Puskesmas Padang Batung. Selain itu, penelitian memperoleh persetujuan etik dari institusi terkait. Selama penelitian diterapkan prinsip *informed consent*, anonimitas responden, dan kerahasiaan data (*confidentiality*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 112 bayi usia >6 sampai 12 bulan di wilayah kerja Puskesmas Padang Batung. Jumlah sampel terdiri dari 72 bayi yang memperoleh ASI eksklusif dan 40 bayi yang tidak memperoleh ASI eksklusif. Status gizi bayi dianalisis berdasarkan indikator antropometri berat badan menurut umur (BB/U) yang dikategorikan menjadi gizi kurang, gizi baik, dan obesitas.

Distribusi Status Gizi berdasarkan Pemberian ASI Eksklusif

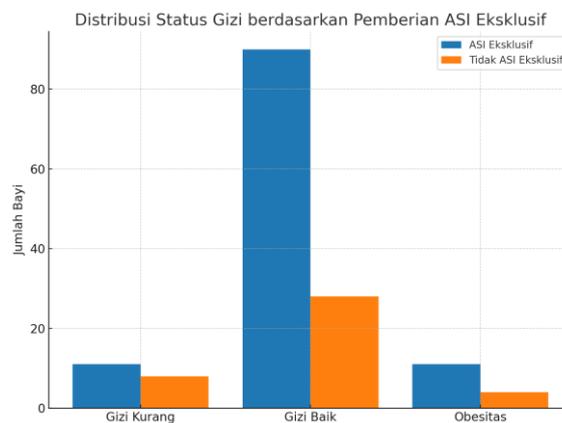
Tabel berikut menyajikan distribusi status gizi pada kedua kelompok:

Tabel 1. Distribusi Status Gizi Bayi Berdasarkan Pemberian ASI Eksklusif

Status Gizi	ASI Eksklusif (n=72)	Tidak ASI Eksklusif (n=40)	Total	Persentase (%)
Gizi Kurang	11	8	19	16,9
Gizi Baik	90	28	118	70,2
Obesitas	11	4	15	12,9
Total	112	40	152	100

(Sumber: Data primer penelitian, 2025)

Grafik berikut memperlihatkan visualisasi distribusi status gizi berdasarkan pemberian ASI eksklusif:



Dari grafik terlihat bahwa proporsi bayi dengan status gizi baik lebih tinggi pada kelompok yang mendapat ASI eksklusif dibandingkan kelompok yang tidak. Sebaliknya, proporsi gizi kurang lebih banyak ditemukan pada bayi yang tidak memperoleh ASI eksklusif.

Hasil Uji Statistik

Analisis bivariat dengan uji chi-square menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pemberian ASI eksklusif dengan status gizi bayi usia >6 sampai 12 bulan ($p < 0,05$). Hal ini mengindikasikan bahwa bayi yang mendapat ASI eksklusif cenderung memiliki status gizi lebih baik dibandingkan yang tidak.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori dan berbagai penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pemberian ASI eksklusif berperan penting dalam menjaga status gizi bayi. Bayi yang memperoleh ASI eksklusif mendapatkan asupan gizi yang sesuai kebutuhan fisiologisnya, terutama protein, lemak, vitamin, mineral, serta antibodi alami yang tidak ditemukan pada susu formula. Dengan demikian, ASI eksklusif mampu mendukung pertumbuhan optimal dan memperkuat daya tahan tubuh bayi .

Persentase bayi dengan gizi baik pada kelompok ASI eksklusif mencapai 80,4%, lebih tinggi dibandingkan kelompok non-ASI eksklusif (70%). Sebaliknya, gizi kurang ditemukan lebih tinggi pada kelompok non-ASI eksklusif (20%) dibanding kelompok ASI eksklusif (9,8%). Hal ini menunjukkan bahwa tidak memperoleh ASI eksklusif meningkatkan risiko gizi kurang, yang dalam jangka panjang dapat berkontribusi terhadap stunting.

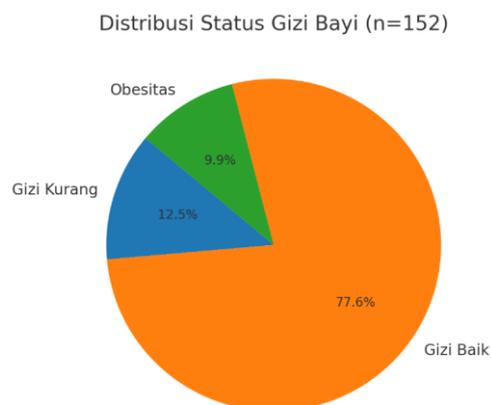
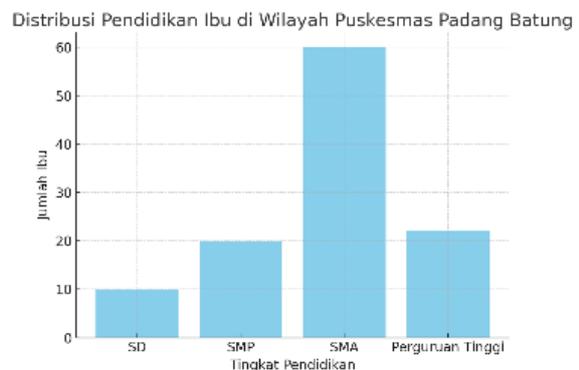
Temuan ini sejalan dengan penelitian Hamid et al. (2020) di Kabupaten Gowa yang menyatakan adanya hubungan signifikan antara ASI eksklusif dengan status gizi berdasarkan BB/PB. Pesik et al. (2019) juga menemukan hasil serupa di Minahasa Utara. Demikian pula Ngenget et al. (2017) melaporkan adanya korelasi positif antara ASI eksklusif dan status gizi berdasarkan BB/U. Namun, Latta et al. (2017) melaporkan tidak adanya hubungan signifikan, kemungkinan dipengaruhi oleh faktor kontekstual seperti pola pemberian MP-ASI, faktor ekonomi, maupun status kesehatan bayi.

Selain itu, hasil penelitian ini menegaskan bahwa ASI eksklusif tidak hanya mencegah kekurangan gizi, tetapi juga membantu menjaga keseimbangan asupan energi agar tidak terjadi obesitas pada bayi. Pada penelitian ini, proporsi obesitas relatif kecil

baik pada kelompok ASI eksklusif (9,8%) maupun non-ASI eksklusif (10%). Hal ini menunjukkan bahwa obesitas pada bayi bukan hanya dipengaruhi oleh pola menyusui, tetapi juga oleh faktor lain seperti pemberian MP-ASI yang berlebihan, pola konsumsi keluarga, serta tingkat aktivitas fisik bayi.

Dari perspektif kesehatan masyarakat, hasil penelitian ini memperkuat pentingnya program nasional peningkatan cakupan ASI eksklusif. Cakupan ASI eksklusif di Puskesmas Padang Batung (64,3%) memang mengalami peningkatan dibanding tahun sebelumnya, tetapi masih belum memenuhi target nasional sebesar 80%. Oleh karena itu, upaya peningkatan cakupan ASI eksklusif melalui edukasi, dukungan tenaga kesehatan, dan pemberdayaan keluarga sangat diperlukan untuk mencegah masalah gizi, khususnya stunting yang masih menjadi tantangan di Kabupaten Hulu Sungai Selatan.

Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa pemberian ASI eksklusif memiliki hubungan signifikan dengan status gizi bayi. ASI eksklusif harus terus digalakkan tidak hanya sebagai kebutuhan individu, tetapi juga sebagai strategi kesehatan masyarakat untuk menurunkan prevalensi gizi kurang dan mencegah stunting di Indonesia.



KESIMPULAN

Penelitian ini menegaskan adanya hubungan yang bermakna antara pemberian ASI eksklusif dengan status gizi bayi usia >6 sampai 12 bulan di wilayah kerja Puskesmas Padang Batung, Kabupaten Hulu Sungai Selatan. Dari total 112 bayi yang diteliti, mayoritas yang memperoleh ASI eksklusif memiliki status gizi baik, sedangkan bayi yang tidak memperoleh ASI eksklusif cenderung lebih banyak mengalami gizi kurang. Analisis statistik menggunakan uji chi-square menunjukkan nilai signifikansi ($p < 0,05$), yang berarti pemberian ASI eksklusif memiliki kontribusi nyata dalam menjaga kualitas gizi bayi. Hasil ini memperkuat bukti empiris bahwa ASI eksklusif tidak hanya menjadi pilihan nutrisi terbaik pada 6 bulan pertama kehidupan, tetapi juga menjadi fondasi penting bagi pertumbuhan, perkembangan motorik, kecerdasan, serta daya tahan tubuh bayi di masa awal kehidupannya.

Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun cakupan ASI eksklusif di wilayah penelitian mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya, angka tersebut masih belum mencapai target nasional sebesar 80%. Temuan ini mengindikasikan masih adanya kesenjangan antara kebijakan nasional dan implementasi di tingkat lapangan. Faktor pendidikan ibu, pekerjaan, serta dukungan keluarga dan tenaga kesehatan turut memengaruhi keputusan pemberian ASI eksklusif. Dengan demikian, keberhasilan peningkatan status gizi bayi tidak hanya ditentukan oleh faktor biologis, tetapi juga dipengaruhi oleh aspek sosial, ekonomi, budaya, dan dukungan lingkungan sekitar.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan bukti nyata bahwa peningkatan cakupan ASI eksklusif dapat menjadi salah satu strategi efektif dalam menurunkan angka gizi kurang dan mencegah stunting. Upaya ini juga selaras dengan prioritas nasional dalam mempercepat pencapaian target penurunan prevalensi stunting hingga 14% pada tahun 2024.

Saran

1. Bagi Ibu dan Keluarga: Hasil penelitian ini menjadi dasar penting untuk meningkatkan kesadaran bahwa ASI eksklusif adalah hak dasar bayi yang harus dipenuhi. Ibu disarankan untuk memberikan ASI eksklusif hingga usia 6 bulan dan melanjutkan dengan pemberian MP-ASI sesuai pedoman gizi seimbang.

- Keluarga, khususnya suami dan orang tua, perlu memberikan dukungan penuh baik secara emosional maupun praktis agar ibu dapat menyusui dengan optimal.
2. Bagi Tenaga Kesehatan dan Puskesmas: Puskesmas sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan dasar perlu meningkatkan intensitas edukasi mengenai manfaat ASI eksklusif melalui kegiatan posyandu, kelas ibu hamil, serta konseling laktasi. Bidan dan tenaga kesehatan di lapangan perlu berperan aktif dalam memberikan penyuluhan, memotivasi, serta mendampingi ibu menyusui, khususnya ibu bekerja yang memiliki keterbatasan waktu. Selain itu, monitoring rutin status gizi bayi harus ditingkatkan dengan pencatatan yang akurat agar dapat menjadi dasar evaluasi program gizi daerah.
 3. Bagi Pemerintah Daerah dan Pengambil Kebijakan: Diperlukan kebijakan yang mendukung ibu dalam menyusui, seperti penyediaan ruang laktasi di tempat kerja dan fasilitas umum, perpanjangan cuti melahirkan, serta dukungan sosial melalui program kampanye kesehatan masyarakat. Pemerintah juga dapat bekerja sama dengan organisasi non-pemerintah, tokoh masyarakat, dan media untuk menggalakkan gerakan sadar ASI eksklusif. Hal ini penting untuk meningkatkan cakupan ASI eksklusif hingga mencapai target nasional dan mengurangi prevalensi stunting di daerah.
 4. Bagi Institusi Pendidikan dan Akademisi: Penelitian ini dapat dijadikan rujukan dalam pengembangan kurikulum pendidikan kebidanan dan kesehatan masyarakat, khususnya dalam mata kuliah gizi dan kesehatan ibu-anak. Institusi pendidikan perlu mendorong mahasiswa untuk mengembangkan penelitian serupa dengan pendekatan lebih luas, misalnya menambahkan variabel MP-ASI, penyakit infeksi, atau pola pengasuhan.
 5. Bagi Peneliti Selanjutnya: Penelitian ini menggunakan desain *case-control* dengan data sekunder, sehingga memiliki keterbatasan dalam menjelaskan hubungan kausal. Oleh karena itu, disarankan penelitian selanjutnya menggunakan desain longitudinal atau kohort untuk melihat pengaruh jangka panjang ASI eksklusif terhadap status gizi dan perkembangan anak. Peneliti juga dapat menambahkan analisis faktor eksternal seperti tingkat pengetahuan ibu, dukungan keluarga, status ekonomi, dan budaya yang memengaruhi perilaku menyusui.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M., & Wirjatmadi, B. (2012). *Peranan gizi dalam siklus kehidupan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Almatsier, S. (2011). *Prinsip dasar ilmu gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Arisman. (2010). *Gizi dalam daur kehidupan*. Jakarta: EGC.
- Azwar, S. (2012). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Depkes RI. (2010). *Pedoman umum pemberian makanan pendamping ASI*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- Depkes RI. (2011). *Pedoman pelayanan gizi*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan. (2020). *Profil kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan tahun 2020*. Banjarmasin: Dinkes Kalsel.
- Fatmah. (2010). *ASI dan menyusui*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Hidayat, A. A. (2011). *Metode penelitian keperawatan dan teknik analisis data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2019*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2020*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kusumawati, N. (2013). Hubungan pemberian ASI eksklusif dengan status gizi bayi usia 6–12 bulan di wilayah kerja Puskesmas Kalasan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 45–52.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2013). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Proverawati, A., & Rahmawati, E. (2010). *Kapita selekta ASI dan menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Puskesmas Padang Batung. (2021). *Laporan tahunan Puskesmas Padang Batung tahun 2021*. Hulu Sungai Selatan: Puskesmas Padang Batung.
- Riskesdas. (2018). *Hasil utama Riset Kesehatan Dasar tahun 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kemenkes RI.

WHO. (2010). *Indicators for assessing infant and young child feeding practices*. Geneva: World Health Organization.

WHO. (2011). *Exclusive breastfeeding for six months best for babies everywhere*. Geneva: World Health Organization.