

Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Indeks Massa Tubuh Pada Ibu Menyusui

Yuni Kurniati

Akademi Kebidanan Budi Mulia Palembang

Informasi Artikel :

Diterima : 30 Oktober 2019

Diperbaiki 6 November 2019

Disetujui : 20 November 2019

*Korespondensi Penulis :

yunikurniati80@gmail.com

ABSTRAK

Dalam rangka menurunkan angka kesakitan dan kematian anak, *United Nation Childrens Fund (UNICEF)* dan *World Health Organization (WHO)* merekomendasikan sebaiknya anak hanya disusui air susu ibu (ASI) selama paling sedikit enam bulan, dan pemberian ASI dilanjutkan sampai anak berumur dua tahun. Pemberian ASI Eksklusif dari bayi berusia 0 sampai dengan 6 bulan tanpa pemberian susu formula lain akan sangat membantu pertumbuhan dan perkembangan bayi, anti alergi, memiliki zat-zat imunoglobulin dan terutama memiliki gizi yang sempurna. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan pemberian ASI Eksklusif dengan Indeks Massa Tubuh pada Ibu Menyusui di wilayah kerja Puskesmas Alang-Alang Lebar Palembang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian korelasi dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang menyusui dan mempunyai anak umur 6-12 bulan pada bulan oktober 2019. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2019. Sampel pada penelitian ini berjumlah 45 responden. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Alang-Alang Lebar Palembang. Instrument penelitian ini berupa kuesioner dan timbangan sebagai alat ukur. Analisa data dilakukan dengan cara univariat dan analisa bivariat dengan menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan bermakna antara pemberian ASI Eksklusif dengan Indeks Massa Tubuh pada Ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Alang-Alang Lebar Tahun 2019. Kesimpulan ini diperoleh dari nilai p value (0,065) lebih besar dari α (0,05).

Kata kunci: Indeks Massa Tubuh, ASI Eksklusif

ABSTRACT

In order to reduce morbidity and mortality rates for children, the United Nations Childrens Fund (UNICEF) and the World Health Organization (WHO) recommend that children should only be breastfed for at least six months, and breastfeeding should continue until the child is two years old. Exclusive breastfeeding from infants aged 0 to 6 months without the provision of other formula milk will greatly assist the growth and development of the baby, anti-allergic, have immunoglobulin substances and especially have perfect nutrition. The purpose of this study was to determine the relationship of exclusive breastfeeding with Body Mass Index in Lactating Mothers in the working area of Palembang's Alang-Alang Lebar Health Center. This study uses a correlation research method with cross sectional approach. The population in this study were all mothers who breastfed and had children aged 6-12 months in October 2019. This study was conducted in 2019. The sample in this study amounted to 45 respondents. This research was conducted in the working area of Palembang's Alang-Alang Lebar Health Center. This research instrument in the form of a questionnaire and scales as a measurement tool. Data analysis was

performed by univariate and bivariate analysis using the Chi-Square test. The results showed no significant relationship between exclusive breastfeeding with Body Mass Index for breastfeeding mothers in the work area of Alang-Alang Lebar Health Center in 2019. This conclusion was obtained from the p value (0.065) greater than α (0.05).

Keywords: *Body mass index, exclusive breastfeeding*

PENDAHULUAN

Dalam rangka menurunkan angka kesakitan dan kematian anak, *United Nation Childrens Fund* (UNICEF) dan *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan sebaiknya anak hanya disusui air susu ibu (ASI) selama paling sedikit enam bulan, dan pemberian ASI dilanjutkan sampai anak berumur dua tahun¹. ASI eksklusif dianjurkan pada beberapa bulan pertama kehidupan karena ASI tidak terkontaminasi dan mengandung banyak gizi yang diperlukan anak pada umur tersebut. Pengenalan dini akan makanan yang rendah energi dan gizi atau yang disiapkan dalam kondisi tidak higienis dapat menyebabkan anak mengalami kurang gizi, dan terinfeksi organisme asing, sehingga mempunyai daya tahan tubuh yang rendah^{2,3}.

Menyusui eksklusif adalah tidak memberikan bayi makanan atau minuman lain, termasuk air putih, selain menyusui (kecuali obat-obatan dan vitamin atau mineral tetes, ASI perah juga diperbolehkan). Pada peraturan hukum terkait ASI Eksklusif UU Nomor 36/2009 tentang Kesehatan Pasal 128 ayat 2 dan 3 disebutkan bahwa selama pemberian ASI, pihak keluarga, pemerintah daerah dan masyarakat harus mendukung ibu secara penuh dengan penyediaan waktu dan fasilitas khusus sebagaimana dimaksud pada ayat (2) diadakan di tempat kerja dan tempat sarana umum.⁴

Persentase pola menyusui pada bayi umur 0 bulan adalah 39,8%, menyusui eksklusif dan 5,1%, menyusui predominan, serta 55,1% menyusui parsial. Persentase menyusui eksklusif semakin menurun dengan meningkatnya kelompok umur bayi. Pada bayi yang berumur 5 bulan menyusui eksklusif hanya 15,3%, menyusui predominan 1,5%, dan menyusui parsial 83,2%.⁵

Kecenderungan cakupan pemberian ASI Eksklusif 0-6 bulan dan bayi yang menyusui sampai 6 bulan hasil Susenas 2004-2012 menunjukkan bahwa pemberian ASI Eksklusif pada tahun 2012 sebesar 42%, sedangkan pemberian susu botol sebesar 29%. Kecenderungan pemberian ASI Eksklusif pada

tahun 2012 lebih meningkat dibanding tahun 2007 yaitu sebesar 32%, sedangkan pemberian susu botol sebesar 28%.⁶

Seorang ibu yang memberikan ASI tidak disarankan untuk mengikuti pola diet tertentu atau memangkas jumlah kalori secara ekstrim dan menghindari jenis nutrisi tertentu, seperti tidak mengkonsumsi karbohidrat atau hanya mengkonsumsi tinggi protein. Seorang ibu yang masih menyusui malah mendapat tambahan kalori sebanyak 300 kkal dalam kebutuhan hariannya. Tujuannya agar tubuh ibu dapat mensekresi ASI dengan jumlah dan mutu yang sesuai dengan kebutuhan bayi untuk tumbuh dan berkembang secara maksimal. Tubuh ibu yang menyusui akan memproduksi hormon yang dapat membantu menurunkan berat badan dan mengembalikan bentuk tubuh secara alami. Ada beberapa penelitian yang mengatakan bahwa dengan menyusui, tubuh membakar sekitar 300-500 kkal/hari yang setara dengan bersepeda selama 1 jam.

Kebutuhan gizi pada 6 bulan pertama harus lebih banyak karena selain untuk kebutuhan perbaikan jaringan tubuh ibu pasca melahirkan, ibu juga membutuhkannya untuk memproduksi ASI untuk melaksanakan pemberian ASI eksklusif. Seorang ibu yang telah melahirkan telah ditakdirkan untuk mengasuh dan memberikan nutrisi terbaik untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi yang telah dilahirkannya. Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi utama dan terbaik yang dimiliki seorang ibu. Pemberian ASI Eksklusif dari bayi berusia 0 sampai dengan 6 bulan tanpa pemberian susu formula lain akan sangat membantu pertumbuhan dan perkembangan bayi, anti alergi, memiliki zat-zat imunoglobulin dan terutama memiliki gizi yang sempurna. Selain itu juga seorang ibu juga memperoleh berbagai manfaat seperti peran pemberian ASI Eksklusif dalam penurunan berat badan pada ibu menyusui, higienis, menghemat biaya, lebih cepat dalam proses pemberian susu, dan selalu siap dimanapun berada. Tapi seringkali berbagai alasan membenarkan seorang ibu dengan memilih untuk tidak memberikan ASI Eksklusif. Alasan utama yang dikemukakan ibu bahwa ia adalah seorang wanita bekerja, ASI tidak mau keluar, bentuk payudara dengan puting

tenggelam tidak memungkinnnya untuk menyusui, rasa sakit saat bayi menyusu padanya, dengan memberikan ASI ia merasa tubuhnya semakin gemuk karena sering merasa lapar terutama pada malam hari, membuat seorang ibu lebih memilih untuk memberikan susu formula sebagai pengganti ASI.

Ibu yang mengandung selama 9 bulan akan mengalami kenaikan berat badan, hal ini diperlukan untuk menunjang perkembangan janin dalam kandungan. Kenaikan berat badan pada ibu hamil tidaklah sama. Hal ini dipengaruhi oleh Indeks Massa Tubuh (IMT) dan berat badan sebelum kehamilan. Menghitung IMT diperoleh dari membagi berat badan dalam satuan kilogram dengan tinggi tubuh dalam satuan meter kuadrat. Seringkali ibu mengeluhkan berat badan yang sangat tidak ideal lagi setelah melahirkan dan menyusui. Berat badan yang berlebih membuat rasa tidak percaya diri dan khawatir akan kehidupan seksualnya. Tetapi ada juga ditemukan seorang ibu menyusui telah memiliki badan dengan berat tubuh ideal. Ia mengalami penurunan berat badan yang cepat selama menyusui bayinya. Sehingga peneliti sangat tertarik untuk mengetahui “Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Indeks Massa Tubuh Ibu Menyusui”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian korelasi dengan pendekatan cross sectional. Penelitian korelasi merupakan suatu bagian penelitian ex-post facto karena pada umumnya peneliti tidak memanipulasi keadaan variabel yang ada dan langsung mencari adanya hubungandan tingkat hubungan variabel yang dinyatakan dalam koefisien korelasi⁷. Sedangkan populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu yang menyusui dan mempunyai anak umur 6-12 bulan pada bulan oktober 2019. Sampel pada penelitian ini berjumlah 45 responden. Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Alang-Alang Lebar Palembang. Instrument penelitian ini berupa kuesioner dan timbangan sebagai alat ukur. Analisa data dilakukan dengan cara univariat untuk mempresentasikan gambaran distribusi dari semua variabel. Sedangkan analisa bivariat diperlukan untuk menganalisis hubungan antara dua variabel. Penelitian ini menggunakan uji Chi-Square untuk melihat hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen dengan batas p value < 0,05 ada hubungan yang bermakna.

HASIL PENELITIAN

1. Analisa Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Alang-Alang Lebar Tahun 2019

No	Pemberian ASI	Frekuensi	Persentase
1	ASI Eksklusif	16	35,6
2	ASI Tidak Eksklusif	29	64,4
Total		45	100

Berdasarkan distribusi frekuensi pemberian ASI eksklusif di atas, didapatkan responden yang berhasil memberikan ASI Eksklusif berjumlah 16 orang (35,6%) dimana hasil ini lebih sedikit jumlahnya dari responden yang tidak berhasil memberikan ASI eksklusif pada bayinya sebanyak 29 responden (64,4%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Status Berat Badan Ibu dari Pasca Melahirkan sampai dengan Bayi Berusia > 6 Bulan sampai <12 Bulan

N	Status		
	Berat Badan Ibu	Frekuensi	Persentase
1	Turun	20	44,4
2	Naik	25	55,6
Total		45	100

Berdasarkan data pada tabel 2 diatas, diketahui dari 45 responden (100%) terdapat ibu menyusui yang mengalami penurunan berat badan sebanyak 20 responden (44,4%) lebih kecil jumlahnya dari pada ibu yang mengalami kenaikan berat badan selama menyusui bayinya dengan jumlah responden sebanyak 25 orang (55,6%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kategori Berdasarkan IMT Ibu Saat Menyusui Bayi >6 Bulan sampai < 12 Bulan.

No	Kategori IMT Ibu	Frekuensi	Persentase
1	Normal	9	20
2	Berat Badan Lebih	35	77,8
3	Obesitas	1	2,2
Total		45	100

Berdasarkan tabel 3 diatas, dapat diketahui penggolongan Indeks Massa Tubuh ibu menyusui setelah merawat bayinya selama lebih dari 6 bulan sampai 12 bulan adalah sebanyak 9 responden (20%) terkategori mempunyai berat badan normal, kemudian ibu

yang terkategori mempunyai berat badan lebih sebanyak 35 responden (77,8%), sedangkan ibu yang terkategori obesitas sebanyak 1 responden (2,2%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Perubahan Kategori IMT Ibu

Perubahan			
No	Kategori IMT Ibu	Frekuensi	Persentase
1	Tidak Berubah	41	91,1
2	Berubah	4	8,9
Total		45	100

Berdasarkan tabel 4 diatas, terdapat kelompok ibu yang mengalami perubahan status IMT dilihat dari perubahan status IMT saat ibu pasca melahirkan dibandingkan dengan saat ibu telah menyusui bayinya selama > 6 bulan sampai < 12 bulan. Dimana terdapat 41 responden (91%) tidak mengalami perubahan status IMT Ibu, dan terdapat 4 responden (8,9%) yang mengalami perubahan kategori IMT pada ibu menyusui.

Tabel 5. Karakteristik Subjek Menurut Usia, Berat Badan dan IMT

	ASI Eksklusif (n= 16)			ASI Tidak Eksklusif (n= 29)		
	Min	Maks	Rerata ± SD	Min	Maks	Rerata ± SD
Usia (tahun)	20	32	25 ± 3,4	20	36	25,4 ± 3,9
Tinggi Badan (cm)	148	170	159 ± 6,2	150	166	157 ± 4,8
Berat Badan (kg) Pasca Melahirkan	50	72	62 ± 6,7	48	72	61,1 ± 6,7
BB Ibu saat Bayi > 6 bln s/d <12 bln	47	74	62 ± 6,9	49	73	62,6 ± 6,6
IMT Ibu Pasca Melahirkan	22	27	24 ± 1,6	21	32	24,3 ± 2,4
IMT Ibu saat Bayi > 6 bln s/d <12 bln	21	28	23 ± 2,0	21	32	24,97 ± 2,3
Perubahan Berat Badan Ibu	-5	4	-2 ± 2,3	-2	-5	1,5 ± 1,8

Dari data diatas, diketahui subjek dalam penelitian ini sebanyak 45 ibu menyusui. Hasil penelitian ini menunjukkan dari 45 subjek penelitian yang memberikan ASI Eksklusif sebanyak 16 responden (35,6%) dan yang tidak

memberikan ASI Eksklusif sebanyak 29 responden (64,4%). Ibu menyusui yang berhasil memberikan ASI Eksklusif mempunyai usia minimal 20 tahun dan maksimal 32 tahun. Sedangkan ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif berusia diantara 20 tahun sampai 36 tahun. Jika ditinjau dari berat badan ibu pasca melahirkan dari 45 responden yang diteliti mempunyai berat badan minimal 48 kg dan maksimal 72 kg. Setelah ibu menyusui bayinya selama > 6 bulan sampai dengan < 12 bulan berat badan ibu menyusui dari 45 responden tersebut ada yang memiliki berat badan minimal 47 kg dan maksimal 74 kg. Tinggi badan ibu yang menjadi subjek penelitian ini memiliki tinggi diantara 148 cm sampai 170 cm. Indeks Massa Tubuh (IMT) ibu pasca melahirkan pada golongan ibu yang memberikan ASI Eksklusif berkisar diantara 22 sampai 27. Sedangkan IMT ibu menyusui yang tidak memberikan ASI Eksklusif pasca melahirkan yaitu 21 sampai 32. Penelitian IMT ibu menyusui saat bayi telah berusia > 6 bulan sampai <12 bulan pada kelompok ibu yang memberikan ASI Eksklusif berkisar 21 sampai dengan 28. Sedangkan kelompok ibu menyusui yang tidak memberikan ASI Eksklusif mempunyai nilai IMT sebesar 21 sampai 32. Terdapat selisih berat badan ibu menyusui dari saat ibu pasca melahirkan sampai bayi yang disusui berusia >6 bulan sampai <12 bulan, diketahui bahwa pada kelompok ibu yang memberikan ASI Eksklusif memiliki penurunan berat badan sebesar 5 kg. Tetapi dari kelompok ASI Eksklusif juga ada yang mengalami kenaikan berat badan sebesar 4 kg. Pada Kelompok ibu yang tidak memberikan ASI Eksklusif, terdapat ibu yang mengalami penurunan berat badan sebesar 2 kg, tetapi ada juga yang mengalami kenaikan berat badan sebesar 5 kg. Kelompok ibu yang memberikan ASI Eksklusif memiliki peluang lebih besar untuk mengalami penurunan berat badan sampai dengan 5 kg dibandingkan ibu yang tidak memberikan ASI Eksklusif yang mengalami penurunan berat badan sebesar 2 kg.

2. Analisa bivariat

Tabel 6. Hubungan ASI Eksklusif dengan Indeks Massa Tubuh pada Ibu Menyusui

Pemberian ASI	Indeks Massa Tubuh Ibu Menyusui								P Value	OR
	Normal	%	BB Lebih	%	Obesitas	%	Total	%		
ASI Eksklusif	5	11,11	11	24,45	0	0	16	35,60	0,065	0,05
ASI Tidak Eksklusif	4	8,88	24	53,35	1	2,2	29	64,40		
Total	9	20	35	77,8	1	2,2	45	100		

Dilakukan uji statistik bivariat antara variabel dependen (pemberian ASI) dengan variabel independen (Indeks Massa Tubuh pada Ibu Menyusui). Hasil uji statistik dapat dilihat pada tabel 6 diatas. Ibu menyusui dengan memberikan ASI Eksklusif memiliki indeks massa tubuh normal sebanyak 5 responden (11,11%), terkategori memiliki berat badan lebih sebanyak 11 responden (24,45%), sedangkan yang terkategori obesitas 0%. Dari kelompok ibu yang tidak memberikan ASI Eksklusif memiliki kelompok dengan kategori berat badan normal sebanyak 4 responden (8,88%), memiliki berat badan lebih sebanyak 24 responden (53,35%), dan yang terkategori obesitas sebanyak 1 responden (2,2%). Berdasarkan hasil uji Chi-square menunjukkan tidak terdapat korelasi antara pemberian ASI Eksklusif dengan Indeks Massa Tubuh pada ibu menyusui. Dengan nilai p value (0,065) > (α 0,05). Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak ada hubungan bermakna antara ASI Eksklusif dengan indeks massa tubuh pada ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Alang-Alang Lebar tahun 2019.

PEMBAHASAN

Indeks massa tubuh didefinisikan sebagai hasil perhitungan berat badan dalam satuan kilogram dibagi tinggi badan dalam satuan meter dikuadratkan (m^2). Hasil perhitungan dikategorikan menjadi berat badan kurang jika hasil perhitungan IMT <18,5 kg/m^2 , berat badan normal jika nilai IMT berada diantara 18,5 – 22,9 kg/m^2 , berat badan lebih (kecenderungan obesitas) jika nilai IMT berada di rentan 23 – 29,9 kg/m^2 , dan obesitas jika nilai IMT bernilai >30 kg/m^2 ⁸. Setiap ibu yang baru melahirkan memiliki keinginan besar untuk dapat menyusui bayinya secara sempurna agar nutrisi bayi terpenuhi. Terdapat istilah ASI Eksklusif yang mengharuskan seorang ibu menyusui bayinya selama 6 bulan berturut-turut dari bayi berusia 0 bulan sampai 6 bulan tanpa diberi minuman tambahan apapun seperti susu formula. Dari hasil penelitian diperoleh ibu menyusui yang

memberikan ASI eksklusif sebanyak 16 orang (35,6 %) lebih sedikit jumlahnya dibandingkan ibu yang tidak berhasil memberikan ASI Eksklusif sebanyak 29 orang (64,4%). Hal ini terjadi karena kecenderungan ibu memilih mengkombinasikan pemberian ASI dengan menggantikannya menggunakan susu formula dikarenakan ibu menyusui tersebut bekerja. Rasa khawatir ibu apabila mendengar bayinya menangis terus menerus di malam hari membuat ibu merasa susu formula sebagai solusinya. Bentuk puting ibu yang tidak menonjol juga menjadi kendala untuk menyusui secara eksklusif, dan ibu menyusui sering merasa ASI yang keluar tidak mencukupi kebutuhan bayi dikarenakan ASI yang sedikit dan bayi masih terus menangis setelah diberi ASI dalam waktu yang dekat. Rasa kantuk yang sangat ketika akan memberikan ASI di malam hari menjadi kekhawatiran ibu, karena takut apabila pernapasan anak tertutupi payudara saat ibu tertidur saat menyusui bayinya. Sedangkan ibu yang berhasil memberikan ASI eksklusif sangat didukung oleh keluarga terutama suami yang memberikan dukungan penuh agar istri dapat menyusui dengan baik. Ibu tersebut juga sudah memahami arti pentingnya ASI Eksklusif bagi pertumbuhan dan perkembangan bayinya. Aktifnya seorang ibu menyusui dalam mencari berbagai informasi tentang perawatan bayi dan ASI eksklusif membuat tingkat kesadaran ibu untuk berkomitmen memberikan ASI Eksklusif terlaksana. Berbeda dengan penelitian Septiani (2017) dimana ibu yang memberikan ASI Eksklusif (57,4 %) lebih banyak dibanding ibu yang tidak memberikan ASI Eksklusif (42,6%) ⁹. Penelitian Rembet (2017) memperlihatkan distribusi pemberian ASI Eksklusif (19,4%) lebih kecil dibandingkan yang tidak memberikan ASI Eksklusif (80,6%) ¹⁰.

Hasil penelitian terhadap distribusi frekuensi status berat badan ibu dari pasca melahirkan sampai dengan bayi berusia > 6 bulan sampai <12 bulan diperoleh ibu yang mengalami penurunan berat badan sebanyak 20 orang

(44,4%) lebih sedikit jumlahnya dibandingkan dengan ibu yang mengalami kenaikan berat badan sebanyak 25 orang (55,6 %). Hal ini bisa terjadi karena kebiasaan ibu yang sering mengonsumsi makanan berkarbohidrat tinggi seperti nasi, roti, tekwan, bakwan untuk menghilangkan rasa lapar pada saat mengasuh bayi dan memberikan susu. Sedangkan ibu yang mengalami penurunan berat badan karena memberi ASI Eksklusif dan rasa lelah ketika harus mengurus pekerjaan rumah tangga.

Distribusi frekuensi kategori berdasarkan IMT ibu saat menyusui bayi >6 bulan sampai <12 bulan diperoleh 9 responden (20%) tergolong ibu dengan berat badan normal, 35 responden (77,8 %) memiliki berat badan lebih, dan 1 responden (2,2 %) memiliki IMT dengan kategori obesitas. Jumlah responden yang memiliki kategori berat badan lebih sangat tinggi yaitu 77,8 % ini dapat dimaklumi karena kondisi berat badan lebih ini, pada ibu yang memberi ASI eksklusif maupun yang tidak memberikan ASI eksklusif dikarenakan penambahan berat badan yang dapat mencapai antara 7 kg sampai 15 kg selama kehamilan. Sehingga untuk membuat ibu menyusui kembali ke berat badan normal selama 6 sampai 12 bulan menyusui relatif kecil yaitu 9 responden (20 %).

Setelah dihitung IMT ibu pasca melahirkan dan kemudian dibandingkan dengan ibu menyusui setelah bayinya berusia >6 bulan sampai < 12 bulan diketahui bahwa kategori IMT ibu terdapat 41 responden (91,1 %) tidak mengalami perubahan kategori IMT. Sebanyak 4 responden (8,9 %) mengalami perubahan kategori IMT dari berat badan lebih ke berat badan normal. Ini terjadi pada 2 responden(4,3 %) yang tergolong ASI eksklusif dan 2 responden (4,3 %) yang tergolong tidak ASI eksklusif.

Dari data karakteristik subjek menurut usia diperoleh ibu yang memberikan ASI eksklusif paling muda berusia 20 tahun sedangkan yang tertua berumur 32 tahun, dengan standar deviasi berkisar \pm 3,4. Sedangkan ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif pada penelitian ini berusia diantara 20 sampai 36 tahun. Tinggi badan ibu yang memberikan ASI eksklusif berada diantara 148 cm sampai dengan 170 cm. Sedangkan golongan ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif memiliki tubuh diantara 150 cm sampai dengan 166 cm. IMT ibu pasca melahirkan berada di antara 22 kg/m² sampai 27 kg/m². Sedangkan ibu menyusui yang ASI tidak eksklusif IMT ibu bernilai 21 kg/m² sampai 32 kg/m². Nilai IMT 32 kg/m² berarti ibu terkategori

obesitas. Penghitungan IMT ibu menyusui saat bayi berusia >6 bulan sampai < 12 bulan tidak jauh berbeda dengan IMT ibu pasca melahirkan yaitu minimal 21 dan maksimal 28 untuk ibu dengan pemberian ASI Eksklusif. Ibu yang memberi ASI tidak eksklusif, IMT tertinggi adalah 32 kg/m². Ibu yang memberi ASI Eksklusif lebih banyak mengalami penurunan berat badan dibandingkan ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif. Ibu yang memberikan ASI eksklusif dapat menurunkan berat badan sampai dengan 5 kg. Tetapi ibu yang tidak memberikan ASI Eksklusif hanya memiliki penurunan berat badan sebesar 2 kg. Tetapi hal ini tidak membuat kategori IMT ibu dapat berubah dari berat badan berlebih menjadi berat badan normal. Dikarenakan rentang yang cukup jauh antara kategori IMT berat badan kurang, berat badan normal, berat badan lebih, dan obesitas. Sehingga penurunan 1 kg sampai dengan 5 kg belum tentu IMT menjadi normal, tergantung pada berat badan dan tinggi badan ibu menyusui sebelumnya. Menurut penelitian Wilda, I., dkk (2018) menyatakan nilai p value yaitu $0,003 < 0,05$ sehingga disimpulkan terdapat hubungan yang bermakna antara pemberian ASI eksklusif dengan penurunan berat badan ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo Pekanbaru tahun 2017 ¹¹.

Hasil analisa bivariat dengan menggunakan uji Chi-Square diperoleh nilai p value sebesar 0,065 lebih besar dari α 0,05. Sehingga diperoleh hasil tidak terdapat hubungan bermakna antara pemberian ASI Eksklusif dengan Indeks Massa Tubuh pada Ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Alang-Alang Lebar Palembang Tahun 2019. Sehingga H1 ditolak dan Ho diterima. Karena kelompok ibu yang memberikan ASI Eksklusif maupun kelompok ibu yang tidak memberikan ASI Eksklusif memiliki IMT yang tergolong berat badan lebih pada sebagian besar responden yang diteliti yaitu berjumlah 35 responden (77,8 %) dari keseluruhan responden berjumlah 45 responden (100 %). Sedangkan yang tergolong memiliki berat badan normal pada kelompok ASI eksklusif berjumlah 5 responden (11,11 %) dan 4 responden (8,88 %) ibu yang memiliki IMT normal yang tidak memberikan ASI Eksklusif. Hanya terdapat 1 responden (2,2 %) yang memiliki tubuh dengan kategori obesitas yang termasuk dalam kelompok ASI tidak eksklusif. Hal ini hampir sesuai penelitian Zahro, W., dkk (2016) yang menyatakan ibu yang memberi ASI secara non eksklusif cenderung memiliki IMT

tidak normal (mengalami kelebihan berat badan ringan ataupun berat) sebanyak 20,6 %. Hasil Uji statistik penelitian tersebut menunjukkan tidak ada hubungan pola pemberian ASI dengan status gizi (IMT) ibu menyusui ($p = 0,132$)¹².

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa “Tidak Terdapat Hubungan Bermakna antara Pemberian ASI Eksklusif dengan Indeks Massa Tubuh pada Ibu Menyusui di wilayah kerja Puskesmas Alang-Alang Lebar Palembang Tahun 2019”.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization (WHO). 2019. Exclusive Breastfeeding. https://www.who.int/elena/titles/exclusive_breastfeeding/en/ (diakses, 28 Oktober 2019)
2. Kementerian Kesehatan RI. 2014. Situasi dan Analisis ASI Eksklusif.
3. Kementerian Kesehatan RI. 2019. Manfaat ASI Eksklusif Untuk Ibu dan Bayi.
4. Kementerian Kesehatan RI. 2009. Undang-Undang Republik Indonesia No. 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan.
5. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. 2010. Riset Kesehatan Dasar.
6. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia. 2013. Survei Demografi Kesehatan Indonesia Tahun 2012. <http://kesga.kemkes.go.id/images/pedoman/SDKI%202012-Indonesia.pdf> (diakses, 25 September 2019)
7. Azwar, S. 2012. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
8. Quamila, A. 2017. Cara Menghitung Indeks Massa Tubuh (body mass Indeks). <https://hellosehat.com/hidup-sehat/cara-menghitung-indeks-massa-tubuh-body-mass-indeks/>(diakses, 20 Agustus 2019).
9. Septiani, H., Budi, A., Karbito. 2017. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif Oleh Ibu Menyusui yang Bekerja sebagai Tenaga Kesehatan. *Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2 (2): 159-174
10. Rembet, S. R., Mayulu, N., Ratag, B. T. 2017. Hubungan Status Gizi Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif di Kota Manado. *E-journal Unsrat*, 6 (4): 1-13
11. Wilda, I., Sarlis, N., dan Mahera, R. 2018. Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Penurunan Berat Badan Ibu Menyusui. *Jurnal Endurance*, 3(3): 611 – 617.
12. Zahro, W., Pangestuti, D.R., Widajanti, L. 2016. Pola Pemberian Air Susu Ibu (ASI) dan Status Gizi Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kedung Mundu Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal) Undip*, 4 (3): 272-281

