

## Pengaruh Penyuluhan ASI Eksklusif pada Bayi Usia 0-6 Bulan Melalui Media Poster di Puskesmas Pengasinan Kota Depok

Salma Haya Amalia<sup>1</sup>, Firlia Ayu Arini<sup>\*1</sup>, Intania Sofianita<sup>1</sup>, Utami Wahyuningsih<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta

\*E-mail Korespondensi: 2110714035@mhs.upnj.ac.id

---

### Digital Object Identifier (DOI) Article :

<https://doi.org/10.33533/segara.v3i1.10978>

---

### Riwayat Artikel :

Diterima pada 27 Januari 2025

Revisi 1 pada 23 Maret 2025

Disetujui pada 23 Mei 2025

---

### Kata Kunci :

ASI Eksklusif,  
Media Poster,  
Penyuluhan,  
Pengetahuan Ibu,  
Bayi 0-6 Bulan

---

### Keywords :

*Exclusive Breastfeeding,  
Infant aged 0-6 months,  
Mothers' Knowledge,  
Nutrition Education*

---

### Abstrak

ASI adalah sumber nutrisi terbaik untuk bayi yang mengandung semua zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang sehat. Bayi usia 0-6 bulan merupakan masa penting dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan sehingga pertumbuhan dan perkembangannya dipengaruhi dari asupan gizi yang baik. ASI eksklusif merupakan asupan utama yang diberikan untuk bayi usia 0-6 bulan, ASI mengandung zat antibodi untuk kekebalan tubuh. Rendahnya pemberian ASI eksklusif pada bayi dapat memengaruhi status gizi bayi di masa yang akan datang. Sehingga, diperlukan pengetahuan bagi ibu berupa edukasi mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan. Tujuan dari kegiatan ini adalah menganalisis cakupan pemberian ASI Eksklusif dengan faktor penghambat pemberian ASI eksklusif dan meningkatkan pengetahuan ibu bayi dengan intervensi berupa penyuluhan terkait pentingnya ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Pengasinan Kota Depok. Edukasi dilakukan menggunakan poster kepada 30 ibu. Hasil yang didapatkan dari uji Wilcoxon Signed Rank Test adalah nilai Sig. 0,000 < 0,05. Kesimpulan dari uji yang dilakukan adalah terdapat pengaruh penyuluhan edukasi terhadap peningkatan pengetahuan ibu mengenai pemberian ASI eksklusif.

Kata kunci: ASI Eksklusif, Media Poster, Penyuluhan, Pengetahuan Ibu, Bayi 0-6 Bulan

---

### Abstract

*Breast milk is the best source of nutrition for babies, containing all the nutrients necessary for healthy growth and development. Babies aged 0-6 months are an important period in the First 1000 Days of Life so their growth and development are influenced by good nutritional intake. Exclusive breast milk is the main intake given to babies aged 0-6 months. Breast milk contains antibodies for the body's immunity. Low levels of exclusive breastfeeding for babies can affect the nutritional status of babies in the future. So, knowledge is needed for mothers in the form of education regarding the importance of exclusive breastfeeding for babies aged 0-6 months. The aim of this activity is to analyze the coverage of exclusive breastfeeding with factors inhibiting exclusive breastfeeding and increase the knowledge of mothers of babies with intervention in the form of education regarding the importance of exclusive breastfeeding for babies aged 0-6 months in the working area of Pengasinan Community Health Center UPTD, Depok City. Education was carried out using posters for 30 mothers. The results obtained from the Wilcoxon Signed Rank Test are the Sig value. 0.000 < 0.05. The conclusion from the tests carried out was that there was an effect of educational outreach on increasing mothers' knowledge regarding exclusive breastfeeding.*

## 1. PENDAHULUAN

Status gizi yang baik didapatkan jika tubuh mendapatkan zat-zat gizi yang cukup dan dapat digunakan secara efisien sehingga dapat memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan kesehatan secara optimal. Menurut World Health Organization (WHO), hingga pada tahun 2022, 149 juta anak di bawah usia 5 tahun diperkirakan mengalami stunting, 45 juta diperkirakan mengalami wasting, dan 37 juta mengalami kelebihan berat badan atau obesitas. Sekitar 44% bayi berusia 0–6 bulan disusui secara eksklusif dan hanya sedikit anak yang menerima makanan pendamping yang aman dan cukup gizi; di banyak negara, kurang dari seperempat bayi berusia 6–23 bulan memenuhi kriteria keragaman makanan dan frekuensi pemberian makan yang sesuai dengan usia mereka (World Health Organization (WHO), 2023). Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 di Indonesia melaporkan angka stunting sebesar 21,6% dengan balita yang mengalami gizi kurus sebesar 7,7% dan gizi gemuk sebesar 3,5% dan di Jawa Barat sebesar gizi kurus sebesar 14,2% dan gizi gemuk sebesar 3,8% (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Pemberian makanan pada bayi dan balita merupakan tahapan penting untuk meningkatkan kelangsungan hidup anak dan mendorong pertumbuhan dan perkembangan yang sehat (World Health Organization (WHO), 2023).

ASI merupakan makanan ideal untuk bayi, yang aman, bersih, dan mengandung antibodi sehingga membantu melindungi bayi

terhadap banyak penyakit pada masa kecilnya. ASI menyediakan semua zat gizi dan nutrisi yang dibutuhkan bayi pada bulan-bulan pertama kehidupannya (World Health Organization (WHO), 2023). Status gizi pada bayi dapat dipengaruhi oleh praktik pemberian makanan yang tepat pada bayi yaitu dengan memberikan ASI eksklusif. ASI mengandung semua zat gizi pembangun dan persediaan energi yang dibutuhkan bayi. ASI tidak menghambat kerja fungsi sistem pencernaan dan ginjal yang belum berfungsi baik pada bayi yang baru lahir (Amir et al., 2010)

Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, menunjukkan proporsi pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0 – 5 bulan di Indonesia yaitu sebesar 68,6% (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa hanya sebesar 68,6% ibu di Indonesia yang memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) persentase bayi dengan usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif pada tahun 2019 sebesar 66,69%, tahun 2020 sebesar 69,62%, dan tahun 2021 sebesar 71,58%. Sedangkan, bayi usia di bawah 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif pada tahun 2022 di Provinsi Jawa Barat sebesar 68,09% dan di Kota Depok sebesar 73,61% (Dinas Kesehatan Kota Depok, 2022).

ASI eksklusif, menurut WHO (World Health Organization), adalah pemberian air susu ibu (ASI) sebagai satu-satunya sumber nutrisi bagi bayi selama 6 bulan pertama kehidupannya, tanpa makanan atau minuman

lain, termasuk air putih, kecuali obat-obatan atau vitamin tetes. Pemberian ASI eksklusif ini penting untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi dan memberikan perlindungan terhadap berbagai penyakit (World Health Organization (WHO), 2023) . Terdapat beberapa faktor yang memengaruhi ibu dalam memberikan ASI pada bayinya, seperti pengetahuan dan sikap ibu mengenai ASI eksklusif, hingga dukungan keluarga dalam pelaksanaan praktik pemberian ASI eksklusif (Aulia Juniar et al., 2019; (Kementerian Kesehatan RI, 2018)

Dengan beberapa faktor tersebut, perlu adanya pemberian edukasi mengenai ASI eksklusif terutama pada ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan untuk meluruskan dan menyebarluaskan betapa pentingnya pemberian ASI eksklusif yang dimana akan berdampak kepada status gizi serta pertumbuhan dan perkembangan pada bayi.

## 2. METODE

Metode intervensi yang digunakan adalah penyuluhan berupa edukasi gizi mengenai pemberian ASI eksklusif bayi usia 0-6 bulan. Kegiatan intervensi ini dilaksanakan di Puskesmas Pengasinan Kota Depok dan Kelas balita di rumah warga sekitar wilayah kerja Puskesmas Pengasinan Kota Depok pada hari Sabtu, 2 September 2023. Sasaran pada kegiatan edukasi ini adalah ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan dengan jumlah 30 orang.

Kegiatan ini dirancang dengan melakukan analisis situasi sebagai tahap awal dan pembuatan instrumen berupa media edukasi dan

lembar Pre-Test dan Post-Test dengan jumlah sebanyak 10 soal yang digunakan sebagai feedback dari penyuluhan. Media edukasi yang digunakan berupa poster yang berisi tentang materi mengenai ASI eksklusif.

Setelah intervensi selesai dilaksanakan, selanjutnya dilakukan kegiatan monitoring dan evaluasi untuk melihat bagaimana hasil dan pengaruh kegiatan edukasi yang telah dilakukan dengan menguji peningkatan pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif dari hasil Pre-Test dan Post-Test yang diberikan dengan menggunakan analisis statistik yaitu uji Wilcoxon.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa jenis kelamin responden bayi yaitu 50% untuk laki-laki dan 50% perempuan dan sebagian besar usia bayi pada usia 0-2 bulan yaitu 50%. Pendidikan terakhir ibu sebagian besar tamatan SMA sebesar 50%. Tingkat pendidikan dan pengetahuan ibu merupakan faktor penting dalam mendukung keberhasilan ASI eksklusif pada bayi, dimana jika tingginya tingkat pendidikan seseorang maka akan semakin mudah dalam menerima informasi sehingga pengetahuan yang dimilikinya semakin banyak (Sihombing, 2018). Karakteristik Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Pengasinan Kota Depok dapat dilihat pada Tabel berikut ini.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di Wilayah Kerja Puskesmas

Variabel	Jumlah (n)	Percentase %
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-Laki	15	50
Perempuan	15	50
<b>Usia Bayi</b>		
0-2	15	50
3-4	10	33,3
5-6	5	16,6
<b>Pendidikan Ibu</b>		
Tamat SD	2	6,7
Tamat SMP	6	20
Tamat SMA	15	50
Diploma/Sarjana	7	23,3
<b>Status Pekerjaan Ibu</b>		
Bekerja	4	13,3
Tidak Bekerja	26	86,7
<b>Pemberian ASI Eksklusif</b>		
Ya	16	53,3
Tidak	14	46,6
<b>Inisiasi Menyusui Dini (IMD)</b>		
Ya	21	70
Tidak	9	30
<b>Pemberian Makanan Prelakteal</b>		
Ya	5	16,6
Tidak	25	83,3
<b>Pengetahuan Ibu</b>		
Baik	13	43,3
Kurang Baik	17	56,6
<b>Sikap Ibu</b>		
Positif	27	90
Negatif	3	10
<b>Dukungan Keluarga</b>		
Baik	25	83,3
Kurang Baik	5	16,6

Ibu dengan tingkat pengetahuan mengenai ASI eksklusif sebagian besar pada kategori kurang baik yaitu 56,5%. Tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang dapat memengaruhi perilakunya. Sehingga dengan adanya pengetahuan yang baik dapat menumbuhkan sikap, perbuatan atau tindakan yang positif. Pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang memberikan pengaruh positif terhadap keberhasilan ASI eksklusif. Jika ibu mengetahui dengan baik mengenai ASI eksklusif, maka akan lebih besar kemungkinan ibu dalam memberikan ASI eksklusif (Rahayu et al., 2019).

Berdasarkan tabel 1, diketahui ibu yang memiliki sikap positif dalam pemberian ASI eksklusif sebesar 90%. Ibu dengan sikap yang mendukung ASI lebih banyak akan memberikan ASI secara eksklusif dibanding dengan ibu yang memiliki sikap negatif/tidak mendukung dan hal ini akan memberikan dampak pada status gizi bayi (Rahayu et al., 2019). Responden ibu sebagian besar memiliki dukungan keluarga yang baik sebesar 83,3%. Dukungan keluarga dapat memberikan kepercayaan diri pada seseorang dalam membuat keputusan, begitupun ibu dalam memiliki keputusan dalam memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Semakin besar dukungan yang didapatkan ibu dalam pemberian ASI eksklusif, maka semakin besar kemampuan ibu untuk bertahan menyusui bayinya (Lindawati, 2019).

Hasil analisis Skor Pengetahuan saat Pre-Test dan Post-Test pada ibu bayi adalah sebagai berikut.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan saat Pre-Test dan Post-Test pada Kelompok Intervensi

<b>Kategori Pengetahuan</b>	<b>Kelompok Intervensi (n=30)</b>		
	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>Mean±SD</b>
<b>Sebelum</b>			
Kurang baik	10	50	62,66±20,833
Baik	20	50	
<b>Sesudah</b>			
Kurang baik	25	83,3	82,33±11,943
Baik	5	16,7	

Berdasarkan tabel diatas, hasil Pre-Test dan Post-Test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dengan kategori baik pada kelompok intervensi. Pengetahuan masuk ke dalam kategori baik apabila responden bisa mendapatkan nilai sebesar  $\geq 75\%$  dan kategori kurang baik apabila responden mendapatkan nilai  $<75\%$ . Sebanyak 15 ibu yang mengalami peningkatan nilai dalam menjawab Post-Test dibandingkan dengan Pre-Test. Hal itu menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan berupa pemberian materi ASI eksklusif untuk ibu dengan bayi usia 0-6 bulan berjalan dengan baik dan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu terhadap ASI eksklusif.

Tabel 3. Pengaruh Pemberian Edukasi terhadap Pengetahuan Ibu

<b>Skor Pengetahuan</b>	<b>Mean±SD</b>	<b>p value</b>
Sebelum	62,66±20,833	0,000
Sesudah	82,33±11,943	

Sebelum dilakukan uji statistik, data terlebih dahulu diuji kenormalannya menggunakan uji Shapiro-Wilk. Hasil uji kenormalan menunjukkan bahwa data berdistribusi tidak normal, sehingga uji statistik yang digunakan adalah uji Wilcoxon Signed Rank Test untuk melihat ada atau tidaknya perbedaan sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang ASI eksklusif dengan media poster. Berdasarkan tabel 3, hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan p value 0,000 ( $<0,05$ ) yang artinya edukasi dengan media poster berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan. Hasil ini sesuai dengan penelitian Mashita (2024) yang menemukan adanya peningkatan pengetahuan melalui pemberian penyuluhan menggunakan media poster (Mashita et al., 2024).

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan analisis situasi dengan target sasaran ibu bayi usia 0-6 bulan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Pengasinan Kota Depok menunjukkan sebanyak 16 dari 30 (53,3%) responden yang memberikan ASI eksklusif. Salah satu faktor rendahnya pemberian ASI eksklusif yaitu kurangnya pengetahuan ibu (43,3%) mengenai pentingnya ASI eksklusif untuk bayi usia 0-6 bulan. Pada kegiatan edukasi dengan media poster ini didapatkan hasil Pre-Test dan Post-Test. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test didapatkan nilai p value 0,000 ( $<0,05$ ) yang berarti bahwa terdapat pengaruh dari edukasi terhadap peningkatan pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih sebesar-sebesarnya kepada Ibu Dian, Dr. Firlia Ayu Arini, SKM, MKM selaku Dosen dan Supervisor, Ibu Anita Yuningsih, S.Gz selaku Community Instructor serta seluruh karyawan UPTD Puskesmas Pengasinan Kota Depok yang telah membantu dalam menyukseskan Praktik Keja Lapangan penulis.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amir, Y., Hasneli, Y., & Erika, E. (2010). Hubungan Pemberian ASI Eksklusif Terhadap Tumbuh Kembang Bayi. *Jurnal Ners Indonesia*, 1(1), 90–98.
- D. A. Juniar, d. R. Pangestuti, & m,. Z. Rahfiludin, “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Bayi Usia 0-6 Bulan (Studi Kasus di Wilayah Kerja Puskesmas Gebang, Kecamatan Gebang, Kabupaten Purworejo),” *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 7, no. 1, pp. 289 - 296, Jan. 2019. <https://doi.org/10.14710/jkm.v7i1.22973>
- Dinas Kesehatan Kota Depok. (2022). Profil kesehatan Kota Depok tahun 2022.
- Masitha Arsyati, A., Fatimah, R., Wahyuningtyas, P., Madjid, S., & Sukriah, S. (2024). Edukasi Ibu Melalui Pemanfaatan Media Poster: Kampanye Vitamin A Untuk Anak di Posyandu. *Jurnal Cahaya Mandalika ISSN 2721-4796 (online)*, 4(1), 919-926. <https://doi.org/10.36312/jcm.v4i1.3308>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Jakarta: Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan.
- Lindawati, R. (2019). Hubungan Pengetahuan, Pendidikan dan Dukungan Keluarga dengan Pemberian ASI Eksklusif. *Faletehan Health Journal*, 6, 30–36. <https://doi.org/10.33746/fhj.v6i1.25>
- Rahayu, S., Djuhaeni, H., Nugraha, G. I., & Mulyo, G. E. (2019). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Perilaku dan Karakteristik Ibu Tentang ASI Eksklusif Terhadap Status Gizi Bayi. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 4(1), 28-33. <https://doi.org/10.30867/action.v4i1.149>
- Sihombing, S. (2018). Hubungan Pekerjaan dan Pendidikan Ibu dengan Pemberian ASI Ekslusif di Wilayah Kerja Puskesmas Hinai Kiri Tahun 2017. *Jurnal Bidan*, 4(1), 234018, 40-45
- World Health Organization (WHO). (2023). Infant and Young Child Feeding. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>