

GAMBARAN STATUS GIZI IBU MENYUSUI DI KLINIK BPM KATARINA SIMANJUNTAK SEI MENCIRIM

Lili Fitriati Rahmah^{1*}, Deslan Margaret Malau²

¹Program Studi Sarjana Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan

²Program Studi Diploma 3 Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan

lilifitriatirahmah90@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Air Susu Ibu (ASI) adalah sumber nutrisi yang paling terbaik bagi bayi karena di dalam ASI mengandung semua nutrisi yang dibutuhkan bayi selama enam bulan pertama kehidupan. Pemberian nutrisi yang tepat pada bayi dapat menambah peluang bayi untuk bertahan hidup, mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi pada periode kritis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran status gizi ibu menyusui. **Metode:** Penelitian ini bersifat deskriptif dengan desain *crass sectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 40 orang ibu menyusui dimana populasi dijadikan sampel dengan teknik total sampling. Penelitian ini dilakukan di Klinik BPM Katarina Simanjuntak pada bulan Juni 2022. Selanjutnya sampel diolah secara manual lalu disajikan dalam bentuk tabel disertai penjelasan. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan berdasarkan pendidikan terakhir sebagian besar SMA sebanyak 26 orang (65,0%), pada tingkat pekerjaan sebagian besar IRT sebanyak 25 orang (62,5%), pada tingkat ekonomi keluarga sebagian besar <UMR sebanyak 25 orang (62,5%), sebagian besar IMT ibu normal yaitu 29 responden (72,5%), dan LILA ibu (100%) normal. **Kesimpulan:** kesimpulan dari penelitian ini bahwa ibu menyusui sebagian besar berumur 20-29 tahun, Pendidikan terakhir mayoritas SMA, pekerjaan IRT, pendapatan mayoritas <UMR, dan sebagian besar ibu menyusui didapatkan hasil IMT dan LILA dalam batas normal, sehingga status gizi ibu menyusui termasuk kategori baik.

Kata kunci: Indeks Masa Tubuh, Lingkar Lengan Atas, Status Gizi

Background: Breast milk is the best source of nutrition for infants because it contains all the nutrients that infants need during the first six months of life. Providing proper nutrition to infants can increase the baby's chances of survival, optimize the growth and development of infants in critical periods. This study aims to determine the nutritional status of breastfeeding mothers. **Methods:** This research is descriptive with a cross sectional design. The population in this study was 40 breastfeeding mothers where the population was sampled with total sampling technique. This research was conducted at the BPM Katarina Simanjuntak Clinic in June 2022. Furthermore, the samples were processed manually and then presented in tabular form with explanations. **Results:** The results showed that based on the latest education, most of the high school students were 26 people (65.0%), at the level of work most of the housewives were 25 people (62.5%), at the family economic level most of them were <UMR as many as 25 people (62.5%), most of the mother's BMI was normal, namely 29 respondents (72.5%), and the mother's LILA (100%) was normal. **Conclusion:** the conclusion of this study is that most breastfeeding mothers are 20-29 years old, the majority of the last education is high school, the work of housewives, the majority of income <UMR, and most of the breastfeeding mothers obtained BMI and LILA results within normal limits, so that the nutritional status of breastfeeding mothers is in the good category.

Keywords: Body Mass Index, Upper Arm Circumference, Nutritional Status

*corresponding author: Lili Fitriati Rahmah (lilifitriatirahmah90@gmail.com)

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) mendukung target global untuk meningkatkan gizi ibu, bayi dan anak. Target tahun 2025 pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif mencapai angka 50% (Aga & Alifariki, 2019). *Global Breastfeeding Collective* di bawah WHO dan UNICEF memberikan target minimal 70% pemberian ASI eksklusif pada tahun 2030 (Putri et al., 2022). ASI eksklusif dengan bayi kurang dari 6 bulan di tingkat dunia selama periode 2014-2020 mencapai 44% dimana Asia Tenggara memiliki nilai persentase hampir sama dengan persentase dunia yaitu 45%, artinya keberhasilan ASI eksklusif masih di bawah 50% dari populasi (Waluyanti, 2022).

Kebutuhan gizi merupakan kebutuhan yang sangat penting dalam membantu proses pertumbuhan dan perkembangan pada bayi dan anak. Salah satu masalah kesehatan dan sosial yang dihadapi Indonesia adalah rendahnya status gizi masyarakat. Status gizi seseorang dapat dilihat dari berbagai masalah gizi, seperti kurang gizi, anemia, kekurangan yodium dan vitamin. Keseimbangan antara zat gizi yang masuk dan zat gizi yang dibutuhkan untuk kesehatan yang optimal sangatlah penting, termasuk bagi seorang ibu yang dalam masa menyusui. Masa menyusui adalah masa yang sangat penting dan berharga bagi seorang ibu dan tumbuh

kembang bayi. Status Gizi ibu menyusui mencerminkan kondisi gizi dan kesehatan ibu pada saat masa menyusui dapat diukur dengan indikator Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Lingkar Lengan Atas (LILA) (Nadimin & Zakaria, 2010).

Menurut data dari Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa cakupan bayi mendapat ASI Eksklusif Tahun 2020 yaitu sebesar 66,06%. (Kementerian Kesehatan, 2021). Berdasarkan Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun (2019) Kabupaten/ Kota yang tertinggi tentang cakupan ASI Eksklusifnya adalah Nias Utara (84,28%), sedangkan terendah adalah Nias Barat (11,96%).

Masalah gizi pada masyarakat menjadi problem dalam kesehatan masyarakat yang harus mendapat tindakan menggunakan metode medis dan pelayanan kesehatan. Dalam mengatasi problem tersebut membutuhkan pengetahuan serta keterampilan yang cukup bagi tenaga medis yang menangani masalah tersebut. Dalam penanganan tersebut membutuhkan kerjasama dengan masyarakat dalam meningkatkan gizi setiap anggota masyarakat. banyak hal yang membuat ibu tidak menyusui salah satunya karena ASI tidak keluar atau penyebab yang lain.

Beberapa faktor yang menyebabkan kurangnya produksi ASI yaitu nutrisi ibu, ketegangan jiwa dan pikiran, penggunaan

alat kontrasepsi, perawatan payudara, anatomi payudara, faktor istirahat, faktor hisapan anak, dan faktor obat-obatan. Dari faktor-faktor tersebut nutrisi mengambil peranan besar dalam produksi air susu ibu (Ambarwati & Wulandari, 2010).

Menurut Nilakesuma et al. (2015), Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi terpenting yang diperoleh ketika pertama kali saat bayi lahir karena mengandung nilai gizi yang sangat tinggi dimana sifat ASI yang mudah diserap oleh tubuh bayi sehingga membantu pertumbuhan dan perkembangan serta memberikan zat kekebalan tubuh yang akan melindungi dari berbagai jenis penyakit yang dapat menghambat pertumbuhan bayi. Selain hal tersebut, bayi akan mendapatkan manfaat dari kolostrum yang dapat membantu mematangkan organ usus bayi.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti bertujuan untuk mengetahui gambaran status gizi ibu menyusui di Klinik BPM Katarina Simanjuntak Tahun 2022.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif. Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 40 orang ibu menyusui dimana populasi dijadikan sampel dengan teknik total sampling. Penelitian ini dilakukan di Klinik BPM Katarina Simanjuntak. Penelitian ini dilakukan dari tanggal 4 sampai 8 Juni 2022. Sebelum mengambil

data penelitian, peneliti akan melakukan pendekatan kepada calon responden, kemudian menjelaskan tujuan dan prosedur penelitian untuk meminta kesediaan/persetujuan responden untuk mengikuti proses penelitian. Setelah responden mengerti dan menyetujui, responden kemudian diberikan lembar *informed consent* untuk ditanda tangan sebagai bukti kesediaannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Karakteristik Responden di Klinik BPM Katarina Tahun 2022

Variabel	Frekuensi (f)	Persen (%)
Umur		
<20 Tahun	1	2.5
20-30 Tahun	28	70.0
>30 Tahun	11	27.5
Total	40	100
Pendidikan		
SD	7	17.5
SMP	4	10.0
SMA	26	65.0
Perguruan Tinggi	3	7.5
Total	40	100
Pekerjaan		
IRT	25	62.5
Petani	7	17.5
Buruh	2	5.0
Wiraswasta	4	10.0
PNS	2	5.0
Total	40	100
Pendapatan		
<2.522.609,94	25	62.5
≥2.522.609,94	15	37.5
Total	40	100

Pada tabel 1 mayoritas responden berumur 20-29 tahun sebanyak 28 responden (70.0%) dan minoritas umur <30 tahun sebanyak 11 responden (27,5%). Menurut penelitian Kusumayanti & Nindya (2017), usia merupakan faktor predisposisi yang

mendorong individu untuk berperilaku. Produksi ASI ibu yang berusia 19–23 tahun lebih baik dibandingkan dengan berusia lebih tua. Primipara yang lebih dari 35 tahun cenderung tidak menghasilkan jumlah ASI yang cukup. Ibu yang menerima/ memahami informasi dengan baik dan mempraktikannya maka akan berperilaku baik dan berpeluang dalam memberikan ASI eksklusif. Usia berhubungan dengan kondisi kematangan emosional seseorang dalam berpikir dan berperilaku, sehingga ibu dengan umur >25 tahun dan <35 tahun berpeluang memberi ASI Eksklusif.

Berdasarkan Pendidikan terakhir responden mayoritas SMA Sebanyak 26 responden (65,0%), dan minoritas Perguruan Tinggi sebanyak 3 responden (7,5%). Menurut penelitian Safitria & Mulyaningsih (2023), Pendidikan merupakan salah satu wadah bagi seseorang dalam memperoleh pengetahuan, sedangkan pengetahuan itu hal utama pembentuk tindakan seseorang. Pendidikan tersebut merupakan dasar dalam menentukan respon terhadap rangsangan yang datang dalam kehidupan baik itu rangsangan yang bersifat positif maupun negatif, sehingga akan mengarah ke perilaku, termasuk perilaku kesehatan. Penelitian Yaneli et al. (2021), sejalan dengan penelitian ini tingkat pendidikan yang rendah juga memiliki risiko kurang dalam mengkosumsi gizi karena pemikiran yang kurang dalam pemenuhan status gizi,

walaupun pada penelitian tidak signifikan secara uji statistik. Selanjutnya menurut penelitian Ampu (2021), dalam penelitian tersebut menunjukkan semakin tinggi tingkat pendidikan maka akan mempengaruhi pola pikir ibu pada saat mendapatkan informasi, namun dalam tingkat pendidikan yang tinggi sehingga tidak terjadi kurangnya pemenuhan gizi. Pemikiran juga perlu dikembangkan pada perilaku atau perbuatan yang baik. Namun ketika tidak diwujudkan pada perbuatan akan sia-sia.

Berdasarkan pekerjaan responden mayoritas sebagai IRT sebanyak 25 responden (62,5%), dan minoritas buruh dan PNS masing-masing 2 responden (5,0%). Handayani & Sari (2019) menyatakan bahwa tidak ada hubungan pekerjaan dengan status gizi ibu menyusui, dalam penelitian sebelumnya bekerja tidak bekerja tidak memengaruhi pemenuhan gizi karena berbagai pekerjaan belum tentu mengganggu pemenuhan gizi. Ibu yang bekerja di rumah atau tidak bekerja memiliki kemungkinan besar dapat memenuhi status gizinya. Namun masih banyaknya ibu yang kurang dalam pemenuhan status gizi karena mengira pekerjaan menjadi penyebab pada gangguan status gizi.

Menurut Mamonto et al. (2020) di dalam penelitian Safitri (2022), saat ini sebagian besar penduduk Indonesia bisa dikatakan tidak sakit namun di waktu yang sama juga dikatakan tidak sehat, dan umumnya dapat

disebut dengan kekurangan gizi. Dampak terhadap tingginya kematian pada bayi dan balita dan rendahnya umur harapan hidup yang disebabkan keadaan kurang gizi yang sering terlupakan dari pengamatan masyarakat. Pendapatan seseorang di dalam keluarga ataupun masyarakat yang dihitung perbulan adalah definisi status ekonomi. Status ekonomi juga dapat ditentukan dengan pemenuhan kebutuhan pokok di dalam keluarga.

Berdasarkan tabel 1, pendapatan responden mayoritas kurang dari <2.522.609,94 sebanyak 25 responden (62,5%) dan >2.522.609,94 sebanyak 15 responden (37,5%). Hidayatunnikmah (2019), menganggap bahwa ekonomi yang paling penting dalam pemenuhan komponen makronutrien, sehingga ekonomi juga memengaruhi keluaran dalam hal pengonsumsian. Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian Sulistyowati & Sari (2017), dimana tingkat ekonomi yang tinggi dapat memenuhi asupan gizi dengan baik, namun ketika ibu yang mempunyai tingkat ekonomi yang rendah akan sulit dalam memenuhi asupan gizi yang cukup.

Tabel 2. Status Gizi Ibu Menyusui berdasarkan IMT di Klinik BPM Katarina Tahun 2022

IMT	Frekuensi	Persen (%)
Kurus tingkat berat	0	0
Kurus tingkat ringan	1	2.5
Normal	29	72.5
Gemuk tingkat ringan	2	5.0
Gemuk tingkat berat	8	20.0
Total	40	100

Pada tabel 2 didapatkan IMT ibu normal sebanyak 29 responden (72,5%), dan ibu gemuk tingkat berat sebanyak 8 responden (20,0%). Penelitian Imaroh et al. (2024) menyatakan bahwa indeks massa tubuh ibu menyusui adalah cara sederhana memantau status gizi ibu menyusui, khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan bagi ibu menyusui. Jika ibu menyusui memiliki IMT yang normal maka status gizi ibu juga baik, jika ibu menyusui memenuhi kebutuhan gizi dengan baik dapat menghasilkan jumlah produksi ASI yang cukup sehingga akan menunjang keberhasilan ASI Eksklusif.

Pada tabel 3 berdasarkan LILA mayoritas ibu yang memiliki LILA normal sebanyak 40 responden (100%). LILA adalah ukuran lingkaran atas responden yang diukur dengan pita ukur dari Depkes dengan kriteria Tidak berisiko KEK bila > 23,5 cm dan berisiko KEK bila < 23,5 cm.

Tabel 3. LILA Ibu Menyusui di Klinik BPM Katarina Tahun 2022

LILA	Frekuensi	Persen (%)
Normal	40	100.0
Risiko KEK	0	0
Total	40	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua responden penelitian yaitu ibu menyusui memiliki ukuran LILA normal atau dengan kata lain ibu memiliki status gizi yang baik. Kondisi ibu yang mempunyai status gizi kurang akan berisiko kurangnya keefektifitasan menyusui sebesar

2,24-2,34 kali di banding pada ibu status gizi normal (Rahayu et al., 2017).

KESIMPULAN

Berdasarkan karakteristik ibu menyusui disimpulkan bahwa ibu menyusui mayoritas dalam masa usia subur dimana pendidikan terakhir sebagian besar SMA, sedangkan pekerjaan lebih banyak sebagai IRT, dan sebagian besar pendapatan kurang dari UMR sedangkan status gizi ibu menyusui berdasarkan IMT dan LILA berada dalam batas normal.

Penelitian ini masih bergantung dengan data sekunder yang memiliki banyak batasan, sehingga diharapkan penelitian berikutnya, ada baiknya dilakukan penelitian secara langsung untuk mengetahui faktor-faktor lain penentu status gizi (TB/U) yang belum sempat diteliti oleh peneliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Aga, E. L., & Alifariki, L. O. (2019). Cakupan dan Determinan Pemberian Asi Eksklusif di Pemukiman Kumuh Dalam Perkotaan Di Kecamatan Tallo Kota Makassar. *Majalah Kesehatan*, 6(1), Article 1. <https://doi.org/10.21776/ub.majalahkesehatan.006.01.5>
- Ambarwati, E. R., & Wulandari, D. (2010). Asuhan Kebidanan Nifas. *Nuha Medika*.
- Ampu, M. N. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi di Puskesmas Neomuti Tahun 2018. *Jurnal Ekonomi, Sosial & Humaniora*, 2(12).
- Handayani, T. Y., & Sari, D. P. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Imenyusui Dalam Pemberian Asi Eksklusif. *Jakiyah : Jurnal Ilmiah Umum Dan Kesehatan Aisyiyah*, 4(1). <https://doi.org/10.35721/jakiyah.v4i1.87>
- Hidayatunnikmah, N. (2019). Pendapatan Ekonomi Ibu Menyusui Berpengaruh Terhadap Kualitas Komponen Makronutrien ASI. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 4(2), 1–7. <https://doi.org/10.24929/jik.v4i2.796>
- Imaroh, U., Sary, Y. N. E., & Widayati, A. (2024). Hubungan Indeks Massa Tubuh Ibu Menyusui Dengan Status Gizi Bayi Usia 0-11 Bulan di Desa Kaliwining Puskesmas Rambipuji Jember. *Jurnal Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health)*, 15(1). <https://doi.org/10.52299/jks.v15i1.178>
- Kementerian Kesehatan, R.I. (2021). Situasi dan Analisis ASI Eksklusif. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kusumayanti, N., & Nindya, T. S. (2017). Hubungan Dukungan Suami dengan Pemberian ASI Eksklusif di Daerah Perdesaan. *Media Gizi Indonesia*, 12(2). <https://doi.org/10.20473/mgi.v12i2.98-106>
- Mamonto, A. P., Tumiwa, F. F., & Novitasari, D. (2020). Hubungan Status

- Ekonomi dan Pekerjaan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 6-12 Bulan di Kelurahan Kotobangon. *Graha Medika Nursing Journal*, 3(1), 18–26.
- Nadimin, B. A., & Zakaria, A. (2010). Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi ibu menyusui wilayah kerja puskesmas moncobalang Kabupaten Gowa. *Media Gizi Pangan*, 9(1), 52–57.
- Nilakesuma, A., Jurnalis, Y. D., & Rusjdi, S. R. (2015). Hubungan Status Gizi Bayi dengan Pemberian ASI Eksklusif, Tingkat Pendidikan Ibu dan Status Ekonomi Keluarga di Wilayah Kerja Puskesmas Padang Pasir. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(1). <https://doi.org/10.25077/jka.v4i1.184>
- Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara 2019
- Putri, R. A., Satria, B., & Asniar, A. (2022). Penyuluhan Kesehatan Pada Ibu Hamil tentang Pengetahuan ASI Eksklusif. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 1(3). <https://jim.usk.ac.id/FKep/article/view/23369>
- Rahayu, P., Hastuti, P., & Rosidah, A. (2017). Hubungan Pemenuhan Nutrisi dan Tingkat Kecemasan Masa Nifas Dengan Pengeluaran Asi Ibu di Desa Sumber Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang. *Jurnal Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health)*, 8(1). <https://doi.org/10.52299/jks.v8i1.32>
- Safitri, E. (2022). Faktor Faktor Yang Memengaruhi Status Gizi Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kaloran [Undergraduate, Universitas Islam Sultan Agung Semarang]. <https://repository.unissula.ac.id/26602/>
- Safitria, H., & Mulyaningsih, M. (2023). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Pemberian MPASI Pada Bayi Usia 6-12 Bulan. *Jurnal Keperawatan Duta Medika*, 3(1), Article 1. <https://doi.org/10.47701/dutamedika.v3i1.2577>
- Sulistiyowati, D. W. W., & Sari, I. R. T. (2017). Pengaruh Status Sosial Ekonomi dan Tingkat Pendidikan Terhadap Pemberian Prolactal Feeding. *2-Trik: Tunas-Tunas Riset Kesehatan*, 7(4), Article 4.
- Waluyanti. (2022). Melangkah Bersama: FIK UI Edukasi dan Dukung Ibu Sukses Menyusui. *Fakultas Ilmu Keperawatan*. <https://nursing.ui.ac.id/melangkah-bersama-fik-ui-mengedukasi-dan-mendukung-ibu-sukses-menyusui/>
- Yaneli, N., Fikawati, S., Syafiq, A., & Gemily, S. C. (2021). Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Energi Ibu Menyusui di Kecamatan Cipayung, Kota Depok, Indonesia. *Amerta Nutrition*, 5(1), Article 1. <https://doi.org/10.20473/amnt.v5i1.2021.84-90>

