

GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG AIR SUSU IBU EKSKLUSIF DI UNIT PELAKSANA TEKNIS DAERAH PUSKESMAS KERAMBITAN I

Ni Made Ary Indah Pranayani^{1*}, Ni Nyoman Budiani², Ni Made Dwi Purnamayanti³

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Denpasar^{1,2,3}

*Corresponding Author : nimadearyindah.p@gmail.com

ABSTRAK

Promosi ASI eksklusif merupakan salah satu intervensi gizi spesifik penanganan stunting. Cakupan ASI eksklusif di UPTD Puskesmas Kerambitan I pada Februari 2024 hanya mencapai 61,54%, masih di bawah target nasional sebesar 80%. Salah satu penyebab rendahnya cakupan tersebut adalah kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang ASI eksklusif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai ASI eksklusif. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian adalah ibu hamil yang tinggal di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kerambitan I, dengan jumlah sampel sebanyak 69 orang yang dipilih melalui teknik total sampling. Variabel penelitian adalah pengetahuan ibu hamil tentang ASI eksklusif. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang telah divalidasi dan dianalisis secara univariat dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 78,3% responden memiliki pengetahuan baik tentang definisi ASI eksklusif, 75,4% tentang komposisi ASI, 62,3% tentang manfaatnya, 68,1% tentang teknik menyusui yang benar, 62,3% tentang ASI perah, dan 76,8% mengenali tanda bayi cukup ASI. Secara keseluruhan, 82,6% ibu hamil memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai ASI eksklusif. Kesimpulan: Sebagian besar ibu hamil di UPTD Puskesmas Kerambitan I memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang ASI eksklusif. Diperlukan edukasi yang berkelanjutan oleh tenaga kesehatan melalui kunjungan ANC, kelas ibu hamil, dan kegiatan penyuluhan masyarakat guna meningkatkan praktik menyusui dan mencapai target nasional.

Kata kunci : air susu ibu eksklusif, ibu hamil, pelayanan kesehatan primer pengetahuan, promosi kesehatan

ABSTRACT

Exclusive breastfeeding promotion is one of the specific nutritional interventions for handling stunting. The coverage of exclusive breastfeeding at UPTD Puskesmas Kerambitan I in February 2024 was only 61.54%, below the national target of 80%. One of the causes of low coverage is pregnant women's lack of knowledge about exclusive breastfeeding. This study aims to describe the level of knowledge among pregnant women regarding exclusive breastfeeding. This descriptive study employed a cross-sectional design. The population was pregnant women residing in the working area of UPTD Puskesmas Kerambitan I. A total of 69 respondents were selected using total sampling. The research variable was pregnant women's knowledge of exclusive breastfeeding. Data were collected using a validated questionnaire and analyzed using univariate analysis in the form of frequency distribution tables. The results showed that 78.3% of respondents had good knowledge of the definition of exclusive breastfeeding, 75.4% about breast milk composition, 62.3% about its benefits, 68.1% about proper breastfeeding techniques, 62.3% about expressed breast milk, and 76.8% recognized signs of adequate breastfeeding. Overall, 82.6% of pregnant women had a good level of knowledge about exclusive breastfeeding. Most pregnant women in UPTD Puskesmas Kerambitan I have a good level of knowledge about exclusive breastfeeding. Continued education by health workers through ANC visits, prenatal classes, and community outreach is essential to improve breastfeeding practices and meet the national target.

Keywords : exclusive breastfeeding, health promotion, knowledge, pregnant women, primary health care

PENDAHULUAN

Salah satu strategi intervensi gizi spesifik yang efektif dalam pencegahan stunting adalah pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif (*Human Development Worker*, 2018). Data *World Health Organization* (2023) menunjukkan bahwa cakupan ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2022 sebesar 67,96%, mengalami penurunan dari tahun sebelumnya. Di Provinsi Bali, cakupan ASI eksklusif pada tahun 2022 tercatat sebesar 66,52% dan meningkat menjadi 69,01% pada tahun 2023 (Badan Pusat Statistik, 2024). Sementara itu, di Kabupaten Tabanan capaian ASI eksklusif mencapai 73%, dan secara khusus di UPTD Puskesmas Kerambitan I sebesar 82,4% pada tahun 2023. Namun pada Februari 2024, capaian tersebut menurun drastis menjadi 61,54%, masih berada di bawah target nasional sebesar 80% sebagaimana ditetapkan dalam Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting (Makripudin, 2021).

Faktor pengetahuan ibu hamil menjadi salah satu determinan penting keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Pengetahuan yang kurang tentang manfaat, cara menyusui yang benar, dan pentingnya ASI dapat memengaruhi keputusan ibu untuk tidak memberikan ASI eksklusif (Pakpahan et al., 2021). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pekerjaan ibu, kualitas layanan antenatal care (ANC), serta pengalaman menyusui sebelumnya juga berpengaruh terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Novianita et al., 2022; Asih, 2022). Selain itu, informasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan memiliki peran penting dalam meningkatkan kesiapan ibu sejak masa kehamilan (Fitriani & Ayesha, 2022). Salah satu faktor psikologis yang berpengaruh dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif adalah *self-efficacy* atau keyakinan ibu terhadap kemampuannya untuk menyusui. Teori *self-efficacy* yang dikemukakan oleh Bandura (1977) menjelaskan bahwa individu yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuannya cenderung lebih konsisten dan bertahan dalam menghadapi tantangan. Dalam konteks menyusui, ibu yang memiliki *self-efficacy* tinggi akan lebih percaya diri dalam menghadapi kesulitan seperti nyeri puting, keterbatasan waktu, maupun tekanan sosial, sehingga lebih besar kemungkinannya untuk memberikan ASI secara eksklusif (Dennis, 1999).

Selain *self-efficacy*, persepsi ibu mengenai manfaat dan ancaman yang berkaitan dengan praktik menyusui juga berperan penting. Mengacu pada *Health Belief Model* (Rosenstock, 1974), keputusan individu untuk menerapkan perilaku kesehatan—termasuk pemberian ASI eksklusif—dipengaruhi oleh persepsi terhadap risiko (seperti stunting atau infeksi) dan persepsi manfaat (seperti peningkatan daya tahan tubuh anak). Jika ibu memiliki pemahaman yang baik tentang bahaya tidak memberikan ASI serta manfaat jangka panjang dari ASI eksklusif, maka motivasi mereka untuk menyusui secara konsisten cenderung lebih tinggi. Hal ini menekankan pentingnya edukasi yang komprehensif dan tepat sasaran selama masa kehamilan. Dukungan sosial juga menjadi determinan penting dalam praktik menyusui. Teori *Social Cognitive* dari Bandura (1986) menekankan bahwa pengaruh sosial, seperti peran model atau teladan dari lingkungan sekitar, dapat mendorong perilaku yang positif. Ibu hamil yang melihat keberhasilan ibu lain dalam menyusui secara eksklusif, terutama dalam kelompok sebaya, cenderung lebih termotivasi dan percaya diri untuk melakukan hal serupa. Oleh karena itu, pembentukan komunitas ibu menyusui, peer support group, atau kelas ibu hamil dengan pendekatan berbagi pengalaman menjadi strategi efektif dalam meningkatkan cakupan ASI eksklusif.

Faktor lingkungan yang lebih luas juga tidak dapat diabaikan. Berdasarkan *Ecological Systems Theory* dari Bronfenbrenner (1979), perilaku kesehatan seperti menyusui dipengaruhi oleh lingkungan mikro (keluarga), meso (komunitas dan fasilitas kesehatan), hingga makro (kebijakan nasional). Misalnya, keberadaan fasilitas menyusui di tempat kerja, dukungan pasangan dan keluarga, serta kebijakan pemerintah yang mendukung praktik ASI eksklusif

seperti cuti melahirkan dan pelayanan laktasi, dapat menciptakan ekosistem yang kondusif bagi ibu untuk menyusui secara optimal. Oleh karena itu, upaya peningkatan cakupan ASI eksklusif harus melibatkan pendekatan multisektor.

Melihat kompleksitas faktor yang memengaruhi pemberian ASI eksklusif, mulai dari aspek individu hingga kebijakan makro, maka perlu adanya strategi intervensi yang menyeluruh dan berbasis data lokal. Penurunan capaian ASI eksklusif di wilayah UPTD Puskesmas Kerambitan I menunjukkan perlunya evaluasi menyeluruh terhadap determinan yang berperan dalam keputusan ibu untuk menyusui. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan ibu hamil, *self-efficacy*, persepsi manfaat dan risiko, dukungan sosial, serta faktor lingkungan terhadap praktik pemberian ASI eksklusif di wilayah tersebut. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan rekomendasi kebijakan yang lebih efektif dalam upaya percepatan penurunan stunting melalui peningkatan cakupan ASI eksklusif.

Studi pendahuluan yang dilakukan di UPTD Puskesmas Kerambitan I terhadap 10 orang ibu hamil menunjukkan bahwa sebagian besar dari mereka belum memahami secara utuh definisi dan manfaat ASI eksklusif. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil mengenai ASI eksklusif di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kerambitan I, Kabupaten Tabanan.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan cross-sectional yang bertujuan untuk menggambarkan tingkat pengetahuan ibu hamil tentang ASI eksklusif. Penelitian dilaksanakan di UPTD Puskesmas Kerambitan I, Kabupaten Tabanan, pada bulan Oktober hingga November 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang berada di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kerambitan I. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 69 responden, ditentukan dengan teknik total sampling karena jumlah populasi yang relatif kecil dan memenuhi kriteria inklusi, yaitu ibu hamil dengan usia kehamilan ≥ 13 minggu dan bersedia menjadi responden. Variabel dalam penelitian ini adalah pengetahuan ibu hamil tentang ASI eksklusif, yang meliputi definisi, komposisi, manfaat, cara menyusui yang benar, pemberian ASI perah, tanda bayi cukup ASI, dan cara memperbanyak produksi ASI. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner tertutup yang telah melalui uji validitas dengan teknik Pearson Product Moment dan uji reliabilitas menggunakan Cronbach Alpha. Data yang diperoleh dianalisis secara univariat dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi untuk menggambarkan karakteristik dan tingkat pengetahuan responden.

Penelitian ini telah memperoleh sertifikat etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Denpasar dengan nomor surat laik etik: DP.04.02/F.XXXII/0881/2024, yang diterbitkan pada tanggal 11 Oktober 2024. Alur penelitian ini diawali dengan identifikasi masalah, yaitu rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kerambitan I yang diduga berkaitan dengan rendahnya pengetahuan ibu hamil. Untuk memperkuat dugaan tersebut, peneliti melakukan survei pendahuluan melalui wawancara terhadap 10 orang ibu hamil, yang menunjukkan bahwa sebagian besar dari mereka belum memahami definisi dan manfaat ASI eksklusif. Setelah itu, peneliti menetapkan populasi dan sampel, yaitu seluruh ibu hamil dengan usia kehamilan ≥ 13 minggu yang berada di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kerambitan I, dengan jumlah sampel sebanyak 69 orang menggunakan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang telah melalui proses validasi dan reliabilitas, yang dibagikan saat kunjungan ke Puskesmas, posyandu, maupun kunjungan rumah. Data yang diperoleh kemudian diolah melalui tahapan editing, coding, processing, dan tabulating, lalu dianalisis secara univariat menggunakan tabel distribusi frekuensi. Selanjutnya, hasil penelitian disusun

dalam bentuk laporan skripsi dan disajikan secara naratif serta dalam bentuk tabel, hingga akhirnya peneliti menarik kesimpulan berdasarkan hasil analisis mengenai tingkat pengetahuan ibu hamil terhadap pemberian ASI eksklusif.

HASIL

Karakteristik Responden

Responden yang ikut serta dalam penelitian ini adalah ibu hamil dengan usia kehamilan yang sudah memasuki trimester II dan trimester III dan tinggal di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kerambitan I. Jumlah responden sebanyak 69 orang. Karakteristik responden berupa usia, pendidikan, pekerjaan dan pengalaman menyusui dalam penelitian ini disajikan dalam bentuk tabel.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
< 20 tahun	2	2,9
20-35 tahun	61	88,4
> 35 tahun	6	8,7
Pendidikan		
SD	2	2,9
SMP	5	7,3
SMA	33	47,8
Perguruan Tinggi	29	42
Pekerjaan		
Bekerja	33	47,8
Tidak bekerja	36	52,2
Pengalaman menyusui		
Belum pernah menyusui	22	31,9
Sudah pernah menyusui	47	68,1

Hasil analisis karakteristik pada tabel 1, didapatkan bahwa sebagian besar responden berada di rentang usia 20-35 tahun yaitu sebesar 88,4%. Pendidikan terakhir responden sebagian besar berada di Tingkat SMA yaitu sebesar 47,8%. Responden penelitian lebih banyak yang bekerja yaitu sebesar 47,8% dan lebih banyak responden yang sudah mempunyai pengalaman menyusui sebelumnya yaitu sebesar 68,1%.

Hasil Pengamatan terhadap Responden

Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang ASI Eksklusif

Pengetahuan ibu hamil tentang ASI eksklusif yang menjadi responden dalam penelitian ini sebanyak 69 orang disajikan pada tabel 2.

Berdasarkan tabel 2, sebagian besar responden penelitian memiliki pengetahuan yang baik tentang ASI eksklusif yaitu sebanyak 57 orang (82,6%). Responden yang memiliki pengetahuan cukup tentang ASI eksklusif sebanyak 11 orang (15,9%). Responden yang memiliki pengetahuan kurang tentang ASI eksklusif hanya 1 orang (1,4%).

Tabel 2. Pengetahuan Ibu Hamil Tentang ASI Eksklusif

Pengetahuan ASI eksklusif	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	57	82,6
Cukup	11	15,9
Kurang	1	1,4
Total	69	100

Pengetahuan Ibu Hamil Berdasarkan Variabel Penelitian

Pengetahuan ibu hamil tentang ASI eksklusif berdasarkan variabel penelitian meliputi definisi ASI eksklusif, komposisi ASI, manfaat ASI eksklusif, cara menyusui yang benar, pemberian ASI perah, tanda bayi mendapatkan ASI yang cukup dan cara memperbanyak produksi ASI, disajikan dalam tabel 3.

Tabel 3. Pengetahuan Ibu Hamil Berdasarkan Variabel Penelitian

Penelitian (f)	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
a. Definisi ASI eksklusif	54	78,3	12	17,4	3	4,3
b. Komposisi ASI	52	75,4	14	20,3	3	4,3
c. Manfaat ASI eksklusif	43	62,3	17	24,6	9	13
d. Cara menyusui yang benar	47	68,1	18	26,1	4	5,8
e. Pemberian ASI perah	43	62,3	19	27,5	7	10,1
f. Tanda bayi mendapat- kan ASI yang cukup	53	76,8	14	20,3	2	2,9
g. Cara memper- banyak produksi	59	85,5	0	0	10	14,5

Berdasarkan tabel 3, diperoleh gambaran mengenai tingkat pengetahuan ibu hamil terhadap berbagai aspek terkait ASI eksklusif. Pada variabel pengetahuan tentang definisi ASI eksklusif, sebagian besar responden menunjukkan pemahaman yang baik, yaitu sebanyak 54 orang (78,3%), sementara hanya 3 orang (4,3%) yang memiliki pengetahuan kurang. Pengetahuan mengenai komposisi ASI juga tergolong baik, dengan 52 orang responden (75,4%) memiliki pengetahuan yang memadai dan hanya 3 orang (4,3%) yang kurang memahami aspek ini. Dalam hal manfaat ASI eksklusif, sebanyak 43 orang responden (62,3%) menunjukkan pengetahuan yang baik, sedangkan 9 orang (13%) memiliki pengetahuan yang kurang. Pada aspek pengetahuan tentang cara menyusui yang benar, tercatat 47 orang (68,1%) berada dalam kategori baik dan 4 orang (5,8%) masih memiliki pengetahuan yang kurang. Sementara itu, dalam hal pemberian ASI perah, 43 orang (62,3%) memahami dengan baik, namun masih terdapat 7 orang (10,1%) yang belum memiliki pengetahuan yang memadai.

Untuk variabel pengetahuan tentang tanda bayi mendapatkan ASI yang cukup, mayoritas responden, yaitu 53 orang (76,8%), memiliki pemahaman yang baik, dan hanya 2 orang (2,9%) yang masih kurang memahami. Selanjutnya, pada aspek pengetahuan mengenai cara memperbanyak produksi ASI, sebanyak 59 orang (85,5%) memiliki pengetahuan yang baik, meskipun terdapat 10 orang (14,5%) yang masih kurang memahami hal tersebut. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki pengetahuan yang baik mengenai

berbagai aspek pemberian ASI, namun masih terdapat beberapa aspek yang perlu ditingkatkan melalui edukasi dan pendampingan yang lebih intensif.

Pengetahuan Ibu Hamil Berdasarkan Karakteristik

Pengetahuan ibu hamil berdasarkan karakteristiknya disajikan dalam tabel 4.

Tabel 4. Pengetahuan Ibu Hamil Berdasarkan Karakteristik

Karakteristik	Pengetahuan Baik		Pengetahuan Cukup		Pengetahuan Kurang		Total
(f)	(%)	(f)(%)	(f)(%)	(f)(%)	(f)(%)	(f)(%)	
Usia							
< 20 tahun	1	50	1	50	0	0	2 100
20-35 tahun	51	83,69	14	81	1	6	1100
> 35 tahun	5	83,31	16	70	0	6	100
Pendidikan							
SD	1	50	1	50	0	0	2 100
SMP	3	60	2	40	0	0	5 100
SMA	26	78,86	18	21	3	3	33100
Perguruan Tinggi	27	93,12	6	9	0	0	29100
Pekerjaan							
Bekerja	31	93,92	6	1	0	0	33100
Tidak bekerja	2	62,29	25	1	2,8	3	6100
Pengalaman menyusui							
Belum pernah	1	5	68,26	27,31	4,5	2	2100
menyusui							
Sudah pernah menyusui	42	89,45	10	60	0	4	7100

Berdasarkan tabel 4, dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil tentang ASI eksklusif menunjukkan variasi berdasarkan karakteristik individu. Pada karakteristik usia, sebagian besar responden dengan pengetahuan baik berada dalam rentang usia 20–35 tahun, yaitu sebanyak 51 orang (83,6%), sementara responden dengan pengetahuan kurang juga berasal dari kelompok usia yang sama sebanyak 1 orang (1,6%). Hal ini menunjukkan bahwa usia produktif cenderung memiliki tingkat pemahaman yang lebih baik mengenai ASI eksklusif. Dari segi pendidikan, responden dengan tingkat pendidikan perguruan tinggi menunjukkan proporsi tertinggi dalam kategori pengetahuan baik, yaitu sebanyak 27 orang (93,1%). Sementara itu, responden dengan pengetahuan kurang tercatat berasal dari tingkat pendidikan menengah (SMA), yaitu sebanyak 1 orang (1,4%). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan ibu, maka semakin besar kemungkinan mereka memiliki pemahaman yang baik mengenai manfaat dan praktik ASI eksklusif.

Pada karakteristik pekerjaan, responden yang bekerja menunjukkan tingkat pengetahuan baik yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak bekerja, yaitu sebanyak 31 orang (93,9%). Sebaliknya, responden dengan pengetahuan kurang berasal dari kelompok yang tidak bekerja, yaitu sebanyak 1 orang (2,8%). Hal ini menggambarkan bahwa ibu hamil yang bekerja kemungkinan memiliki akses informasi yang lebih luas atau terbiasa mengakses layanan kesehatan dan edukasi secara aktif. Sementara itu, jika dilihat dari karakteristik pengalaman, pengetahuan baik paling banyak dimiliki oleh responden yang telah memiliki pengalaman menyusui sebelumnya, yaitu sebanyak 42 orang (89,4%). Sedangkan pengetahuan kurang ditemukan pada responden yang belum pernah menyusui, yaitu 1 orang (4,5%). Pengalaman sebelumnya dalam menyusui tampaknya memberikan kontribusi penting

dalam membentuk pemahaman dan kesiapan ibu untuk kembali memberikan ASI secara eksklusif. Secara keseluruhan, data ini menunjukkan bahwa faktor usia, pendidikan, pekerjaan, dan pengalaman menyusui berkaitan erat dengan tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai ASI eksklusif. Oleh karena itu, pendekatan edukatif dalam promosi ASI sebaiknya disesuaikan dengan karakteristik ibu hamil agar dapat lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman mereka.

PEMBAHASAN

Pengetahuan Ibu Hamil Tentang ASI Eksklusif

Secara umum ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik sebesar 82,6% tentang ASI eksklusif di UPTD Puskesmas Kerambitan I. Pengetahuan ibu hamil tentang ASI eksklusif dibagi menjadi tujuh sub variabel, yaitu :

Defisini ASI Eksklusif

Sebanyak 78,3% responden memiliki pemahaman baik tentang definisi ASI eksklusif, meskipun masih terdapat 17,4% yang cukup dan 4,3% kurang. Ketidaktahuan bahwa pemberian obat, vitamin, atau mineral saat bayi sakit tetap diperbolehkan selama masa ASI eksklusif menjadi salah satu penyebabnya. Pemahaman yang tepat penting agar ibu tetap melanjutkan ASI eksklusif meskipun bayi dalam kondisi sakit (Yuliani, 2021).

Komposisi ASI

Sebanyak 75,4% responden memiliki pengetahuan baik tentang komposisi ASI, namun 20,3% cukup dan 4,3% kurang. Beberapa belum memahami perbedaan antara kolostrum, ASI transisi, dan ASI matur. Pengetahuan ini penting agar ibu memahami keunggulan kandungan ASI dibandingkan susu formula (Sembiring, 2022).

Manfaat ASI Eksklusif

Pengetahuan baik mengenai manfaat ASI eksklusif dimiliki oleh 62,3% responden, sedangkan 24,6% cukup dan 13% kurang. Responden umumnya memahami manfaat bagi bayi, namun kurang mengetahui manfaat bagi ibu, seperti perlindungan kesehatan dan penundaan kehamilan alami (Idris, 2020; Darsini et al., 2019).

Cara Menyusui yang Benar

Sebanyak 68,1% responden memiliki pengetahuan baik terkait teknik menyusui, sedangkan 26,1% cukup dan 5,8% kurang. Minimnya pengalaman menyusui menjadi faktor penyebab. Pengalaman menyenangkan saat menyusui cenderung meningkatkan pengetahuan dan sikap positif terhadap pemberian ASI (Pariati & Jumriani, 2021).

Pemberian ASI Perah

Sebanyak 62,3% responden memiliki pengetahuan baik, sementara 27,5% cukup dan 10,1% kurang. Pengetahuan rendah umumnya terkait cara penyimpanan dan pemanasan ASI yang benar. Kesalahan dalam proses ini dapat merusak kandungan nutrisi ASI (Ningsih & Ludvia, 2021).

Tanda Bayi Cukup ASI

Sebanyak 76,8% responden memiliki pengetahuan baik, 20,3% cukup, dan 2,9% kurang. Pengetahuan ini penting untuk mencegah kesalahpahaman yang menyebabkan pemberian susu tambahan saat bayi menangis, padahal tangisan bayi tidak selalu menandakan kekurangan ASI (Yuliani, 2021).

Cara Memperbanyak Produksi ASI

Sebanyak 85,5% responden memiliki pengetahuan baik, sementara 14,5% kurang. Pengetahuan mencakup berbagai strategi fisik dan psikologis untuk menjaga dan meningkatkan produksi ASI. Pengetahuan ini berkontribusi langsung pada keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Herman et al., 2021; Yuliani, 2021).

Pengetahuan Ibu Hamil berdasarkan Karakteristik

Faktor-faktor yang bisa mempengaruhi pengetahuan diantaranya:

Usia

Dari 69 responden, mayoritas (88,4% atau 61 orang) berada pada rentang usia 20–35 tahun, dan 51 orang (83,6%) di antaranya memiliki pengetahuan yang baik tentang ASI eksklusif. Pada usia <20 tahun (2 orang), hanya 1 orang (50%) yang berpengetahuan baik. Sementara itu, pada usia >35 tahun (6 orang), 5 responden (83,3%) memiliki pengetahuan baik. Usia 20–35 tahun merupakan masa yang ideal untuk kehamilan karena kesiapan fisik dan psikologis ibu, serta lebih terbuka terhadap informasi kesehatan (Purborini & Rumaropen, 2023). Temuan ini sesuai dengan studi Purnamasari (2022) bahwa ibu usia risiko rendah memiliki peluang lebih besar berhasil memberikan ASI eksklusif.

Pendidikan

Sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan menengah (SMA, 33 orang) dan tinggi (perguruan tinggi, 29 orang). Responden dengan pendidikan tinggi menunjukkan pengetahuan baik sebesar 93,1% (27 orang), sedangkan pendidikan menengah sebesar 78,8% (26 orang). Hanya sedikit responden dari kelompok ini yang memiliki pengetahuan cukup (6 orang dari SMA dan 2 orang dari perguruan tinggi) dan satu orang dari pendidikan menengah yang berpengetahuan kurang. Pendidikan yang lebih tinggi memudahkan individu memahami informasi kesehatan dan mendukung praktik pemberian ASI eksklusif (Ampu, 2021).

Pekerjaan

Dari total 69 responden, 33 orang (47,8%) bekerja. Sebanyak 31 responden yang bekerja (93,9%) memiliki pengetahuan baik. Lingkungan kerja memberi peluang untuk berbagi informasi dan pengalaman menyusui, baik dari sesama ibu maupun tenaga kesehatan (Hamimah et al., 2022). Dukungan sosial di tempat kerja juga dapat mempengaruhi motivasi dan komitmen ibu dalam menyusui secara eksklusif (Ambarwati & Mutias, 2020).

Pengalaman

Sebanyak 47 responden (68,1%) telah memiliki pengalaman menyusui, dan dari jumlah tersebut, 42 orang (89,4%) memiliki pengetahuan baik. Pengalaman sebelumnya, terutama jika positif, dapat menjadi sumber pembelajaran yang berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan dan keyakinan dalam pemberian ASI eksklusif (Hastuti et al., 2015). Temuan ini menunjukkan pentingnya pengalaman sebagai faktor pendukung praktik menyusui yang efektif.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kerambitan I memiliki pengetahuan yang baik tentang ASI eksklusif. Karakteristik ibu hamil yang menjadi responden penelitian sebagian besar berada dalam rentang usia 20-35 tahun, pendidikan SMA, tidak bekerja dan sudah pernah menyusui. Pengetahuan ibu hamil tentang ASI eksklusif sebagian besar dalam kategori baik .

Pengetahuan ibu hamil tentang ASI eksklusif berdasarkan karakteristik usia 20-35 tahun, pendidikan perguruan tinggi, bekerja dan sudah pernah menyusui berada dalam kategori pengetahuan baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terimakasih kepada UPTD Puskesmas Kerambitan I Kabupaten Tabanan atas izin dan fasilitas yang diberikan selama proses penelitian, serta kepada seluruh responden yang telah bersedia berpartisipasi dan memberikan data yang dibutuhkan dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, D., & Mutias, R. (2020). Pengaruh lingkungan kerja terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 11(2), 135–141.
- Ampu, J. A. (2021). Hubungan tingkat pendidikan ibu dengan pemberian ASI eksklusif pada bayi di Puskesmas Noemuti Kabupaten Timor Tengah Utara. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(1), 45–52.
- Asih, D. R. (2022). Faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 6(1), 32–40.
- Badan Pusat Statistik. (2024). Statistik Kesehatan Provinsi Bali 2023. <https://www.bps.go.id>
- Darsini, N. W., Wijayanthi, N. M., & Artanayasa, I. G. A. (2019). Pengetahuan ilmiah dan non ilmiah ibu menyusui tentang manfaat ASI eksklusif. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 7(1), 27–34.
- Dumilah, D. (2019). Usia ideal kehamilan dalam perspektif kesehatan reproduksi. *Jurnal Kebidanan*, 4(2), 55–60.
- Fitriani, A., & Ayesha, N. (2022). Edukasi ASI eksklusif dalam meningkatkan kesiapan menyusui ibu hamil. *Jurnal Promkes*, 10(1), 15–21.
- Hamimah, N., Fitriyani, A., & Sari, R. (2022). Hubungan pengetahuan dan pekerjaan ibu dengan pemberian ASI eksklusif di praktik mandiri bidan. *Jurnal Kebidanan Citra Delima*, 12(1), 8–14.
- Hastuti, P., Widyastuti, M., & Nurhidayah, S. (2015). Hubungan pengalaman menyusui dengan pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(1), 22–30.
- Herman, A., Sari, L., & Rahman, H. (2021). Hubungan pengetahuan dan sikap ibu dengan pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 11(2), 101–107.
- Human Development Worker. (2018). Laporan tahunan program penurunan stunting. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Idris, R. (2020). Manfaat ASI eksklusif bagi bayi dan ibu. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 5(2), 89–94.
- Makripudin. (2021). Kebijakan percepatan penurunan stunting melalui ASI eksklusif. Jakarta: Kementerian Kesehatan.
- Ningsih, I. R., & Ludvia, A. (2021). Pengetahuan ibu bekerja tentang penyimpanan dan penyajian ASI perah. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 5(2), 44–50.
- Novianita, A., Lestari, M., & Rahayu, P. (2022). Faktor sosiodemografi yang memengaruhi pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 55–63.
- Pakpahan, T., Yusuf, R., & Dewi, S. (2021). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif. *Jurnal Promotif*, 9(2), 111–118.
- Pariati, N. L., & Jumriani, S. (2021). Pengaruh usia, pendidikan, pekerjaan, dan pengalaman terhadap pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 6(2), 78–86.

- Purnamasari, R. (2022). Hubungan usia ibu dengan pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 7(1), 39–45.
- Purborini, A., & Rumaropen, B. M. (2023). Usia ideal kehamilan dan risikonya. *Jurnal Kebidanan dan Reproduksi*, 9(1), 50–58.
- Sembiring, E. (2022). Komposisi dan perubahan ASI berdasarkan kebutuhan bayi. *Jurnal Gizi Indonesia*, 11(1), 22–30.
- World Health Organization*. (2023). *Exclusive breastfeeding: Current status and progress*. <https://www.who.int>
- Yuliani, L. (2021). Pentingnya ASI eksklusif bagi bayi dan tanda bayi cukup ASI. *Jurnal Gizi dan Anak*, 4(2), 60–66.