

## Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Asi Eksklusif

Nuniek Nizmah Fajriyah, Ratnawati Purwitaningtyas, Fitriyani  
STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Jl.Raya Ambokembang No.8  
Kedungwuni Pekalongan +628156528864,  
Email: fitri.bundafiqi@gmail.com

**Abstrak.** Rendahnya tingkat pemahaman tentang pentingnya ASI selama 6 bulan pertama kelahiran bayi disebabkan kurangnya informasi dan pengetahuan yang dimiliki oleh para ibu. Adanya mitos tentang menyusui juga membuat para ibu mencari alternatif dengan memberi susu formula saat bayi lapar. Kegiatan promosi pemberian ASI eksklusif sejak dini kepada ibu hamil, terutama ibu hamil trimester ketiga, bertujuan agar ibu lebih siap memberikan ASI sedini mungkin tanpa memberikan makanan atau minuman, karena pada trimester ketiga ibu merasa realistis, mempersiapkan kelahiran dan sudah mempersiapkan menjadi orang tua. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil trimester III tentang ASI eksklusif. Metode penelitian yang digunakan bersifat deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil primigravida trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Doro I Kabupaten Pekalongan pada tahun 2014. Teknik pengambilan sampel menggunakan total populasi sebanyak 40 ibu hamil. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan ibu hamil trimester III tentang ASI eksklusif adalah lebih dari separuh memiliki pengetahuan cukup yaitu sebesar 65%. Hendaknya tenaga kesehatan lebih meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya ibu hamil primigravida trimester III, yaitu dengan memberikan penyuluhan tentang ASI eksklusif dengan baik menggunakan media yang tepat seperti memperlihatkan video menyusui serta menggunakan media yang menarik, waktu penyuluhan pun harus diperhatikan sebaiknya saat kelas ibu hamil.

Kata kunci : Pengetahuan, Ibu Hamil Trimester III, ASI eksklusif

### *Knowledge Pregnant of Trimester III About Exclusive Breastfeeding*

**Abstract.** The low level of understanding about the importance of breastfeeding during the first 6 months of a baby's birth due to lack of information and knowledge possessed by the mother. The presence of myths about breastfeeding also make mothers look for an alternative to formula feeding when the baby is hungry. Promotional activities early exclusive breastfeeding to pregnant women, especially third trimester pregnant women, aims to be more ready to give breastfeeding mothers as early as possible without providing food or drink, because in the third trimester mother feels realistic, preparing for the birth and is preparing to become parents. The purpose of this study to describe the knowledge of third trimester pregnant women about exclusive breastfeeding. The method used is descriptive. The population in this study were all pregnant women in the third trimester primigravidae Puskesmas District Doro I Pekalongan in 2014. Sampling technique using a total population of 40 pregnant women. The results showed knowledge of third trimester pregnant women about exclusive breastfeeding is more than half have sufficient knowledge that is equal to 65%. Health workers should further improve the knowledge society, particularly the third trimester pregnant women primigravida, by providing information about exclusive breastfeeding properly use appropriate media such as video shows breastfeeding and the use of media interest, a time extension must also be considered when the class should pregnant women.

**Keywords:** Knowledge, Pregnancy Trimester III, exclusive breastfeeding

### **Pendahuluan**

Menyusui adalah suatu proses alamiah Pada tahun 2002 *World Health Organization*(WHO) menyatakan bahwa ASI eksklusif

selama 6 bulan pertama hidup bayi adalah terbaik. Dengan demikian ketentuan sebelumnya (bahwa ASI eksklusif itu cukup 4 bulan) sudah tidak berlaku lagi. Menyusui eksklusif

adalah memberikan hanya ASI segera setelah lahir sampai bayi berusia 6 bulan dan memberikan kolostrum.

Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia tahun 2012 diketahui jumlah bayi usia 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif meningkat 10% dari angka sebelumnya. Pada tahun 2007, angka pencapaian ASI eksklusif hanya 32% saja, tahun 2012 mencapai 42%, sedangkan target pencapaian pada tahun 2014 adalah 80% (Roesli, 2013). Berdasarkan Data dari Dinkes Provinsi Jawa Tengah cakupan ASI eksklusif selalu kurang dari target (80%), cakupan ASI Eksklusif di Jawa Tengah Tahun 2011 sebesar 45,86%, Tahun 2012 sebesar 49,46% dan Tahun 2013 sebesar 57,67% (Dinkes Propinsi Jawa Tengah, 2013). Walaupun ada peningkatan jumlah target cakupan ASI eksklusif tetapi angkanya masih di bawah target yang ditentukan yaitu 80%.

Rendahnya tingkat pemahaman tentang pentingnya ASI selama 6 bulan pertama kelahiran bayi dikarenakan kurangnya informasi dan pengetahuan yang dimiliki oleh para ibu. Selain itu kebiasaan para ibu yang bekerja, terutama yang tinggal di perkotaan, juga turut mendukung rendahnya tingkat ibu menyusui. Adapun mitos tentang pemberian ASI bagi bayi, misalnya ibu yang menyusui anaknya dapat menurunkan kondisi fisik dirinya merupakan suatu mitos yang sulit diterima oleh akal sehat. Demikian halnya dengan kekhawatiran ibu yang menganggap bahwa produksi ASI tidak mencukupi kebutuhan makanan bayi. Anggapan ini sering menjadi kendala bagi ibu, yang mencari alternatif lain dengan memberi susu pendamping manakala bayi lapar (Prasetyono, 2012, h. 33).

### **Tinjauan Pustaka**

ASI eksklusif adalah bayi hanya diberikan ASI saja tanpa tambahan cairan lain seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih, dan tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, pepaya, bubur susu, biskuit, bubur nasi dan tim (Roesli, 2007.h.3). Kehamilan Trimester III kehamilan merupakan proses kelekatan dan ibu merasa realistik, mempersiapkan kelahiran, persiapan menjadi orang tua, spekulasi mengenai jenis kelamin anak, trimester III ini adalah waktu yang khusus dengan gambaran yang jelas tentang peranannya, dan mempersiapkan kondisi bersama ke depan (Salmah, 2006, h.79). persiapan untuk memberikan ASI Eksklusif dapat dilakukan sejak kehamilan trimester III.

ASI diproduksi atas hasil kerja gabungan antara hormon dan refleksi. Selama kehamilan, terjadilah perubahan pada hormon yang berfungsi mempersiapkan jaringan kelenjar susu untuk memproduksi ASI. Segera setelah melahirkan, bahkan kadang-kadang mulai pada usia kehamilan 6 bulan akan terjadi perubahan pada hormon yang menyebabkan payudara mula memproduksi ASI. Pada waktu bayi mulai mengisap ASI, akan terjadi dua refleksi yang akan menyebabkan ASI keluar pada saat yang tepat dengan jumlah yang tepat pula, yaitu refleksi pembentukan/produksi ASI atau refleksi prolaktin yang dirangsang oleh hormon prolaktin dan refleksi pengaliran/pelepasan ASI (let down reflex).

Berdasarkan penelitian Prihandini tahun 2010 banyak faktor yang mempengaruhi seorang ibu dalam menyusui secara eksklusif kepada bayinya, antara lain pengetahuan ibu yang kurang memadai tantang ASI eksklusif,

beredarnya mitos yang kurang baik tentang pemberian ASI eksklusif, serta kesibukan ibu dalam melakukan pekerjaannya dan singkatnya pemberian cuti melahirkan yang diberikan terhadap ibu, selain itu faktor kurangnya petugas kesehatan sehingga masyarakat kurang mendapat penerangan atau dorongan tentang manfaat pemberian ASI eksklusif.

### Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan bersifat *deskriptif*, yaitu dimana metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara objektif (Notoatmodjo 2005, h. 136). Penelitian ini menggambarkan pengetahuan ibu hamil trimester III tentang ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Doro I Kabupaten Pekalongan tahun 2014. Populasi pada penelitian ini adalah ibu hamil primigravida trimester III yang berjumlah 45 orang. Teknik pengambilan sampel yang dilakukan dengan cara total populasi dan yang memenuhi syarat eksklusi adalah 40 orang. Alat pengumpulan data yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah kuesioner yang telah dilakukan uji validitas dan realibilitas.

### Hasil & Pembahasan

Berdasarkan hasil dari analisa univariat tingkat pengetahuan responden tentang ASI eksklusif, didapatkan 26 responden (65%) atau sebagian besar memiliki pengetahuan cukup tentang ASI eksklusif. Dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel. 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil tentang ASI Eksklusif

No	Pengetahuan	Frekuensi	%
1.	Baik	12	30,0%
2.	Cukup	26	65,0%
3.	Kurang	2	05,0%
Total		40	100,0%

Pengetahuan ibu hamil trimester III tentang ASI eksklusif pada penelitian ini adalah cukup, pengetahuan cukup pada responden ini salah satunya dipengaruhi oleh pendidikan. Pendidikan yang rata-rata hanya pendidikan dasar ini mempengaruhi tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh responden.

Menurut Wawan dan Dewi pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup, semakin tinggi pendidikan semakin banyak pula informasi yang didapatkan. Pada penelitian ini responden memiliki pengetahuan yang cukup dengan pendidikan sebagian besar SMP, pendidikan SMP merupakan pendidikan dasar sehingga informasi yang didapatkan tidak terlalu banyak dan juga tidak terlalu sedikit.

Hasil penelitian univariat ini didapatkan hasil bahwa 12 responden (35%) berpengetahuan baik tentang ASI eksklusif, 26 responden (65%) berpengetahuan cukup tentang ASI eksklusif, dan 2 ibu hamil primigravida trimester III (5%) berpengetahuan kurang. Responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 2 responden (5%) berpendidikan S1 dan berusia 23-28 tahun, 10 responden (25%) berpendidikan SMP dan berusia 20-29 tahun, hal ini sesuai dengan teori bahwa semakin tinggi pendidikan dan semakin bertambah dewasa maka pengetahuan akan bertambah pula.

Responden yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 22 responden (55%) berpendidikan SMP dan berusia 20-29 tahun, 4 responden

(10%) berpendidikan SD dan berusia 20-25 tahun, responden yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 2 responden (5%) dan berpendidikan SD, hal ini sesuai dengan teori bahwa pendidikan mempengaruhi pengetahuan, semakin tinggi pendidikan semakin banyak informasi yang didapatkan, pendidikan SD merupakan pendidikan dasar jadi informasi yang didapat masih tergolong kurang.

Responden pada penelitian ini hampir seluruhnya merupakan ibu rumah tangga dan tidak bekerja di luar rumah, sehingga mereka memiliki waktu untuk melakukan konseling dengan tenaga kesehatan seperti mendatangi posyandu maupun kelas ibu hamil untuk mendapatkan informasi tentang ASI eksklusif, hal ini tentu saja akan mempengaruhi pengetahuan responden tentang ASI eksklusif. Metode penyampaian juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan, penggunaan metode yang kurang menarik juga membuat penerimaan informasi yang disampaikan kurang maksimal.

Faktor lain yang mempengaruhi adalah informasi, dalam hal ini pengetahuan dipengaruhi oleh proses konseling serta keberhasilan atau kegagalan dalam melakukan sosialisasi karena seseorang yang mempunyai informasi yang lebih banyak maka akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas. Selain itu, pengalaman juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang karena sesuatu yang dialami seseorang akan menambah pengetahuan akan tetapi berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa responden yang belum pernah melahirkan dan belum pernah menyusui tidak menjamin memiliki pengetahuan yang kurang mengenai ASI eksklusif.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo (2010, h.27) bahwa kemampuan yang dimiliki masing-masing individu akan menimbulkan pemahaman yang berbeda pada setiap individu karena pengetahuan merupakan pengolahan informasi yang diterima setelah orang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu yang sebagian besar pengetahuan manusia dapat diperoleh dari mata dan telinga.

Pengetahuan seseorang terhadap suatu objek mempunyai intensitas yang berbeda-beda (Notoatmodjo 2010, h.27). Dilihat dari hasil penelitian, pengetahuan responden mengenai ASI eksklusif cukup baik dan dapat disimpulkan bahwa informasi dan pengalaman yang didapatkan oleh seseorang dapat mempengaruhi pengetahuan orang tersebut meskipun pengalaman tersebut merupakan pengalaman dari orang lain.

Diharapkan dengan sikap ibu yang positif dapat memiliki perilaku yang positif yang berkaitan dengan islam seperti yang telah dijelaskan dalam Surat Al-Baqarah (2) ayat 233 *"Para Ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuanannya. Dan kewajiban ayah memberi makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara yang ma'rif. Seseorang tidak dibebani melainkan menurut kadar kesanggupannya. Janganlah seorang ibu menderita kesengsaraan karena anaknya dan juga seorang ayah karena anaknya, dan warispun berkewajiban demikian. Apabila keduanya ingin menyapih (sebelum dua tahun) dengan kerelaan keduanya dan permusyawaratan, maka tidak ada dosa atas keduanya. Dan jika kamu ingin anakmu disusukan oleh orang lain, maka tidak ada dosa bagimu apabila kamu memberikan pembayaran menurut yang patut. Bertakwalah*

kepada Allah dan ketahuilah bahwa Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan” (Qs Al Baqarah (2) : 233).

Trimester III kehamilan merupakan proses kelekatan dan ibu merasa realistik, mempersiapkan kelahiran, persiapan menjadi orang tua, spekulasi mengenai jenis kelamin anak, trimester III ini adalah waktu yang khusus dengan gambaran yang jelas tentang peranannya, dan mempersiapkan bersama kondisi ke depan (Salmah, 2006.h.79). Oleh karena itu, trimester III ini adalah waktu yang tepat pula untuk mempersiapkan ibu untuk menyusui bayinya secara eksklusif, untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil trimester III tentang ASI eksklusif perlu dilakukan konseling dan pemberian informasi lebih mendalam lagi sehingga memberikan pengetahuan yang lebih baik mengenai ASI eksklusif dan tentu saja agar pelaksanaan ASI eksklusif dapat berhasil.

#### Daftar Pustaka

- AIMI, 2013,*Manfaat ASI Eksklusif*, Dilihat tanggal 23 Februari 2014. (<http://www.detik.com/news>)
- Arikunto, Suharsimi, 2010, *Manajemen Penelitian*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Bahiyatun, 2009,*Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal*, EGC, Jakarta.
- Cadwell, Karin & Cindy Turner Maffei, 2012,*Buku Saku Manajemen Laktasi*, EGC, Jakarta.
- Chasanah, Nur, 2019, *Perbedaan Sikap Ibu Bekerja Diluar Rumah Dengan Ibu Bekerja Di Dalam Rumah Tentang Pemberian ASI Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Wiradesa Kabupaten Pekalongan Tahun 2009*.
- IDAI, 2008,*Bedah ASI*, FKUI, Jakarta.
- Kristiyansari, Weni, 2009,*ASI, Menyusui, dan Sadari*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- Mandriwati, 2012,*Asuhan Kebidanan Antenatal*, EGC, Jakarta.
- Mia, 2013,*Iklan Susu Formula Kalahkan ASI Eksklusif*, Dilihat tanggal 20 Februari 2014. (<http://www.liputan6.com>)
- Notoatmodjo, Soekidjo, 2010,*Ilmu Perilaku Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta.
- 2010,*Metodologi Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Prasetyono, Dwi Sunar, 2012,*Buku Pintar ASI Eksklusif*, Diva Press, Yogyakarta.
- Prihandini, Oni, 2010, *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Wonokerto Kabupaten Pekalongan Tahun 2010*.
- Proverawati, Atikah, 2010,*Kapita Selektasi ASI dan Menyusui*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- Purwanti, Eni, 2012,*Asuhan Kebidanan untuk Ibu Nifas*, Cakrawala Ilmu, Yogyakarta.
- Riyanto, Agus, 2010, *Pengolahan dan Analisis Data Kesehatan*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- Roesli, Utami, 2007,*Mengenal ASI Eksklusif*, Trubus Agriwidya, Jakarta.
- Saleha, Sitti, 2009,*Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*, Salemba Medika, Jakarta.
- Salmah dkk, 2006,*Asuhan Kebidanan Antenatal*, EGC, Jakarta.
- SDKI, 2012,*Angka Pemberian ASI Meningkat*, Dilihat 27 Februari 2014. (<http://www.jurnas.com/news>)
- Wawan, A & Dewi M, 2010,*Teori & Pengukuran pengetahuan sikap dan perilaku*, Nuha Medika, Yogyakarta.

