JIKES : JURNAL ILMU KESEHATAN
Tahun 2023, Volume 2, Nomor 1, Bulan Desember: hlm 32 - 38
e-ISSN : 2963-069X

Hubungan Antara Lingkar Lengan Atas Ibu Menyusui dengan Kecukupan Asi Ibu Menyusui Bayi Usia 1-6 Bulan

Ainun Nisa[1]

[1]Program Studi S1 Gizi, STIKES Husada Borneo, Indonesia
Email : ainunnisanew@gmail.com

Abstrak : Asupan ibu pada masa menyusui merupakan hal yang penting dan perlu diperhatikan. Asupan nutrisi yang bagus akan berpengaruh terhadap kualitas kandungan air susu ibu (ASI) yang dihasilkan oleh ibu. Gizi pada ibu menyusui sangat erat kaitannya dengan produksi air susu, yang sangat dibutuhkan untuk tumbuh kembang bayi. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan metode pendekatan Cross Sectional dengan menggunakan sampel sebanyak 62 responden yang berada wilayah kerja Puskesmas Guntung Manggis. Uji statistic yang digunakan adalah uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukan tidak ada hubungan antaralingkar lengan atas ibu menyusui dengan ASI (p=0,73).

Kata Kunci: Lingkar Lengan Atas; ASI Eksklusif; Ibu Menyusui; Bayi

Abstract : Mother's intake during breastfeeding is important and needs attention. Good nutrition intake will affect the quality of water content mother's milk (ASI) produced by the mother. Nutrition in nursing mothers is closely related to the production of milk, which is needed for the growth and development of the baby. This research is a descriptive study with a cross sectional approach using a sample of 62 respondents who are in the working area of the Guntung Manggis Health Center. The statistical test used is the Chi-Square test. The results showed that there was no relationship between the upper arm circumference of breastfeeding mothers and breast milk (p=0.73).

Keywords: Upper Arm Circumference; Exclusive Breastfeeding; Breastfeeding Mothers; Babies

PENDAHULUAN

Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi ibu meyusui yaitu faktor penghasilan atau faktor ekonomi. Ekonomi seseorang mempengaruhi dalam pemilihan makanan yang akan dikonsumsi sehariharinya. Seseorang dengan ekonomi yang tinggi kemudian hamil maka kemungkinan besar sekali gizi yang dibutuhkan tercukupi ditambah lagi adanya pemeriksaan saat kehamilan maka akan berjalan pemantauan gizi pada ibu. (Proverawati, 2009).

Kemampuan keluarga untuk memenuhi kebutuhan pangan seluruh anggota keluarga dalam jumlah yang cukup dan baik mutunya akan mempengaruhi status gizi keluarga. Artinya dengan pekerjaan/penghasilan yang baik dan sesuai kebutuhan, maka pemenuhan asupan pada gizi ibu akan baik dan tentunya menjadikan status IMT baik/normal. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa penyebab gizi kurang tidak hanya disebabkan makanan yang kurang tetapi juga karena penyakit. Konsumsi makanan dalam keluarga dipengaruhi jumlah dan jenis pangan yang dibeli, pemasakan, distribusi dalam keluarga dan

kebiasaan makan secara perorangan. Konsumsi juga tergantung pada pendapatan, agama, adat istiadat, dan pendidikan keluarga yang bersangkutan (Almatsier, 2009).

Masa bayi yang disebut dengan golden age secara ilmiah merupakan periode yang menentukan kualitas kehidupan. Oleh karena itu, periode ini ada yang menyebutnya sebagai "periode emas", "periode kritis", dan Bank Dunia menyebutnya sebagai "windows of opportunity". Periode kritis merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang paling pesat pada otak manusia. Masa ini otak bersifat plastis dibandingkan dengan orang dewasa sehingga balita sangat terbuka dan peka dalam menerima berbagai macam pembelajaran dan pengayaan baik bersifat positif maupun negatif. Periode ini Dengan demikian, pemenuhan zat gizi sangat diperlukan dan tumbuh kejar cepat ini akan sangat bagus apabila bayi sehat, artinya tidak diganggu oleh infeksi ataupun penyakit kronis. Dampak buruk yang dapat ditimbulkan oleh masalah gizi pada periode tersebut.

ASI eksklusif adalah bayi hanya diberi ASI saja tanpa tambahan cairan lain atau makanan padat, bayi harus sering disusui serta tanpa batasan waktu. Bayi hanya diberi ASI saja secara eksklusif sejak lahir sampai usia 6 bulan. Setelah itu diberi makanan padat pendamping yang cukup dan sesuai, sedangkan ASI tetap diberikan sampai usia 2 tahun atau lebih. Pertumbuhan dan perkembangan bayi sebagian besar ditentukan oleh jumlah Air Susu Ibu (ASI) yang diperoleh termasuk energi dan zat gizi lainnya yang terkandung didalam ASI tersebut. Pada bayi umur 0-6 bulan ASI seratus persen dapat memenuhi kebutuhannya sehingga tidak memerlukan tambahan.

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Antara Lingkar Lengan Atas Ibu Menyusui Dengan Kecukupan ASI Ibu Menyusui Bayi Usia 1-6 Bulan.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui yang memiliki bayi usia 1-6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Guntung Manggis berjumlah 62 responden. Sampel dalam penelitian ini yaitu ibu yang memiliki bayi usia 1-6 bulan. Tekhnik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan tekhnik *purposive sampling* yang memenuhi criteria inklusi dan ekslusi. Analisis data dengan menggunakan uji chi square pada analisis bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Lingkar Lengan Atas (LILA) Ibu

Tabel 1. Distribusi frekuensi lila ibu menyusui bayi usia 1-6 bulan

LILA	Jumlah	%
Berisiko	9	.14,5
Tidak berisiko	53	85,5
Jumlah	**62**	**100**

Berdasarkan tabel 1 di atas, diketahui banyaknya LILA ibu yang dominan masuk kategori tidak berisiko yaitu berjumlah 53 responden (85,5%).

Kekurangan energi kronik (KEK) yang ditandai dengan ukuran lingkar lengan atas (LLA) < 23,5cm dapat menurunkan kekuatan otot pada proses persalinan sehingga terjadi partus lama/ macet dan pendarahan pasca melahirkan, sedangkan efek pada janin dapat berupa gagal tumbuh dalam kandungan dan bayi lahir dengan berat badan lahir rendah (< 2500 gram), yang nanti kalau dapat bertahan hidup sampai usia dewasa berisiko mengalami penyakit tidak menular berupa gangguan pembuluh darah (hipertensi, stroke), penyakit jantung koroner, dan diabetes militus (Patimah S, 2017).

Kecukupan Air Susu Ibu

Tabel 2. Distribusi frekuensi kecukupan ASI

Kecukupan ASI	Jumlah	%
Cukup	53	.85,5
Tidak cukup	8	12,5
Jumlah	**62**	**100**

Berdasarkan tabel 2 di atas, diketahui kecukupan ASI yang dominan masuk kategori cukup yaitu berjumlah 53 responden (85,5%)

Kecukupan ASI adalah keadaan dimana bayi atau ibu menunjukan beberapa tanda yang menunjukkan adanya kepuasan dalam produksi ataupun konsumsi ASI (Bahiyatun, 2009). Produksi ASI yang dihasilkan ibu pada kelenjara payudara tidaklah sama setiap waktunya. Diakatakan bahwa volume ASI akan menurun sesuai dengan waktu. Pada hari-hari pertama kelahiran bayi, apabila pengisapan putting susu cukup kuat, maka akan dihasilkan secara bertahap 10-100 ml ASI. Produksi ASI juga akan optimal setelah 10-14 hari usia bayi. Bayi yang sehat akan mengkomsumsi 700- 800 ml perhari. Produksi ASI mulai menurun 500-700 ml setelah 6 bulan pertama kelahiran, 400-600 ml pada 6 bulan kedua usianya, dan akan menjadi 300-500 ml pada tahun kedua usia anak.

Hubungan Antara Lingkar Lengan Atas Ibu Menyusui Dengan Kecukupan Produksi ASI Ibu Menyusui Bayi Usia 1-6

Tabel 3. Hubungan Antara Lingkar Lengan Atas Ibu Menyusui Dengan Kecukupan Produksi ASI Ibu Menyusui Bayi Usia 1-6

LILA	Kecukupan ASI				Total	*p*
	Sesuai		Tidak			
	n	%	n	%		
Tidak Berisiko	45	84,9	7	13,2	53 (98,1)	**0,000 (0,683)**
Berisiko	8	88,9	1	11,1	9 (1,9)	
Total	**21**	**70**	**9**	**30**	**30 (100%)**	

Berdasarkan tabel 3 dapat diamati bahwa kecukupan ASI yang sesuai dominan pada kategori LILA ibu tidak berisiko (>23,5 cm) 45 responden (84,9%). Sedangkan pada pertumbuhan bayi yang berisiko dominan pada kategori LILA ibu berisiko (<23,5 cm) adalah 8 responden (88,9%).

Hasil uji analisis statistik Uji *Chi-Square* dengan derajat kepercayaan 95% antara LILA ibu menyusui dengan pertumbuhan bayi diperoleh nilai (p=0,683) yang berarti (p<0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara LILA ibu menyusui dengan kecukupan produksi asi ibu menyusui bayi usia 1-6

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa pada LILA ibu menyususi yang tidak berisiko kekurangan energi protein (KEP) kemungkinan disebabkan oleh beberapa hal yaitu pola makan yang baik, asupan nutrisi yang cukup dan mengkonsumsi maknan yang seimbang bagi ibu menyususi. Ada pula ibu menyusui yang berisiko kemungkinan disebabkan oleh pola makan tidak teratur dan kurangnya asupan nutrisi yang cukup. Akibat dari kekurangan energy protein (KEP) dapat menyebabkan ibu mengalami kekurangan energi kronis (KEK) yang dapat menyebabkan resiko terhadap penyakit infeksi.

Menurut asumsi peneliti, Ambang batas lingkar lengan atas (LILA) dengan risiko kekurangan energi kronis (KEK) di Indonesia adalah 23,5 cm. Apabila ukuran LILA kurang dari 23,5 cm maka dikatakan Wanita tersebut mempunyai risiko KEK, dapat diperkirakan akan melahirkan bayi dengan BBLR. Ibu menyusui dengan KEK dapat diketahui sejak ibu tersebut hamil. Jika diketahui saat kehamilan maka dapat ditindaklanjuti dengan pemberian PMT Ibu hamil sesuai yang dianjurkan, sehingga tidak akan berlanjut menjadi ibu menyusui dengan KEK. Ibu menyusui dengan LILA normal dapat diartikan bahwa status gizinya normal. Gizi ibu yang normal dapat menghasilkan produksi ASI yang baik sehingga status gizi bayipun akan normal.

Menurut Supriasa (2012) dalam Rahmi (2016) menunjukan bahwa Lingkar Lengan Atas (LILA) adalah jenis pemeriksaan antropometri yang digunakan untuk mengukur risiko KEK pada wanita usia subur yang meliputi remaja, ibu hamil, ibu menyusui dan Pasangan Usia Subur (PUS). Sedangkan ambang batas LILA pada WUS dengan resiko KEK adalah 23,5 cm dan apabila kurang dari 23,5 cm wanita tersebut mengalami KEK . Dalam Buku Saku Gizi status gizi bisa ditentukan dengan metode LILA.

KESIMPULAN

Hasil uji analisis statistik Uji *Chi-Square* dengan derajat kepercayaan 95% antara LILA ibu menyusui dengan pertumbuhan bayi diperoleh nilai (p=0,683) yang berarti (p<0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara LILA ibu menyusui dengan kecukupan produksi asi ibu menyusui bayi usia 1-6.

DAFTAR PUSTAKA

Almatsier S. (2011). Prinsip dasar ilmu gizi. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama. Ambarwati. 2009. Asuhan kebidanan nifas. Yogyakarta: Mitra Cendikia offset.

Ainun Nisa. (2022). Hubungan Antara Usia Ibu, Pendidikan Ibu, Status Pekerjaan Ibu, Dan Tingkat Pendapatan Keluarga Dengan Riwayat Asi Eksklusif. Jurnal Ilmu Kesehatan. Vol. 1 No. 1.

Agustina, A., Suwandewi, A., Tunggal, T., Daiyah, I., & Latifah. (2022). Sisi Edukatif Pendidikan Islam Dan Kebermaknaan Nilai Sehat Masa Pandemi Covid-19 Di Kalimantan Selatan. JIS: Journal Islamic Studies, 1(1), 99–105.

Arisa, A., Purwanti, S., & Latifah. (2022). Perilaku Tenaga Kesehatan Dalam Pelayanan Administrasi Rumah Sakit Antara Harapan dan Kenyataan. JIKES : Jurnal Ilmu Kesehatan, 1(1), 24–34.

Arisman. (2012). Gizi dalam daur kehidupan. Jakarta: Buku kedokteran EGC.

Dahlan, M.S. (2012). Langkah-langkah membuat proposal penelitian bidang kedok teran dan kesehatan. Jakarta: Sagung Seto

Direktorat Bina Gizi Masyarakat Depkes. (2008). Pesan-pesan Tentang Inisiasi Menyusu Dini (IMD) dan Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif Untuk Tenaga Kesehatan & Keluarga.

Ferial, EW. (2011). Hubungan antara status gizi ibu berdasarkan ukuran lingkar lengan atas (LILA) dengan berat badan lahir bayi di RSUD Daya kota Makassar. Jurnal Alam dan Lingkungan. 2(3): 11-21.

Holil MP, Wiyono S, Harjatmo TP. (2017). Penilaian Status Gizi. Jakarta: Kementerian kesehatan.

Latifah, L., Zwagery, R. V., Safithry, E. A., & Ngalimun, N. (2023). Konsep Dasar Pengembangan Kreativitas Anak Dan Remaja Serta Pengukurannya Dalam Psikologi Perkembangan. EduCurio: Education Curiosity, 1(2), 426-439.

Ngalimun, N., & Zakiah, Z. (2019). Komunikasi Kesehatan Konseling dan Terapeutik. Yogyakarta: Parama Ilmu.

Ngalimun, N. (2022). Bahasa Indonesia Untuk Penulisan Karya Ilmiah . EduCurio: Education Curiosity, 1(1), 265–278.

Ngalimun, M. M. (2018). Komunikasi Interpersonal Ngalimun. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). Promosi kesehatan masyarakat teori dan aplikasi. Jakarta: Rineka Cipta.

Nurhaeni, Arif. (2009). Panduan ibu cerdas (ASI dan tumbuh kembang bayi). Yogyakarta: Medpress.

Nursalam. (2003). Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.

Nisa, A. & Hekmah, N. (2022). Analisis Kandungan Lemak Pada ASI Eksklusif dan Hubungannya Dengan Pertumbuhan Tubuh Bayi. Jurnal Kesehatan Indonesia. Vol. XII, No.2

Nurul puji,A. (2010). Kolerasi antara status gizi ibu menyusui dengan kecukupan ASI di posyandu desa karang kedwang kecamatan sooko kabupaten mojokerto,Diakses 22 agustus 2015.

Paramita, Stya,D. (2010). Hubungan frekuensi menyusui dan status gizi ibu menyusui dengan kenaikan berat badan bayi usia 1-6 bulan di puskesmas Alalak Selatan Banjarmasin Utara. Diakses pada tanggal 20 april 2015.

Paath. (2005). Gizi dalam kesehatan reproduksi. Jakarta: Buku kedokteran EGC. Purwanti. (2004). Konsep Penerapan ASI Eksklusif. Bandung: Cendekia

[P2PTM] Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular. (2018). Epidemi obesitas. Jakarta: Kementerian kesehatan.

Rahmadani PA, Widyastuti N, Fitranti DY, Wijayanti HS. (2020). Asupan vitamin A dan tingkat kecemasan merupakan faktor risiko kecukupan produksi ASI pada ibu menyusui bayi usia 0-5 bulan. Journal of Nutrition College. 9(1): 44-53.

Rahmania Shofa. (2018). Analisis Kandungan Vitamin B12 pada ASI dan Hubungannya dengan pola makan dan asupan nutrisi ibu menyusui. 1-57.

[Riskesdas] Riset Kesehatan Dasar. (2018) Laporan Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Kementerian Kesehatan.

Roesli U. (2012). Panduan inisiasi menyusui dini plus ASI eksklusif. Jakarta: Pustaka Bunda.

Soetjiningsih dan Danuh IGNG. (2013). Tumbuh kembang anak. Jakarta: Buku kedokteran EGC.

Supariasa IDN. (2012). Penilaian status gizi. Jakarta: Buku kedokteran EGC.

Sutyawan, Khomsan A, Sukandar D. 2019 Pengembangan indeks ketahanan pangan rumah tangga dan kaitannya dengan tingkat kecukupan zat gizi dan status gizi anak balita. Amerta Nutrition. 3(4): 201-211.

Susilani, Tri.A. (2015). Hubungan LILA ibu dengan berat badan lahir di rumah bersalin widuri. Diakses pada tanggal 22 April 2023

World Bank. (2016). Repositioning nutrition as central to development a strategy for large-scale action. Washington DC: The International Bank for Reconstruction and Development.

Weddyman, Ferial. (2011). Hubungan antara status gizi ibu berdasarkan ukuran lingkar lengan atas (LILA) dengan berat badan lahir bayi di RSUD Daya kota Makassar.Diakses pada tanggal 5 desember 2014.Jurnal alam dan lingkungan.2086-460.

Zwagery, R. V., Safithri, E. A., & Latifah, N. (2020). Psikologi Perkembangan: Konsep Dasar Pengembangan Kreatifitas Anak. Yogyakarta: Parama Ilmu.