Jurnal Siti Rufaidah
Volume 4, Nomor 4, November 2026
E-ISSN: 3032-1344; P-ISSN: 3032-1336, Hal. 01-09
DOI: https://doi.org/10.57214/jasira.v4i4.389
Tersedia: https://journal.ppniunimman.org/index.php/JASIRA

Pengaruh Pemberian ASI Eksklusif terhadap Pertumbuhan Bayi Usia 1-6 bulan di RSU GMIM Bethesda Tomohon

Meyni Wilma Kaunang[1], Anik Purwati[2*]
[1,2] Sarjana Kebidanan, Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan RS dr.Soepraoen Malang, Indonesia
Email: meynikaunang03@gmail.com[1], anikasyda@itsk-soepraoen.ac.id[2]
**Penulis Korespondensi: anikasyda@itsk-soepraoen.ac.id*

Abstract. *Every newborn requires adequate nutritional intake to support optimal growth and development. One of the best ways to fulfill this need is through exclusive breastfeeding. Exclusive breastfeeding refers to providing breast milk alone, without any additional food or beverages, for the first six months of life. Breast milk is the primary source of nutrition for infants and is considered exclusive because it is given only to infants aged 0–6 months. An infant's growth and development are largely influenced by the amount of breast milk consumed. Infants who are not exclusively breastfed are at a higher risk of experiencing suboptimal growth and development.*
This study aimed to determine the effect of exclusive breastfeeding on the growth of infants aged 1–6 months. The study employed a qualitative research method. Data were analyzed using univariate analysis to determine the frequency distribution of each variable, while bivariate analysis was performed using the Wilcoxon test. The results showed an Asymp. Sig. (2-tailed) value of 0.000. Since the p-value (0.000) was less than 0.05, the findings indicate a statistically significant difference before and after exclusive breastfeeding on the growth of infants aged 1–6 months at GMIM Bethesda General Hospital, Tomohon. It is expected that healthcare providers will strengthen programs that support the expansion of exclusive breastfeeding coverage and improve the success of exclusive breastfeeding practices, such as increasing community education and health promotion programs on the importance of exclusive breastfeeding during the first six months of an infant's life.

Keywords*: Babies Aged 1–6 Months; Breast Milk; Exclusive Breastfeeding; Growth; Nursing Mothers.*

Abstrak. Setiap bayi yang baru lahir memerlukan asupan gizi yang dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan secara optimal. Salah satunya melalui pemberian air susu ibu (ASI) secara eksklusif. Pemberian ASI eksklusif merupakan pemberian ASI tanpa suplementasi makanan maupun minuman selama 6 bulan pertama. ASI merupakan sumber nutrisi bagi bayi, ASI bersifat eksklusif karena pemberiannya hanya berlaku pada bayi berusia 0-6 bulan. Tumbuh kembang bayi sebagian besar ditentukan oleh seberapa banyak ASI yang dikonsumsi bayi. Bayi yang tidak diberi ASI eksklusif memiliki resiko lebih tinggi mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang kurang optimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak pemberian ASI eksklusif terhadap pertumbuhan bayi 1-6 bulan. Metode penelitian menggunakan penelitian kualitatif. Analisis data dilakukan secara univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi setiap dan analisis bivariat menggunakan *uji wilcoxon*. Hasil penelitian menunjukkan Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,000. Karena nilai p = 0,000 < 0,05 ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh sebelum dan sesudah pemberian ASI eksklusif terhadap pertumbuhan bayi usia 1-6 bulan di RSU GMIM Bethesa Tomohon. Diharapkan pihak kesehatan meningkatkan kegiatan-kegiatan yang mendukung peningkatan cakupan ASI Eksklusif dan keberhasilan pemberian ASI Eksklusif, seperti memperbanyak program penyuluhan kepada masyarakat mengenai pentingnya pemberian ASI secara eksklusif.

Kata kunci: Bayi Usia 1–6 Bulan; Ibu Menyusui; Pemberian ASI Eksklusif; Pertumbuhan; ASI

1. LATAR BELAKANG

Tumbuh kembang anak berawal dari sejak ia dilahirkan. Seiring dengan perkembangan jaringan tubuh dan otaknya, maka berkembang pula kemampuan fisik dan psikisnya. Perkembangan tersebut secara terintegrasi mengembangkan pula sistem kognitif, bahasa, sensorik, motorik, sosial dan emosional anak yang saling berkaitan antar satu dengan yang lainnya.meningkat. (Yusuf Hidayat, 2023) Kodrat sebagai ibu adalah memberi air susu pada bayinya, hal tersebut adalah sesuatu kewajiban mulia untuk seorang ibu demi tumbuh kembang dan keselamatan bayi kelak di masa yang akan datang. Dengan diberikan ASI secara Eksklusif

Naskah Masuk: 03 Juli 2026; Revisi: 05 Agustus 2026; Diterima: 09 September 2026; Tersedia: 01 November 2026

1 sampai usia 6 bulan bayi bisa terlindungi penyakit-penyakit yang bisa menyebabkan kematian pada bayi. Selain bermanfaat pada bayi, dengan memberikan ASI secara Eksklusif juga bermanfaat pada ibu, seperti mengurangi perdarahan setelah persalinan, mengurangi resiko terkena kanker payudara atau kanker rahim. Namun demikian, saat ini di dunia diperkirakan sebanyak 85% perempuan tidak memberikan ASI pada bayinya dengan optimal. Menurut data UNICEF, tiga negara dengan cakupan pemberian ASI terendah di dunia adalah Negara Somalia, Negara Chad, dan Negara Afrika Selatan (WHO, 2020).

Negara Republik Indonesia, anjuran atau himbauan untuk memberikan ASI secara Eksklusif diatur dalam PP RI No. 33 Tahun 2012 yang menyatakan bahwa ibu wajib memberikan ASI secara Eksklusif pada bayinya hingga usia 6 bulan. Namun realisasinya masih sangat kurang.(Siti Maemunah1, 2021). Meskipun sebagian besar orang tua telah menyadari pentingnya memberikan ASI kepada bayinya, tetapi berbagai kendala masih ditemukan di masyarakat. Salah satunya adalah ketidak berhasilan ibu menyusui anaknya sampai usia 6 bulan. Alasannya adalah ibu belum memahami sepenuhnya cara menyusui yang benar termasuk teknik dan cara memperoleh ASI. (Fatimah1 & Kumalasari, 2023) Penelitian yang dilakukan di Srilanka , melaporkan bahwa ada pengaruh antara karakteristik sosiodemografi seperti suku, pendidikan, pekerjaan, usia dan jenis persalinan dengan terjadinya penyapihan dini atau penghentian pemberian ASI secara awal (sebelum enam bulan). Selain itu , ternyata sejumlah 30% ibu melakukan penyapihan atau penghentian pemberian ASI secara awal yaitu pada saat bayi berumur 5 bulan. Terdapat 52.9% ibu yang beranggapan bahwa ASI tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi, hal ini mungkin disebabkan karena kurangnya pengetahuan ibu. Terutama bagi ibu bekerja, risiko untuk menghentikan pemberian ASI secara dini lebih besar 3x lipat karena terkait peraturan cuti kerja yang tidak mendukung. Sebagai akibatnya ibu memutuskan untuk memberikan susu formula sebagai pengganti ASI ketika ibu sedang bekerja. (Tristanti & Khoirunnisa', 2020)

Pertumbuhan merupakan peningkatan ukuran antropometrik tubuh dinilai dengan mengukuran panjang dan berat badan yang mengacu pada Grafik Pertumbuhan berbasis standar organisasi kesehatan dunia untuk anak anak. Pertumbuhan bayi dan anak dapat dipantauan dengan mengukur panjang badan, berat badan serta lingkar kepala. Untuk usia di bawah 1 tahun dapat dilakukan setiap bulan, dengan pemeriksaan lanjutnya dapat dilakukan setiap 3 bulan hingga anak berusia 5 tahun. Data WHO pada tahun 2020 cakupan ASI eksklusif daritahun 2019 bayi dibawah usia enam bulan yang mendapatkan ASI eksklusif di seluruh duniahanya 39%. Pada tahun 2020 presentase tersebuthanya naik 1% menjadi 40%. Selain pertumbuhan fisik, ASI eksklusif juga memainkan peran penting dalam perkembangan kognitif, motorik,

komunikasi, dan sosial-emosional bayi. Nutrisi dan komponen bioaktif dalam ASI membantu pembentukan otak dan sistem saraf, yang berkontribusi pada kemampuan belajar dan keterampilan sosial anak. (Salakanagara & Maryani, 2026)

Berdasarkan data UNICEF hanya 3% ibu yang memberikan ASI eksklusif dan menurut SDKI 2019 cakupan ASI eksklusif di Indonesia baru mencapai 55%. Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (2020), ASI eksklusif usia kurang dari 2 bulan hanya mencakup 67 % dan semakin menurun dengan bertambahnya usia bayi, yaitu 54 % pada bayi usia 2-3 bulan dan 19 % pada bayi usia 7-9 bulan. Menunjukkan bahwa dari 41 bayi diantaranya yang diberi ASI secara eksklusif sebanyak 10 bayi (24,4%), dan bayi yang diberi ASI+PASI sebanyak 26 bayi(63,4%) dan yang diberi susu formula sebanyak 5 bayi (12,2%) didapatkan bahwa berat badan bayi yang diberi ASI Eksklusif yaitu 4.1 kg dan yang tidak eksklusif rata-rata berat badannya 3.5 kg. (Anggraeni & Benge, 2022)

Rendahnya cakupan ASI Eksklusif dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan bayi. Untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi, pemberian ASI Eksklusif merupakan kewajiban yang harus dilakukan. ASI Eksklusif adalah makanan paling baik untuk bayi, ASI memiliki kandungan zat gizi dengan jumlah serta komposisi yang tepat dan sangat dibutuhkan dalam tumbuh kembang bayi. Menurut (Sabriana et al., 2022) memburuknya gizi pada anak dapat terjadi akibat ketidaktahuan ibu mengenai cara memberikan ASI kepada anaknya. Kurangnya pengertian dan pengetahuan ibu tentang manfaat ASI dan menyusui menjadi factor terbersar penyebap ibu-ibu mudah terpengaruh dan beralih kepada susu formula.

2. KAJIAN TEORITIS

Air Susu Ibu atau yang biasa disingkat dengan ASI merupak suatu suspensi lemak didalam larutan protein, laktosa dan garam-garam anorganik yang semuanya tersebut dikeluarkan oleh sekumpulan kelenjar pada ibu yaitu kelenjar mamae, dimana fungsinya ASI tersebut adalah makanan buat bayinya. Sedangkan ASI Ekslusif atau exclusive breastfeeding adalah pemberian ASI secara penuh sampai bayi berusia 4 bulan tanpa diberikan makan tambahan ataupun minuman tambahan lain kecuali obat-obatan seperti sirup atau lainnya.(Suciati & Wulandari, 2020). ASI eksklusif yaitu proses pemberian ASI saja kepada bayi baru lahir sampai dengan usia 6 bulan tanpa memberikan penambahan minuman atau makanan lain, kecuali ada indikasi medis bila sakit berupa obat-obatan serta vitamin atau mineral tetes. (Inyke Tri S, 2025)

Pemberian ASI eksklusif merupakan salah satu bentuk perilaku sehat. Perilaku menurut teori *Lawrence Green* ditentukan oleh 3 faktor utama yaitu faktor predisposisi,faktor

pemungkin, dan faktor penguat. Faktor predisposisi terdiri dari usia, pengetahuan, sikap, kepercayaan, pendidikan, paritas, dan status ekonomi. Faktor pendukung yaitu ketersediaan fasilitas memerah ASI di tempat bekerja, walaupun kebijakan tentang penyediaan fasilitas khusus menyusui sudah diberlakukan namun masih ada tempat bekerja yang belum menerapkan kebijakan tersebut.

Menyusui adalah proses alami dimana dalam prosesnya 6 bulan pertama kelahiran diharapkan full tanpa makanan tambahan atau yang dikenal dengan istilah ASI eksklusif, dan dilanjutkan pemberian ASI sampai usia anak 2 tahun tetapi ditambahi dengan makanan pendamping. Untuk bisa sukses menyusui dibutuhkan banyak factor diantaranya adanya kolaborasi mental, emosional dan fisik antara ibu dan bayinya. (Suciati & Wulandari, 2020)

ASI eksklusif merupakan suatu perilaku sehingga faktor-faktor yang memengaruhi

ASI eksklusif adalah faktor- faktor yang memengaruhi perilaku. Menurut teori perilaku

Lawrence Green, terdapat tiga faktor yang dapat membentuk perilaku yaitu faktor predisposisi, faktor pemungkin, dan faktor pendorong. Faktor predisposisi terwujud dalam faktor sosio- demografi, seperti status pekerjaan dan pendapatan. Faktor pemungkin terwujud dalam fasilitas yang dapat memungkinkan terjadinya perubahan perilaku. Fasilitas yang dimaksud seperti tempat bersalin dan ketersediaan ruang ASI di

tempat kerja. Status atau peran ganda pada perempuan ini yang akan berpengaruh terhadap kesehatan anak-anak mereka. Di satu sisi perempuan harus menjalankan tugasnya sebagai ibu yang bekerja, di sisi lain harus memenuhi hak anaknya untuk mendapatkan ASI guna mencukupi asupan gizi anak agar anak tumbuh dan berkembang dengan baik. (Efriani & Astuti, 2020) Sementara itu, faktor pendorong terwujud dalam pemikiran orang lain yang dianggap berpengaruh, misalnya petugas kesehatan yang memberikan informasi-informasi terkait ASI eksklusif dan dukungan suami. Namun, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk terus menggali faktor-faktor apa saja yang berisiko memicu kegagalan ASI eksklusif agar didapatkan solusi yang tepat untuk mengatasi permasalahan rendahnya cakupan ASI eksklusif yang berdampak pada pertumubuhan bayi usia 1-6 bulan. (Juniar et al., 2023)

Menurut (Anjas Sari et al., 2022) faktor penyebab utama terjadinya kematian pada bayi baru lahir dan balita adalah penurunan angka pemberian inisiasi menyusui dini dan ASI eksklusif. Padahal pertumbuhan dan perkembangan bayi sebagian besar ditentukan oleh jumlah ASI yang diperoleh termasuk energi dan zat gizi lainnya yang terkandung di dalam ASI. Hal ini di sebabkan oleh kurangnya pengetahuan para ibu tentang manajemen laktasi, seperti cara memerah dan menyimpan ASI yang kurang tepat dapat mempengaruhi proses menyusui.

3. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan metode *pre-eksperimen*. Penelitian dilakukan di wilayah RSU GMIM Bethesa Tomohon. Sampel penelitian semua orang yang mempunyai bayi usia di bawah 1 tahun (1-6 bulan) lebih tepatmya. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling.* Populasi yang digunakan adalah seluruh orang tua yang berada di RSU GDIM Bethesa Tomohon. Sampel yang digunakan menggunakan Teknik sampling yaitu 30 responden. Variabel independent yaitu intervensi pemberian ASI Eksklusif terhadap pertumbuhan bayi usia 1-6 bulan, sedangkan variabel dependent pengaruh pemberian ASI Eksklusif terhadap pertumbuhan. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner. Teknik analisis data menggunakan *uji Wilcoxon.*

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, di Wilayah RSU GMIM Bethesa Tomohon

Karakteristik Responden	f	%
Umur Responden		
1-2 bulan	13	43
3-4 bulan	11	37
>4 bulan	6	20
Jenis Kelamin		
Laki-laki	15	50
Perempuan	15	50
Pemberian ASI		
ASI Eksklusif	2	7
ASI tidak Eksklusif	28	93

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa karakteristik responden berdasarkan umur responden, mayoritas responden berumur 1-2 bulan sebanyak 13 responden (43%), dan minoritas responden yang berumur > 4 bulan sebanyak 6 responden (20%). Berdasarkan jenis kelamin laki-laki dan perempuan sama-sama memiliki 15 responden (50%). Berdasarkan pemberian asi, minoritas responden yang memiliki asi eksklusif sebanyak 2 responden (7%), mayoritas responden yang memiliki asi tidak eksklusif sebanyak 28 responden (93%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pertumbuhan Sebelum dan Sesudah Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah RSU GMIM Bethesa Tomohon

Karakteristik Responden		f	%
Pertumbuhan Sebelum			
Normal		3	10
Kurang		27	90
Pertumbuhan Sesudah			
Normal	30		100

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa karakteristik responden berdasarkan pertumbuhan sebelum diberi asi minoritas responden dengan kategori normal sebanyak 3 responden (10%), mayoritas responden kategori kurang sebanyak 27 responden (90%), dan karakteristik responden sesudah diberi asi sebanyak 30 responden (100%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Peningkatan Berat badan di Wilayah RSU GMIM Bethesa Tomohon

Karakteristik Responden	f	%
Peningkatan Berat Badan		
Meningkat	28	93
Tetap	2	7

Berdasarkan tabel 3, dapat dilihat bahwa karakteristik responden berdasarkan peningkatan berat badan minoritas responden tetap sebanyak 2 responden (7%), mayoritas responden kategori meningkat sebanyak 2 responden (93%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pertumbuhan Sebelum dan Sesudah di Wilayah RSU GMIM Bethesa Tomohon

Variabel	Negative Ranks n (%)	Positive Ranks n (%)	Ties n (%)	Z	p-value
Pertumbuhan Sesudah Pertumbuhan Sebelum	27 (90)	0 (0,0)	3 (10)	-5,196	0,000

Berdasarkan table 4, hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* terhadap nilai pertumbuhan sebelum dan sesudah perlakuan diperoleh 27 negative ranks, 0 positive ranks, dan 3 ties. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat 27 responden yang memiliki nilai pertumbuhan sesudah lebih rendah dibandingkan sebelum perlakuan, tidak ada responden yang mengalami peningkatan nilai pertumbuhan, serta terdapat 3 responden yang tidak mengalami perubahan nilai pertumbuhan.

Hasil uji statistik menunjukkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed**)** = 0,000. Karena nilai signifikansi 0,000 < 0,05, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai pertumbuhan sebelum dan sesudah perlakuan. Berdasarkan arah peringkat (negative ranks lebih dominan), perbedaan tersebut menunjukkan bahwa nilai pertumbuhan sesudah secara signifikan lebih rendah dibandingkan nilai pertumbuhan sebelum.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pertumbuhan Sebelum dan Sesudah Diberi ASI Eksklusif di Wilayah RSU GMIM Bethesa Tomohon

Variabel	Negative Ranks n (%)	Positive Ranks n (%)	Ties n (%)	Z	p-value
Pertumbuhan Sesudah Pertumubuhan Sebelum	28 (93)	0 (0,0)	2 (7)	-5,292	0,000

Berdasarkan hasil *uji Wilcoxon Signed Ranks Test* terhadap 30 responden, diperoleh 28 responden (93,3%) berada pada kategori negative ranks, yang menunjukkan adanya perubahan

nilai setelah pemberian ASI dibandingkan sebelum perlakuan sesuai arah selisih yang dihitung oleh SPSS. Tidak terdapat responden (0,0%) yang termasuk dalam kategori positive ranks, sedangkan 2 responden (6,7%) memiliki nilai yang sama (ties) antara pengukuran sebelum dan sesudah pemberian asi.

Hasil analisis menunjukkan Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,000. Karena nilai p = 0,000 < 0,05, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kondisi sebelum dan sesudah pemberian ASI. Oleh karena itu, peneliti menemukan adanya masalah signifikan terkait peningkatan pettumbuhan sebelum dan sesudah intervansi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa pengaruh pemberian ASI eksklusif terhadap pertumbuhan bayi usia 1-6 bulan di wilayah RSU GMIM Bethesa Tomohon.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 1-6 bulan berpengaruh terhadap pertumbuhan. Status perumbuhan baik bila tubuh memperoleh asupan asi yang baik dan cukup, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik dan kesehatan secara umum pada keadaan umum sebaik mungkin. Status pertumbuhan kurang terjadi bila tubuh mengalami kekurangan atau kelebihan zat gizi maupun nutrisi. Selama masa pertumbuhan dan perkembangan, bayi dan anak balita harus mendapatkan semua zat gizi yang diperlukan oleh tubuhnya. Maka pola makan yang dikonsumsi ibu menyusui juga harus berupa menu yang seimbang dan harus memenuhi standar gizi yang dibutuhkan. Dengan demikian akan tumbuh secara optimal, dan seluruh sistem kekebalan tubuhnya juga akan berfungsi dengan baik sehingga anak menjadi tidak mudah diserang penyakit. (Ani, 2020)

Pada penelitian ini bayi yang memiliki status gizi kurang dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, tidak diberikan ASI eksklusif dikarenakan Ibu merasa ASI tidak cukup sehingga diberikan tambahan minuman selain ASI (PASI/MPASI) sebelum 6 bulan, status kelahiran prematur, pendidikan Ibu yang rendah, dan kondisi kesehatan bayi yang tidak baik seperti pneumoni dan bilirubin yang tinggi, dan perawakan sangat pendek. Berdasarkan status gizi baik dan buruk, tidak terdapat hubungan antara pemberian ASI eksklusif dan ASI non eksklusif terhadap status gizi baik dan buruk, beberapa faktor yaitu, bayi yang tidak diberikan ASI eksklusif karena Ibu merasa ASI tidak cukup dan tidak disusui sampai benar-benar kenyang, dan perawakan sangat pendek. (Dian Widianti Mukaromah, 2022)

Pemenuhan kebutuhan nutrisi bagi anak-anak itu pada dasarnya sama, yakni untuk mencukupi segala kebutuhan guna pertumbuhan .untuk mencapai kebutuhannya. Pemenuhan nutrisi yang baik, akan membantu mencegah terjadinya penyakit yang akut maupun kronik, di

samping menopang perkembangan serta kemampuan fisik dan mentalnya. (Gizi dan Kesehatan et al., 2023) Dengan demikian akan tumbuh secara optimal. Perkembangan dan pertumbuhan fisik, mental, serta otak anak tidak semata – mata tergantung pada gen yang diwariskan oleh orang tuanya. Pemberian ASI dengan kandungan nutrisi yang baik serta stimulasi lingkungan yang kondusif juga mempunyai peran yang sangat penting.

Tujuan utama dari pemberian ASI eksklusif terhadap pertumbuhan bayi adalah menjaga kesehatan tubuh, mendukung pertumbuhan yang optimal pada bayi, menyimpan nutrisi yang diperlukan, dan memastikan aktivitas serta fungsi sehari-hari berjalan dengan baik. Membiasakan konsumsi makanan yang sehat, bergizi, dan seimbang sangat penting. Untuk memastikan asupan nutrisi yang baik bagi bayi usia 1-6 bulan, peran aktif orang tua, terutama ibu, sangat penting. Ibu diharapkan mengkonsusmsi makanan yang, kaya protein, serta sayur dan buah.

Diskusi tentang gizi maupun nutrisi mencakup bagaimana manusia memperoleh dan mengkonsumsi makanan, proses pemanfaatannya oleh tubuh, dan pengaruhnya terhadap kualitas kesehatan dan prestasi manusia. Kualitas gizi yang baik sangat penting untuk kekuatan dan ketahanan suatu bangsa, karena tanpa gizi yang optimal, kesehatan dan daya saing penduduk tidak akan tercapai. (Setaarwati & Wahyudin, 2024).

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemberian ASI eksklusif terhadap pertumbuhan bayi usia 1-6 bulan di wilayah RSU GMIM Bathesa Tomohon dengan *p-value* = 0,000. Dengan membiasakan ibu menyusui mengkonsumsi makanan yang bergizi, bayi akan mendapatkan sumber energi yang baik dan fondasi kuat, tumbuh dan kembang secara optimal, baik dari segi fisik, kognitif, maupun emosional dimasa depan. Penelitian ini menyatakan bahwa tubuh memerlukan berbagai nutrisi esensial, seperti protein, karbohidrat, lemak, vitamin dan mineral untuk menjalankan fungsi biologis yang optimal. Keseimbangan antara berbagai jenis nutrisi yang dikonsumsi oleh ibu sangat penting untuk mendukung peningkatan pertumbuhan bayi usia 1-6 bulan. Saran bagi responden agar lebih memperhatikan pola makan yang tinggi nutrisi untuk kesehatan maupun kelancaran ASI untuk bayi. Saran bagi puskesmas atau nakes agar lebih memperbanyak penyuluhan dan edukasi bagi ibu menyusui. Saran bagi peneliti selanjutnya agar lebih banyak variabel yang diteliti dan dapat memperbanyak atau memperluas penelitian tersebut serta memperbanyak responden yang akan diteliti.

DAFTAR REFERENSI

Anggraeni, S., & Benge, D. (2022). Analisis pemberian ASI Ekslusif dengan Berat Badan Bayi Usia 1-6 Bulan. *Journal for Quality in Women's Health*, *5*(1), 42–51. https://doi.org/10.30994/jqwh.v5i1.116

Ani, L. (2020). HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN PERTUMBUHAN ANAK USIA 1-5 TAHUN. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, *10*(2), 92–99.

Anjas Sari, W., Nur Farida, S., & Husada Jombang, S. (2022). *HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU MENYUSUI TENTANG MANFAAT ASI DENGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF KABUPATEN JOMBANG*.

Dian Widianti Mukaromah, E. S. (2022). *Pengaruh_Pemberian_Asi_Ekslusif_dan_ASI*.

Efriani, R., & Astuti, D. A. (2020). Hubungan umur dan pekerjaan ibu menyusui dengan pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Kebidanan*, *9*(2), 153. https://doi.org/10.26714/jk.9.2.2020.153-162

Fatimah, N., & Kumalasari, N. (2023). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kegagalan Ibu Dalam Memberikan Asi Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan Di Puskesmas Bangetayu Semarang Related Factors Of Mother's Failure In Exclusive Breastfeeding To Babies Aged 0-6 Months In Bangetayu Public Health Center Semarang*.

Gizi dan Kesehatan, J., Gizi Dan Kesehatan Terhadap Pertumbuhan Dan Perkembangan Pada Anak, P., Oktaviani Melianti, E., & Yulastri, A. (2023). *Literature Review : Literature Review : Effects of Nutrition and Health on Growth and Development in Children*. *3*(1). https://doi.org/10.36086/jgk.v3i1

Inyke Tri S, A. P. (2025). *Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Perkembangan Motorik Halus Pada Bayi Usia 6 Bulan di Klinik Temu Waras Arjasa Jember*. *5*.

Juniar, F., Akhyar, K., & Ratna Kusuma, I. (2023). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Ketidakberhasilan ASI Eksklusif pada Ibu Menyusui. *Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat*, *2023*, 4. https://doi.org/10.14710/jrkm.2023.18

Sabriana, R., Riyandani, R., Wahyuni, R., & Akib, A. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 201–207. https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.738

Salakanagara, U., & Maryani, D. (2026). Journal of Midwifery Practice and Professionalism Pengaruh Pemberian ASI Eksklusif terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi, Systematic Literature Review. *Journal of Midwifery Practice and Professionalism JMPP JOURNAL*, *1*(1), 26–38. https://doi.org/10.56861/jmpp.v1i1

Setaarwati, A., & Wahyudin, E. (2024). *Pemberian Asupan Gizi Seimbang terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini*.

Siti Maemunah1, R. S. S. (2021). *ASI EKSKLUSIF DENGAN PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN BAYI USIA 1-6 BULAN*.

Suciati, S., & Wulandari, S. (2020). *FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF : Literature Review*.

Tristanti, I., & Khoirunnisa', F. N. (2020). *Studi Kualitatif Faktor Penyebab Rendahnya Cakupan Asi Eksklusif Di Kudus, Jawa Tengah,Indonesia (Qualitative Study) The Cause Factors Of Low Coverage On Exclusive Breastfeeding At Kudus, Central Java, Indonesia 1)*.

Yusuf Hidayat, D. N. V. S. (2023). *ANALISIS DAMPAK PEMBERIAN MP-ASI DINI TERHADAP PERTUMBUHAN BAYI 0-6 BULAN*. *2*.