



**GAMBARAN KESIAPAN IBU DALAM PEMBERIAN ASI
EKSKLUSIF DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BERGAS**

SKRIPSI

Disusun Oleh :

KHARISMA MUTIARA DEWISAFITRI

152221063

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

2024



**GAMBARAN KESIAPAN IBU DALAM PEMBERIAN ASI
EKSKLUSIF DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BERGAS**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kebidanan

Disusun Oleh :

KHARISMA MUTIARA DEWISAFITRI

152221063

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

**GAMBARAN KESIAPAN IBU DALAM PEMBERIAN ASI
EKSKLUSIF DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BERGAS**

Disusun Oleh:

NAMA : KHARISMA MUTIARA DEWISAFITRI

NIM: 152221063

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah di diperkenakan untuk diujikan

Ungaran, 11 Januari 2024

Pembimbing



Heni Setyowati, S.Si.T.,M.Kes.

NIDN : 0617038002

HALAMAN PENGESAHAN

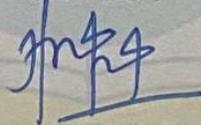
Skripsi Berjudul :
GAMBARAN KESIAPAN IBU DALAM PEMBERIAN ASI
EKSKLUSIF DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BERGAS

Disusun oleh:
KHARISMA MUTIARA DEWISAFITRI
152221063

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Kebidanan
Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, pada:

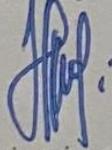
Hari : Selasa
Tanggal : 23 Januari 2024

Ketua Penguji



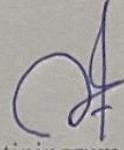
Heni Setyowati, S.Si.T.,M.Kes.
NIDN.0617038002

Penguji 1



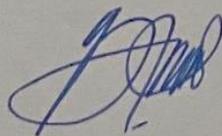
Moneca Diah Listiyaningsih, S.S.T., M.Kes
NIDN. 0613038802

Penguji 2



Wahyu Kristiningrum, S.Si.T., M.Kes
NIDN.0610048803

Ketua Program Studi



Luvli Dian Afriani, S.Si.T., M.Kes
NIDN. 0627048302

Dekan Fakultas Kesehatan



Eko Susilo, S.Kep, Ns., M.Kep
NIDN.0627097501

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Kharisma Mutiara Dewisafitri

NIM : 152221063

Program Studi/Fakultas : S1 Kebidanan/Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi yang berjudul Gambaran Kesiapan Ibu Dalam Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Bergas adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Semarang, 17 Januari 2024

Pembimbing



Heni Setyowati, S.Si.T., M.Kes.

NIDN : 0617038002

Yang membuat pernyataan,



Kharisma Mutiara Dewisafitri

NIM:152221063

LEMBAR PERSETUJUAN
PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo:

Nama : Kharisma Mutiara Dewisafitri

Nomor Induk Mahasiswa : 152221063

Program Studi : Sarjana Kebidanan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya memberikan kepada Perpustakaan Universitas Ngudi Waluyo skripsi saya yang berjudul “Gambaran Kesiapan Ibu Dalam Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Bergas” beserta perangkat yang diperlukan. Dengan demikian saya memberikan kepada perpustakaan Universitas Ngudi Waluyo hak untuk menyimpan, mengalihkan dalam bentuk media lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data, mendistribusikan secara terbatas, dan mempublikasikannya di internet atau media lain untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya maupun memberikan royalti kepada saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis.

Atas kemajuan teknologi informasi, saya tidak berkeberatan jika nama, tanda tangan, gambar atau image yang ada dalam skripsi saya terindeks oleh mesin pencari (*search engine*), misalnya google. Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Ungaran, 17 Januari 2024
Yang membuat pernyataan ini



Kharisma Mutiara Dewisafitri
152221063

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Kharisma Mutiara Dewisaftri
NIM : 152221063
Tempat/Tanggal Lahir : Semarang, 09 April 2000
Jenis Kelamin : Perempuan
Unit Kerja : -
Instansi : Universitas Ngudi Waluyo
Alamat : Jl. Puspogiwang 1 no 2 rw01/rt04 kel.gisikdrono
kec.Semarang Barat
Handphone : 082135372332
Email : kharismamutiaraa23@gmail.com
Judul Penelitian saat ini : Gambaran Kesiapan Ibu Dalam Pemberian ASI
Eksklusif
Pembimbing :Heni Setyowati, S.Si.T.,M.Kes.
Handphone : 085741416969
Riwayat Pendidikan :

Tahun Masuk - Tahun Lulusan	Sekolah/PT
SD (2007 - 2012)	SDN Kalibanteng Kidul 01 Semarang
SMP (2012 - 2015)	SMP Hj. Isriati Semarang
SMA (2015 - 2018)	SMA 1 Kesatrian Semarang
Diploma Kebidanan (2018 – 2021)	STIKES Telogorejo Semarang
S1 Kebidanan Transfer (2022– Sekarang)	Universitas Ngudi Waluyo Semarang

Universitas Ngudi Waluyo
Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan
Skripsi, Januari 2024
Kharisma Mutiara Dewisafitri
152221063

GAMBARAN KESIAPAN IBU DALAM PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BERGAS

Kharisma Mutiara Dewisafitri¹, Heni Setyowati²

ABSTRAK

Latar Belakang: ASI eksklusif merupakan bayi yang hanya mendapat ASI saja selama 6 bulan. Angka pemberian asi eksklusif di Indonesia yaitu 52,5 % atau hanya setengah dari 2,3 juta bayi berusia kurang dari enam bulan yang mendapat ASI eksklusif. Rendahnya angka ASI eksklusif salah satunya disebabkan karena kegagalan ibu dalam memberikan ASI pada bayinya akibat kurangnya kesiapan ibu. Persiapan laktasi harus dilakukan mulai dari masa kehamilan khususnya trimester III. Kesiapan ibu dalam pemberian ASI eksklusif meliputi kesiapan fisik dan kesiapan mental psikologis.

Tujuan: Mengetahui gambaran kesiapan ibu dalam pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Bergas

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan survey analitik *pendekatan cross sectional*. Instrumen pengumpulan data berupa kuesioner mengenai kesiapan fisik dan mental ibu hamil trimester III dalam pemberian ASI eksklusif berjumlah 21 butir pertanyaan kuesioner. Analisa data menggunakan distribusi frekuensi. Teknik sampling yang digunakan adalah total *sampling* sebanyak 36 responden ibu hamil trimester III

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah responden yang siap untuk memberikan ASI Eksklusif sebanyak 21 orang (58,3%). Sedangkan responden yang tidak siap memberikan ASI eksklusif sebanyak 15 orang (41,7%).

Simpulan : Mayoritas ibu di Puskesmas Bergas telah memiliki kesiapan memberikan ASI eksklusif. Ibu diharapkan mempersiapkan laktasi sejak kehamilan trimester III.

Kata Kunci: Kesiapan ibu, menyusui, ASI Eksklusif,

Universitas Ngudi Waluyo
Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan
Skripsi, Januari 2024
Kharisma Mutiara Dewisafitri
152221063

**DESCRIPTION OF MOTHER'S READINESS IN PROVIDING
EXCLUSIVE ASI IN THE WORKING AREA OF BERGAS HEALTH
CENTER**

Kharisma Mutiara Dewisafitri¹, Heni Setyowati²

ABSTRACT

Background: Exclusive breastfeeding is a baby who only gets breast milk for 6 months. The rate of exclusive breastfeeding in Indonesia is 52.5% or only half of the 2.3 million babies aged less than six months who receive exclusive breastfeeding. One of the reasons for the low rate of exclusive breastfeeding is the failure of mothers to provide breast milk to their babies due to the mother's lack of readiness. Preparation for lactation must be done starting from the pregnancy period, especially the third trimester. Maternal readiness for exclusive breastfeeding includes physical readiness and psychological mental readiness.

Objective: To understand the description of mothers' readiness for exclusive breastfeeding in the Bergas Community Health Center working area

Research Method: This research uses a cross-sectional analytical survey approach. The data collection instrument was a questionnaire regarding the physical and mental readiness of pregnant women in the third trimester for exclusive breastfeeding, consisting of 21 questions. Data analysis uses frequency distribution. The sampling technique used was a total sampling of 36 respondents from third trimester pregnant women

Results: The results of the study showed that the number of respondents who were ready to provide exclusive breastfeeding was 21 people (58.3%). Meanwhile, 15 respondents (41.7%) were not ready to provide exclusive breastfeeding.

Conclusion: The majority of mothers at the Bergas Community Health Center are ready to provide exclusive breastfeeding. Mothers are expected to prepare for lactation from the third trimester of pregnancy.

Keywords: Maternal readiness, breastfeeding, exclusive breastfeeding,

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur bagi Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat serta anugrahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul : “Gambaran Kesiapan Ibu Dalam Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Bergas” sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.

Selama melakukan penelitian maupun penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, sehingga penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Subyantoro, M. Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Luvi Dian Afriyani, S.SiT., M.Kes selaku Ketua Program Studi sarjana Kebidanan Fakultas Kesehatan universitas Ngudi Waluyo.
4. Heni Setyowati, S.SiT., M.Kes selaku pembimbing yang banyak memberi saran dan petunjuk dalam pembuatan laporan kasus ini.
5. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo. Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan rahmat dan berkat-Nya.
6. Orang tua saya bapak Priyanto dan ibu Indah Kurniawati, dan keluarga besar yang selalu mendukung dan memberikan semangat dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Teman-teman saya Mahasiswa prodi S1 Kebidanan yang sudah memberikan semangat dan berjuang bersama-sama.

8. Pihak Puskesmas Bergas yang telah memberikan kesempatan bagi penulis untuk melaksanakan penelitian.

Penulis menyadari keterbatasan dalam penyusunan skripsi ini, maka penulis mengharapkan saran dan bimbingan dari berbagai pihak demi perbaikan selanjutnya. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pengembangan ilmu kebidanan umumnya dan menambah pengetahuan bagi penulis dan pembaca.

Akhir kata penulis ucapkan terima kasih banyak kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini. Penulis berharap skripsi ini bisa memberikan manfaat bagi pembaca khususnya dalam bidang kesehatan.

Semarang, 17 Januari 2024

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Kharisma', with a long, sweeping underline that extends to the left.

Kharisma Mutiara Dewisafitri

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN ORISINILITAS	v
PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR BAGAN.....	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Tinjauan Teori.....	8
B. Kerangka Teori	27
C. Kerangka Konsep.....	27
BAB III METODE PENELITIAN	32
A. Desain Penelitian.....	32
B. Lokasi Dan Waktu Penelitian	32
C. Subjek Penelitian.....	32
D. Definisi Operasional	33
E. Pengumpulan Data	34
F. Analisis Data	37
G. Teknik Analisis Data.....	39

H. Etika Penelitian	41
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	43
A. Karakteristik Responden	43
B. Hasil Analisis Univariat dan Pembahasan	47
BAB V KESIMPULAN SARAN.....	61
A. Kesimpulan	61
B. Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN.....	70

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori	30
Bagan 2.2 Kerangka Konsep.....	31f

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional	33
Tabel 4.1 Karakteristik responden	43
Tabel 4.2 Gambaran Kesiapan Ibu Hamil Trimester III dalam Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Puskesmas Bergas	47
Tabel 4.3 Distribusi Frekuesnsi Kuesioner Kesiapan Ibu Hamil Trimester III dalam Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Puskesmas Bergas	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Studi Pendahuluan dan Ijin Penelitian

Lampiran 2 Surat EC

Lampiran 3 Surat Bebas Plagiasi

Lampiran 4 Surat Permohonan menjadi responden

Lampiran 5 Kuesioner Penelitian

Lampiran 6 Hasil Uji validitas

Lampiran 7 Hasil Uji Reabilitas

Lampiran 8 Data Tabulasi

Lampiran 9 Hasil Olah Data

Lampiran 10 Dokumentasi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Air Susu Ibu (ASI) merupakan pilihan nutrisi terbaik untuk bayi karena kandungannya terdiri dari beragam nutrisi dan zat gizi yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal. ASI eksklusif adalah praktik memberikan Air Susu Ibu (ASI) secara penuh dan tidak ada tanpa disertai makanan dan minuman pendamping lainnya termasuk obat-obatan sejak hari pertama kehidupan bayi hingga 6 bulan. Meskipun angka inisiasi menyusui secara global relatif tinggi, tahun 2021 hanya 40% dari semua bayi di bawah 6 bulan mendapatkan ASI eksklusif dan 45% yang mendapatkan ASI sampai usia 24 bulan (WHO, 2021).

Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) 2021 angka pemberian asi eksklusif di Indonesia yaitu 52,5 % atau hanya setengah dari 2,3 juta bayi berusia kurang dari enam bulan yang mendapat ASI eksklusif. Data tersebut angkanya menurun sebesar 12% dari angka pemberian ASI eksklusif di tahun 2019. Angka inisiasi menyusui dini (IMD) juga turun dari 58,2 % pada tahun 2019 menjadi 48,6 % pada tahun 2021 (KEMENKES, 2021). Menurut Badan Pusat Statistik tahun 2022 data cakupan pemberian ASI Eksklusif di wilayah Jawa Tengah sebesar 78,71% jumlah tersebut sedikit menurun bila dibandingkan tahun 2021 sebesar 78,93% (BPS, 2022) Menurut Profil Kesehatan Kabupaten Semarang tahun 2021, Cakupan ASI di Puskesmas Bergas masih rendah yaitu sejumlah 42% (Dinas Kesehatan Kabupaten Semarang, 2022)

Memahami pentingnya ASI dan sejumlah keuntungannya pemerintah telah mengeluarkan peraturan No. 33 tahun 2012 mengenai ASI Eksklusif. Dalam peraturan tersebut dijelaskan bahwa setiap bayi memiliki hak untuk menerima ASI, kecuali terdapat indikasi medis yang menyebabkan ibu tidak dapat menyusui atau tidak dilakukan rawat gabung dengan bayinya. Peraturan pemerintah dengan tegas menegaskan kewajiban setiap ibu agar senantiasa memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya, pentingnya praktik ini untuk mendukung kesehatan dan perkembangan bayi (Nani & Jumiatun, 2023)

Pada primigravida ibu yang baru pertama kali mengalami kehamilan ini akan mengalami pengalaman menyusui bayinya untuk pertama kalinya. Ibu mungkin belum memiliki pengetahuan mencukupi mengenai menyusui alami dengan ASI (Air Susu Ibu) serta pentingnya pemberian ASI untuk pertumbuhan dan perkembangan pada calon bayinya (Ana Yuliana & Tri Wahyuni, 2020)

Mempersiapkan diri untuk menyusui selama kehamilan sangat penting karena dengan persiapan yang matang, seorang ibu akan lebih siap secara fisik dan mental untuk memberikan ASI kepada bayinya. Persiapan ini mencakup peningkatan pengetahuan dan dukungan psikologis guna mempersiapkan kesehatan mental, serta pelayanan kesehatan untuk memastikan kondisi fisik ibu optimal. Dengan mempersiapkan diri dengan baik, seorang ibu akan merasa lebih yakin dan siap untuk memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya. Aspek kesiapan fisik melibatkan evaluasi kondisi payudara, terutama pada puting susu, dan pemantauan gizi ibu. Sementara itu, kesiapan mental terlihat dari sikap positif dan keputusan yang diambil ibu terkait pemberian ASI, serta

kesadaran akan tanggung jawabnya untuk memberikan ASI, yang dapat dimulai sejak masa kehamilan atau bahkan sebelum hamil untuk memastikan kesiapan dalam memenuhi kebutuhan pemberian ASI (Faizzah et al., 2022). Pentingnya ASI bagi bayi dapat dilihat dari beberapa manfaatnya termasuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi, mendukung perkembangan optimal, dan meningkatkan daya tahan tubuh. Kandungan antibodi dalam ASI memiliki peran penting dalam mendukung sistem imun tubuh sehingga bayi dengan asupan ASI eksklusif cenderung memiliki ketahanan yang lebih baik terhadap penyakit dan risiko infeksi pada sistem pencernaan mereka pun berkurang (Prautami et al., 2023).

Apabila selama kehamilan ibu melakukan persiapan yang baik maka akan lebih siap secara mental dan fisik untuk memberikan ASI kepada bayinya. Persiapan ini mencakup peningkatan pengetahuan, dukungan orang sekitar untuk menjaga stabilitas mental emosional ibu dan pelayanan kesehatan yang memadai untuk memastikan kesiapan fisik ibu. Melibatkan aspek pengetahuan dan psikologis akan membantu ibu menyiapkan pikirannya sementara pelayanan kesehatan membantu memastikan kondisi fisik yang baik. Apabila dipersiapkan dengan matang, ibu mungkin akan lebih percaya diri dan siap memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Kesiapan fisik ibu dapat dilihat dari kondisi payudara hal yang utama adalah puting susu dan asupan gizi. Sementara itu, kesiapan mental tercermin dalam sikap positif dan keputusan ibu terkait pemberian ASI yang dapat dimulai sejak masa kehamilan atau bahkan sebelumnya menunjukkan kesiapan untuk memenuhi tanggung jawab

memberikan ASI (Rahayu Khairiah et al., 2022). Persiapan fisik untuk menyusui salah satunya yaitu dilakukan perawatan payudara. Teknik untuk memperbanyak produksi ASI antara lain perawatan yang dilakukan terhadap payudara atau breast care, pemijatan payudara dan pijat oksitosin (Setyowati., 2015).

Kesiapan ibu primigravida dalam menyusui bervariasi, dapat diperhatikan dari tingkat tekad yang dimiliki oleh ibu. Sebab, tingkat tekad yang kuat pada seorang ibu menjadi faktor penentu keberhasilan menyusui. Ketika niat yang baik difokuskan pada suatu tujuan yang positif maka hal ini dapat berpengaruh positif terhadap hasil menyusui. Hal serupa juga berlaku dalam konteks menyusui di mana niat yang kuat dan positif dapat memengaruhi hasil yang positif pula (Lentina et al., 2021a)

Penelitian oleh Liani (2022) mengenai Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III tentang Manajemen Laktasi dengan Kesiapan Ibu Memberikan ASI Eksklusif di Puskesmas Mustika Jaya Tahun 2022, menyebutkan bahwa persiapan menyusui harus dilakukan sejak kehamilan trimester III. Mempersiapkan menyusui sejak dini dengan baik memiliki hubungan dengan keberhasilan ASI eksklusif. Kesiapan itu berupa kesiapan fisik dan mental serta pengetahuan yang cukup mengenai manajemen laktasi (Liani, 2022).

Penelitian oleh (Lentina et al., 2021a) dengan judul pengaruh kesiapan ibu terhadap keberhasilan menyusui menunjukkan bahwa kategori kesiapan ibu baik yang siap ataupun tidak siap, responden cenderung berhasil memberikan ASI

eksklusif. Sedangkan sebagian besar responden 81% yang memiliki kesiapan menyusui berhasil dalam memberikan ASI terhadap bayinya secara eksklusif dengan menghasilkan *p value* 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan bermakna antara kesiapan ibu dan keberhasilan menyusui.

Berdasarkan jurnal penelitian yang dilakukan (Ibrahim & Rahayu, 2021), dengan judul Analisis faktor yang berhubungan dengan pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja puskesmas Suli dengan menggunakan uji *Chi-Square* di dapatkan nilai pada taraf kepercayaan 98%, artinya *p value* <0,05. Kesimpulan bahwa menunjukkan terdapat hubungan antara pengetahuan ibu menyusui dengan pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja puskesmas Suli.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada tanggal 23 November 2023 melakukan penelitian di wilayah Puskesmas Bergas, Melalui Wawancara terhadap 5 ibu hamil primigravida trimester 3 dalam kesiapan menyusui mengatakan bahwa 2 ibu hamil primigravida trimester 3 mengetahui mengenai cara perawatan payudara, dan pentingnya perawatan payudara untuk persiapan menyusui harus dilakukan sejak masa kehamilan, ibu mengetahui mengenai pentingnya pemberian ASI Eksklusif, dan telah mendapatkan informasi melalui penyuluhan oleh bidan. Sedangkan 3 ibu hamil primigravida trimester 3 mengatakan belum mengetahui mengenai kesiapan menyusui seperti perawatan payudara yang benar dan informasi pemberian ASI eksklusif, ibu belum mengetahui mengenai bahwa perawatan payudara harus dilakukan sejak masa kehamilan, ibu belum mengetahui mengenai pentingnya peran dan dukungan suami dan selama proses menyusui, ibu belum mengetahui tentang

asupan makanan yang diperlukan pada saat kehamilan untuk mempersiapkan pemberian ASI eksklusif, dan ibu mengatakan tidak pernah mengikuti kelas ibu hamil karena bekerja.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai “Gambaran Kesiapan Ibu Dalam Pemberian ASI Eksklusif Ibu di Wilayah Puskesmas Bergas”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “bagaimana gambaran kesiapan ibu dalam pemberian ASI eksklusif di wilayah Puskesmas Bergas?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran kesiapan ibu dalam pemberian ASI eksklusif di wilayah Kerja Puskesmas Bergas.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran kesiapan fisik ibu hamil trimester III dalam pemberian ASI eksklusif di wilayah Kerja Puskesmas bergas.
- b. Untuk mengetahui gambaran kesiapan mental psikologis ibu hamil trimester III dalam pemberian ASI eksklusif di wilayah Kerja Puskesmas bergas.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Mahasiswa Kebidanan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menyumbangkan informasi tambahan untuk pengembangan ilmu kebidanan dan menjadi acuan pembelajaran, terutama terkait peningkatan kesiapan ibu dalam memberikan ASI eksklusif. Mahasiswa kebidanan diharapkan dapat menggunakan penelitian ini sebagai referensi untuk memahami gambaran kesiapan ibu dalam memberikan ASI eksklusif, serta sebagai dasar untuk penelitian lebih lanjut di bidang ini. Melalui kontribusi ini, diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan praktik pemberian ASI eksklusif yang lebih baik dalam konteks perawatan ibu hamil dan menyusui.

2. Bagi Ibu Hamil

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat kepada ibu hamil, khususnya ibu hamil primigravida trimester III, mengenai pentingnya kesiapan dalam memberikan ASI eksklusif. Diharapkan hasil penelitian dapat memberikan wawasan dan pemahaman yang lebih baik kepada para ibu hamil tentang pentingnya kesiapan ini dalam konteks pemberian ASI eksklusif, sehingga dapat meningkatkan kesadaran dan keterampilan mereka dalam merawat bayi mereka dengan memberikan ASI secara eksklusif.

3. Bagi Bidan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi yang berharga bagi bidan terkait pentingnya mempersiapkan ibu hamil primigravida pada trimester III terkait kesiapan dalam memberikan ASI eksklusif. Penelitian ini juga dapat menjadi panduan bagi bidan dalam memberikan konseling

dan pendampingan kepada ibu hamil pada trimester III sebagai bagian dari upaya peningkatan kesiapan ibu dalam memberikan ASI eksklusif. Dengan demikian, diharapkan bahwa hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif terhadap praktik dan peran bidan dalam meningkatkan kesadaran dan keterampilan ibu hamil terkait pemberian ASI eksklusif.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Kesiapan

Kesiapan mencakup tahap kematangan yang memungkinkan seseorang menerima dan mengimplementasikan perilaku tertentu. Tingkat kesiapan individu memandu cara mereka memberikan respons terhadap situasi dengan pendekatan yang sesuai. Kesiapan mencakup seluruh kondisi individu yang mempersiapkannya untuk memberikan respons atau reaksi secara khusus terhadap situasi tertentu. Kondisi tersebut melibatkan aspek fisik dan psikis, yang saling mendukung satu sama lain, sehingga mencapai tingkat kesiapan yang optimal dalam proses pembelajaran. (Sahra, 2019).

Agar kesiapan dalam menyusui dapat ditingkatkan, diperlukan upaya untuk meningkatkan kesadaran ibu menyusui mengenai manfaat memberikan ASI bagi ibu dan bayi. Selain itu, dukungan juga perlu diberikan untuk memunculkan keterampilan menyusui dan menghalau masalah yang mungkin timbul. Pendekatan ini dapat diwujudkan lewat program kampanye sosial yang bertujuan memberikan informasi, dukungan dari petugas kesehatan atau konselor laktasi serta dukungan positif dari keluarga dan orang terdekat ibu (Khodariyah, 2023)

Menyusui adalah tindakan memberikan nutrisi kepada bayi menggunakan Air Susu Ibu (ASI) yang dihasilkan dari payudara ibu. Proses ini bertujuan memberikan asupan nutrisi yang penting bagi bayi mulai dari

saat lahir hingga mencapai usia 2 tahun. Jika bayi khusus diberikan ASI hingga 6 bulan tanpa tambahan makanan atau minuman lain, maka ini disebut sebagai praktik menyusui eksklusif (Annisa et al., 2022)

Memberikan nutrisi secara optimal kepada bayi melalui proses fisiologis menyusui menjadi suatu aspek penting. Belum ditemukan hal yang lebih berpengaruh signifikan dalam kehidupan seorang anak selain mendapatkan nutrisi adekuat yang berkualitas dari awal kehidupannya. Air Susu Ibu dianggap sebagai nutrisi yang ideal untuk mendukung kesehatan, serta tumbuh kembang optimal pada bayi (Ulfa & Setyaningsih, 2020).

Persiapan untuk menyusui tidak hanya dilakukan ketika sedang hamil bahkan sebelum kehamilan, seorang ibu dapat mempersiapkannya agar proses menyusui berjalan lancar. Contohnya, ibu dapat berkomunikasi dengan suami dan keluarga untuk mendapatkan dukungan dalam memberikan ASI secara eksklusif. Saling berbagi pengalaman dengan ibu-ibu yang telah menyusui dan ibu-ibu hamil di sekitarnya mengenai isu-isu seputar menyusui juga dapat membantu. Selain itu, rajin mencari informasi melalui berbagai media tentang segala hal yang berkaitan dengan mencapai keberhasilan menyusui eksklusif juga dapat menjadi bagian dari persiapan tersebut.

Penelitian oleh Shohaimi (2022) dengan desain studi kohort menyebutkan bahwa persiapan dan pelatihan menyusui selama kehamilan akan berpengaruh pada tingkat keberhasilan ASI eksklusif dikemudian hari (Shohaimi, 2022).

2. Kesiapan Menyusui

a. Kesiapan Fisik

1) Kondisi Kebersihan Payudara

Kesiapan fisik terutama dapat dilihat dari kesiapan payudara ibu untuk menyusui kelak setelah bayi lahir. Payudara dikatakan siap dapat dilihat dari kebersihan payudara oleh sebab itu selama masa kehamilan ibu perlu melakukan perawatan payudara dan senantiasa menjaga kebersihan payudara. Perubahan hormone kehamilan menyebabkan pembesaran payudara sehingga terkadang menimbulkan keringat yang berlebih atau penumpukan kotoran dikulit payudara sehingga perlu dibersihkan secara rutin terutama dibagian puting payudara yang warnanya akan cenderung berubah lebih gelap

2) Puting Susu menonjol atau tidak tenggelam

Kondisi puting susu ibu sangat berpengaruh terhadap keberhasilan proses menyusui terutama pada awal menyusui (IMD). Bayi akan kesulitan menyusu apabila puting susu masuk kedalam atau tidak menonjol. Maka dari itu selama kehamilan diperlukan persiapan agar puting susu ibu lentur, kuat dan menonjol keluar untuk mempermudah proses menyusu bayi.

3) Ibu dalam kondisi sehat

Kesehatan ibu sangat berpengaruh pada proses menyusui dikemudian hari. Ibu yang sehat dan gizi yang terpenuhi akan

memproduksi ASI lebih banyak dan optimal. Oleh karena itu, selama masa kehamilan ibu dianjurkan mengonsumsi makanan bergizi serta vitamin untuk menjaga badan tetap sehat sehingga akan menunjang proses menyusui dikemudian hari (Lentina, 2021).

b. Kesiapan Mental Emosional

1) Dukungan Suami

Menurut Notoatmodjo, dukungan suami merupakan sebuah dukungan yang terdiri dari atas nasihat verbal dan nonverbal, bantuan nyata dan tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau didapat karena kehadiran mereka dan mempunyai kehadiran mereka dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima. Dukungan suami adalah dukungan yang diberikan suami terhadap istri, suatu bentuk dukungan dimana suami dapat memberikan bantuan secara psikologis baik berupa motivasi, perhatian, dan penerimaan.

Penelitian systematic review oleh Ogbo (2020) menyebutkan bahwa tujuh artikel menunjukkan bahwa dukungan pasangan dalam bentuk dorongan verbal kepada ibu baru meningkatkan durasi dan keberhasilan ASI eksklusif. Jenis tindakan suportif pasangan lainnya yang mengarah pada peningkatan perilaku menyusui termasuk kepekaan pasangan terhadap kebutuhan ibu menyusui, bantuan dalam mencegah dan menangani kesulitan menyusui, dan membantu

tugas rumah tangga dan mengasuh anak. Tinjauan ini menunjukkan bahwa tindakan dukungan khusus dari pasangan/ayah di masyarakat secara positif meningkatkan praktik menyusui (Ogbo, 2020)

2) Dukungan tenaga kesehatan

Dukungan tenaga kesehatan terutama dalam bentuk pengetahuan mengenai laktasi dan motivasi kepada ibu agar dapat menyusui secara eksklusif akan membantu ibu agar lebih siap dalam menyusui bayinya dikemudian hari.

Dukungan tenaga kesehatan tersebut juga berhubungan dengan program ANC yaitu terkait pendidikan kesehatan atau edukasi terhadap ibu hamil mengenai pentingnya ASI eksklusif. Pada fasilitas kesehatan yang mendorong petugasnya untuk memberikan dukungan dan support ASI eksklusif terhadap klien ibu hamil juga berdampak pada tingkat keberhasilan dan angka ASI eksklusif. edukasi antenatal, dan dukungan rumah sakit untuk mewujudkan penerapan program pemberian ASI eksklusif yang secara signifikan dapat mendukung kesuksesan, keeksklusifan, dan durasi pemberian ASI eksklusif, selain juga faktor sosioekonomi, serta jumlah ibu yang berpengalaman memberikan ASI eksklusif

3. Persiapan Menyusui

a. Persiapan fisik

Ibu yang mempersiapkan laktasi diperlukan perawatan payudara yang baik. Payudara menjadi sumber ASI yang akan menjadi makanan sumber utama untuk bayi, oleh karena itu, perawatan ini sebaiknya dimulai sejak dini. Perawatan payudara sebelum melahirkan memiliki tujuan untuk menjaga kebersihan payudara, melenturkan atau menguatkan puting susu, serta membantu mengatasi masalah puting susu yang datar atau cenderung masuk ke dalam.

Tehnik perawatan payudara yaitu :

- 1) Pemeriksaan payudara
- 2) Pemeriksaan puting susu untuk menguatkan, melenturkan dan mengatasi puting susu yang terbenam. Puting susu berpengaruh pada proses laktasi dikemudian hari, oleh sebab itu untuk mempersiapkan proses laktasi yang optimal diperlukan persiapan puting susu agar lentur dan tidak masuk kedalam. Puting susu yang masuk kedalam berakibat pada kesulitan bayi dalam menyusui.
- 3) Tujuan perawatan payudara
 - a) Melakukan *hygiene* payudara.

Hygiene payudara dilakukan dengan menjaga kebersihan payudara dari kuman dan bakteri. Ibu harus rutin mengganti bra sehari minimal 2 kali, memastikan kebersihan bra. Ibu juga dapat membersihkan puting susu secara rutin menggunakan sabun atau *baby oil*. Melakukan perawatan kebersihan payudara dapat membantu ibu dalam mempersiapkan laktasi

b) Melenturkan dan menguatkan putting susu

Melenturkan dan menguatkan putting susu dapat dilakukan apabila putting susu masuk kedalam. Hal ini bertujuan untuk mempersiapkan putting susu untuk proses laktasi setelah persalinan. Apabila putting susu masuk ke dalam maka bayi akan kesulitan untuk menyusui sehingga mengakibatkan proses laktasi kurang optimal. Melenturkan dan menguatkan putting susu dapat dilakukan dengan menarik-narik putting susu ke arah luar secara rutin.

c) Mengatasi putting susu datar atau terbenam supaya timbul

Sama halnya dengan melenturkan dan menguatkan putting susu, mengatasi putting susu datar atau terbenam juga dilakukan dengan cara menarik putting susu menggunakan jari ke arah luar secara lembut. Hal tersebut bertujuan supaya putting susu dapat menyembul keluar dan memudahkan proses laktasi setelah persalinan.

4) Jika putting susu terbenam atau tidak lentur, maka:

a) Perlu dijelaskan bahwa terbenamnya putting susu bukan berarti adanya kelainan atau abnormalitas.

b) Putting susu yang datar atau terbenam dapat menyulitkan proses menyusui, sehingga perlu diperbaiki sebelum bayi lahir.

- c) Ibu perlu diyakinkan bahwa dia masih dapat menyusui bayinya, karena proses menyusui lebih terkait dengan payudara secara keseluruhan daripada hanya pada puting susu.
- d) Untuk menonjolkan puting susu, dapat menggunakan pompa atau spuit 25 ml yang dimodifikasi. Alternatif lain adalah menggunakan Gerakan Hoffman, yaitu dengan cara mengurut searah dan berlawanan arah sekitar puting susu menggunakan telunjuk atau ibu jari.

b. Persiapan Mental

Dalam konteks menyusui, persiapan mental atau psikologis ibu memiliki peran yang sangat penting, bahkan lebih daripada persiapan fisik (payudara). Beberapa poin yang dapat ditekankan adalah:

- 1) Persiapan mental ibu menjadi kunci utama, karena sikap atau keputusan positif terkait pemberian ASI harus ditanamkan dalam diri ibu selama masa kehamilan atau sebelumnya.
- 2) Proses menyusui bagi ibu tidak hanya sekadar tindakan fisik, tetapi juga merupakan penghayatan terhadap kodrat kewanitaannya.
- 3) Sikap ibu terhadap pemberian ASI dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pengalaman pribadi atau dari orang lain, pengalaman menyusui dalam lingkungan keluarga atau kerabat, adat kebiasaan, dan kepercayaan di daerah masing-masing.

- 4) Ketidaktahuan dan pengaruh modernisasi, terutama promosi produk susu formula, dapat memengaruhi keputusan ibu untuk menyusui bayinya.
- 5) Meskipun demikian, menyusui bayi dianggap sebagai peran ibu yang sangat penting setelah melahirkan. Peran ini memiliki dampak signifikan terhadap kelangsungan hidup bayi, dan persiapannya perlu dimulai dengan memberikan ASI pada bayinya.

Oleh karena itu, dukungan dari berbagai pihak seperti dokter, bidan, perawat, atau petugas kesehatan lainnya, suami, keluarga, kerabat, dan teman dekat sangat diperlukan agar wanita hamil dan ibu yang baru melahirkan bersedia menyusui bayinya. Diseminasi informasi mengenai pentingnya Air Susu Ibu (ASI) juga perlu dilakukan melalui berbagai saluran, seperti media massa, lingkungan kerja, kegiatan pengajian, dan sumber informasi lainnya.

c. Memantau gizi ibu

Konsumsi makanan sehat dan bergizi sangat penting bagi ibu pasca melahirkan, khususnya dalam upaya melawan sindrom baby blues. Makanan yang kaya nutrisi dapat membantu meningkatkan kualitas dan kuantitas Air Susu Ibu (ASI). Selama masa menyusui, diperlukan tambahan nutrisi sekitar 500 kalori lebih untuk mendukung produksi ASI. Makanan yang dikonsumsi sebaiknya mengandung gizi seimbang dan bervariasi, terutama sayuran berwarna hijau, makanan tinggi kalsium, dan zat besi. Ibu yang sedang menyusui perlu memperhatikan

asupan makanan dan minuman yang sehat sebagai upaya menjaga peningkatan produksi dan kualitas ASI. Selain itu, nutrisi yang dikonsumsi juga berperan dalam pertumbuhan janin, pembesaran uterus, pembentukan plasenta, dan penambahan volume darah pada ibu, yang nantinya akan disimpan sebagai lemak untuk persediaan pembentukan ASI di masa mendatang (Ruspita et al., 2022)

Penelitian oleh Adhokiya (2023) menyebutkan bahwa intake makanan yang bergizi seimbang selama kehamilan akan mempengaruhi status gizi Ibu dan kesiapan kelenjar payudara dalam memproduksi ASI. Untuk memperlancar produksi ASI, Busui perlu mencukupi asupan energi dan beragam nutrisi, seperti karbohidrat, protein, lemak sehat. Kebutuhan energy meningkat seiring dengan perkembangan kelenjar payudara dan persiapan untuk memproduksi ASI. Ibu hamil trimester III tak jarang sudah mengeluarkan kolostrum (Adhokiya, 2023)

5. ASI (Air Susu Ibu)

Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan putih yang dihasilkan oleh kelenjar payudara pada ibu melalui proses menyusui. Secara alamiah, payudara memiliki kemampuan untuk menghasilkan ASI yang dipersiapkan untuk calon bayi selama ibu hamil. ASI dianggap sebagai makanan yang memenuhi seluruh kebutuhan nutrisi bayi. Sebagai makanan alami, ASI menyediakan nutrisi dan zat gizi yang esensial untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal bayi. Oleh karena itu, ASI dianggap sebagai makanan terbaik untuk bayi, memberikan manfaat yang

komprehensif untuk kesehatan dan kesejahteraan bayi (Widiastuti & Ramayanti, 2022).

a. Manfaat ASI

Bsnyak manfaat pemberian ASI khususnya ASI Eksklusif yang dapat dirasakan. Berikut manfaat terpenting yang diperoleh anak yaitu

1) Manfaat bagi bayi dari pemberian Air Susu Ibu (ASI) meliputi:

Berikut adalah jabaran dari setiap poin terkait manfaat ASI:

- a) ASI sebagai Sumber Nutrisi yang Lengkap. ASI mengandung nutrisi lengkap yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi, termasuk protein, lemak, vitamin, dan mineral.
- b) Peningkatan Daya Tahan Tubuh Bayi. Kandungan antibodi dalam ASI membantu meningkatkan sistem kekebalan tubuh bayi, memberikan perlindungan terhadap infeksi dan penyakit.
- c) Meningkatkan Kecerdasan Bayi. Nutrisi yang kaya dalam ASI, terutama asam lemak penting, dapat berkontribusi pada perkembangan otak dan meningkatkan potensi kecerdasan bayi.
- d) Membangun Jalinan Kasih Sayang antara Ibu dan Bayi. Menyusui tidak hanya memberikan nutrisi, tetapi juga menciptakan ikatan emosional yang kuat antara ibu dan bayi, membangun rasa keamanan dan kasih sayang.
- e) Makanan Tunggal untuk Kebutuhan Pertumbuhan hingga Usia Enam Bulan. ASI eksklusif dapat memenuhi semua kebutuhan

nutrisi dan gizi bayi hingga usia enam bulan tanpa memerlukan tambahan makanan lain.

- f) Mengandung Asam Lemak Penting untuk Pertumbuhan Otak. ASI mengandung asam lemak esensial seperti DHA (docosahexaenoic acid), yang mendukung perkembangan otak dan potensi kecerdasan anak.
- g) Mengurangi Risiko Penyakit pada Anak. Pemberian ASI dapat mengurangi risiko penyakit kronis seperti diabetes, kanker, dan penyakit jantung pada masa anak-anak.
- h) Mendukung Perkembangan Motorik. Anak yang mendapatkan ASI eksklusif cenderung memiliki perkembangan motorik yang lebih baik dan belajar berjalan lebih cepat.
- i) Menyokong Perkembangan Kepribadian Emosional dan Hubungan Sosial. Menyusui dapat mendukung perkembangan kepribadian emosional dan hubungan sosial yang baik pada anak, menciptakan ikatan yang positif dengan ibu..(Pisesa, 2022)

2) Manfaat Bagi Ibu

Berikut adalah penjabaran untuk setiap manfaat pemberian ASI seperti yang disebutkan:

- a) Mengurangi Pendarahan Setelah Melahirkan. Menyusui dapat merangsang kontraksi rahim, membantu mengurangi pendarahan pasca melahirkan dan mempercepat pemulihan.

- b) Mempercepat Proses Pemulihan Kesehatan Ibu Pasca Melahirkan. ASI memiliki efek positif pada pemulihan ibu setelah melahirkan dengan merangsang pelepasan hormon oxytocin yang membantu mengurangi rasa sakit dan mempercepat kontraksi rahim.
- c) Memberikan Kebahagiaan Tersendiri bagi Ibu. Proses menyusui dapat memberikan kebahagiaan dan kedekatan emosional antara ibu dan bayi, menciptakan momen keintiman yang istimewa.
- d) Meringankan Beban Ekonomi Keluarga. Menyusui merupakan alternatif yang ekonomis karena tidak memerlukan biaya tambahan untuk formula susu, botol susu, dan perlengkapan lainnya.
- e) Menjalin Kasih Sayang dengan Bayi. Menyusui tidak hanya memberikan nutrisi, tetapi juga menciptakan ikatan kasih sayang yang kuat antara ibu dan bayi, membantu membangun keamanan emosional.
- f) Membantu Menunda Kehamilan. Pemberian ASI secara eksklusif dapat memberikan efek kontrasepsi alami yang membantu menunda kehamilan dalam beberapa bulan setelah melahirkan.
- g) Mengurangi Risiko Terkena Kanker Payudara pada Ibu (Natalia et al., 2020)

Beberapa penelitian mendukung bahwa ibu yang menyusui memiliki risiko lebih rendah terkena kanker payudara, memberikan manfaat kesehatan jangka panjang bagi ibu. Manfaat-manfaat ini menunjukkan bahwa menyusui tidak hanya memberikan nutrisi, tetapi juga memiliki dampak positif pada kesehatan fisik dan mental ibu serta memberikan kebahagiaan dan keintiman yang berharga antara ibu dan bayi. (Natalia et al., 2020)

3) Manfaat Bagi Negara

Berikut adalah penjelasan untuk setiap manfaat pemberian ASI yang terkait dengan tingkat negara:

- a) Mengurangi Pengeluaran Devisa Negara. Dengan mendorong pemberian ASI, negara dapat mengurangi pengeluaran devisa yang biasanya digunakan untuk mengimpor susu formula dan peralatan terkait
- b) Kesehatan Anak Berkontribusi pada Kesehatan Negara, Anak-anak yang sehat dapat berkontribusi pada daya produktivitas dan kesejahteraan negara secara keseluruhan.
- c) Penghematan di Sektor Kesehatan. Pemberian ASI dapat mengurangi angka penyakit pada anak, mengakibatkan penghematan di sektor kesehatan karena berkurangnya kebutuhan perawatan medis.
- d) Meningkatkan Kelangsungan Hidup Anak. Dengan memberikan ASI, negara dapat berkontribusi pada penurunan angka kematian

anak, yang pada gilirannya meningkatkan kelangsungan hidup anak-anak.

- e) Menyelamatkan Lingkungan. Pemberian ASI dapat menyelamatkan lingkungan dengan mengurangi penggunaan kayu bakar untuk merebus air, susu, dan peralatan menyusui, sehingga mengurangi dampak negatif terhadap lingkungan.
- f) Membentuk Generasi Penerus Bangsa yang Kuat. Anak-anak yang mendapatkan ASI memiliki potensi untuk tumbuh dan berkembang secara optimal, membentuk generasi penerus bangsa yang kuat dan berkualitas untuk membangun negara di masa depan.

Manfaat-manfaat ini menunjukkan bahwa pemberian ASI memiliki dampak yang lebih luas, tidak hanya pada individu dan keluarga, tetapi juga pada tingkat kesehatan dan ekonomi negara secara keseluruhan. (Pisesa, 2022)

4. Komposisi ASI

Dilihat dari waktu produksinya, ASI dapat dibedakan menjadi 3 yaitu :

- a. Kolostrum

Kolostrum ialah susu ibu (ASI) yang dihasilkan dalam rentang waktu dari hari pertama hingga hari ke-4 setelah bayi dilahirkan. Kolostrum adalah cairan kental yang memiliki warna kekuningan hingga kuning. Kandungan kolostrum melibatkan tingkat protein, mineral, garam, vitamin A, nitrogen, sel darah putih, dan antibodi yang lebih tinggi dibandingkan dengan ASI yang sudah matang. Jumlah

kolostrum yang dihasilkan berkisar antara 150-300 mililiter dalam setiap 24 jam.

b. ASI Transisi / Peralihan

ASI peralihan merujuk kepada ASI yang melalui tahap peralihan dari kolostrum hingga menjadi ASI matang. ASI ini diproduksi mulai dari hari ke-4 hingga hari ke-10 setelah kelahiran. Selama dua minggu ini, volume ASI meningkat secara signifikan dan mengalami perubahan warna serta komposisi. Kandungan immunoglobulin dan protein dalam ASI peralihan mengalami penurunan, sementara lemak dan laktosa meningkat.

c. ASI Matur

ASI matur adalah ASI yang diproduksi mulai dari hari ke-10 dan seterusnya. ASI matur adalah sumber nutrisi bagi bayi yang terus mengalami perubahan sesuai dengan perkembangan bayi hingga usia 6 bulan. ASI ini memiliki warna putih mirip susu krim dan mengandung lebih banyak kalori dibandingkan dengan susu kolostrum maupun susu transisi (J. Nafilatul, S. Erni, 2022)

5. ASI eksklusif

Pemberian ASI eksklusif merupakan praktik memberikan ASI tanpa menambahkan makanan lain kepada bayi dalam jangka waktu 0-6 bulan. Selama periode tersebut, bayi tidak diberikan cairan tambahan seperti susu formula, air jeruk, teh, madu, atau air putih. Dalam konteks pemberian ASI eksklusif, bayi juga tidak boleh diberikan makanan pendamping seperti

pisang, biskuit, bubur nasi, tim, dan sejenisnya. Praktik ASI eksklusif diharapkan dapat dipertahankan hingga mencapai usia 6 bulan. Meskipun pada usia 6 bulan bayi membutuhkan makanan tambahan, pemberian ASI masih dapat diteruskan hingga bayi berusia 2 tahun, dengan catatan dilakukan dengan benar dan memadai sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan bayi. (Louis et al., 2022)

6. Faktor – faktor yang mempengaruhi ASI Eksklusif

a. Pengetahuan

Pengetahuan merujuk pada segala sesuatu yang diketahui mengenai suatu hal. Pengertian pengetahuan juga dapat diartikan sebagai hasil dari proses mengetahui, yang terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap suatu objek. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui penggunaan mata dan telinga dalam proses pengamatan dan pendengaran (Nurhayati & Nurlatifah, 2018).

b. Pendidikan

Pendidikan memiliki pengaruh signifikan terhadap praktik pemberian ASI eksklusif. Hal ini disebabkan oleh peran pendidikan sebagai fondasi dalam memahami informasi dan pengetahuan. Responden yang memiliki tingkat pendidikan yang tinggi, pekerjaan tetap, serta akses yang memadai terhadap informasi, cenderung lebih mungkin memberikan ASI eksklusif. Faktor ini tidak terlepas dari dukungan yang

diberikan oleh lingkungan tempat kerja dan keluarga terhadap praktik pemberian ASI eksklusif (Yurna, Evy, Alvionita, ArfianSyamsul, 2020)

c. Pekerjaan

Bekerja seharusnya bukanlah alasan untuk menghentikan pemberian ASI secara eksklusif selama 6 bulan. Adanya cuti hamil selama 3 bulan juga dapat memberikan dukungan kepada ibu untuk tetap dapat memberikan ASI eksklusif. Dengan pemahaman yang benar mengenai menyusui, penggunaan perlengkapan memerah ASI yang baik, dan dukungan dari lingkungan kerja, seorang ibu yang bekerja masih mampu memberikan ASI secara eksklusif.

Perlu strategi jitu agar berhasil lulus ASI Eksklusif walaupun dalam kondisi sudah mulai bekerja. Cara mempertahankan suplai ASI agar sukses menyusui pada ibu bekerja.

- 1) Rutin dan konsisten memompa ASI dengan pompa yang tepat baik di rumah atau di kantor

Sangat penting untuk mempersiapkan ASI Perah (ASIP) sejak awal sebelum bayi ditinggal bekerja kembali. Saat tengah – tengah masa cuti bisa memulai untuk menyimpan ASIP sesuai anjuran dalam penyimpanan ASIP di rumah. Agar stok ASI tetap aman dan produksi ASI tidak ‘terjun bebas’ perlu ada jadwal khusus dalam memompa ASI. Ketika di rumah bisa dilakukan saat waktu-waktu anak tertidur pulas dan lama. Pembiasaan ini juga dilakukan saat ibu mulai bekerja. Saat di tempat kerja, ibu harus membuat jadwal khusus untuk memompa ASIP, biasanya sekitar 3-4 jam sekali. Memakai pompa yang tepat bisa

mempermudah ibu agar efektif dan efisien dalam manajemen waktu saat bekerja.

- 2) Minta dukungan serta kerjasama keluarga dan pengasuh dalam pemberian ASIP di rumah

Perlu adanya kesepakatan bersama antara ibu, keluarga dan pengasuh agar bisa sukses dalam memberikan ASI di rumah. Edukasi khusus tentang pentingnya ASI, cara penyimpanan ASIP yang tepat dan pemberian ASIP sangat penting dilakukan mulai dari sebelum ibu kembali bekerja agar menjadi rutinitas pembiasaan anggota keluarga / pengasuh selama ibu meninggalkan bayinya di rumah.

- 3) Jaga asupan gizi dan cairan ibu menyusui

Hal yang tak kalah pentingnya adalah pemenuhan nutrisi dan cairan baik di rumah ataupun di kantor. Jangan sampai melewatkan jam makan agar produksi ASI tetap melimpah. Jika perlu minum suplemen pelancar ASI atau vitamin untuk mendukung kesehatan bagi ibu menyusui.

- 4) Usahakan tetap menyusui secara langsung selama di rumah

Produksi ASI akan meningkat jika rajin disusui terutama kalau diberikan secara langsung kepada bayi, karena isapan bayi memacu hormon oksitosin untuk mengeluarkan ASI secara terus menerus (Amer, 2023)

d. Budaya

Mitos tentang pemberian ASI bagi bayi, seperti keyakinan bahwa ibu yang menyusui dapat menurunkan kondisi fisiknya, sebenarnya sulit diterima oleh akal sehat. Kepercayaan ini tidak memiliki dasar ilmiah yang kuat. Selain itu, kekhawatiran ibu yang menganggap bahwa produksi ASI tidak mencukupi kebutuhan makanan bayi dapat

mengarah pada pencarian alternatif, seperti memberikan susu pengganti atau tambahan. Penting untuk menciptakan pemahaman yang lebih akurat tentang kemampuan tubuh ibu menyusui dan memberikan dukungan agar proses menyusui dapat berjalan dengan baik. Pemahaman yang benar dan dukungan yang memadai dapat membantu mengatasi mitos-mitos yang tidak berdasar dan mendorong ibu untuk memberikan ASI secara eksklusif (Puspitasari & Sasongko, 2020)

e. Dukungan Suami

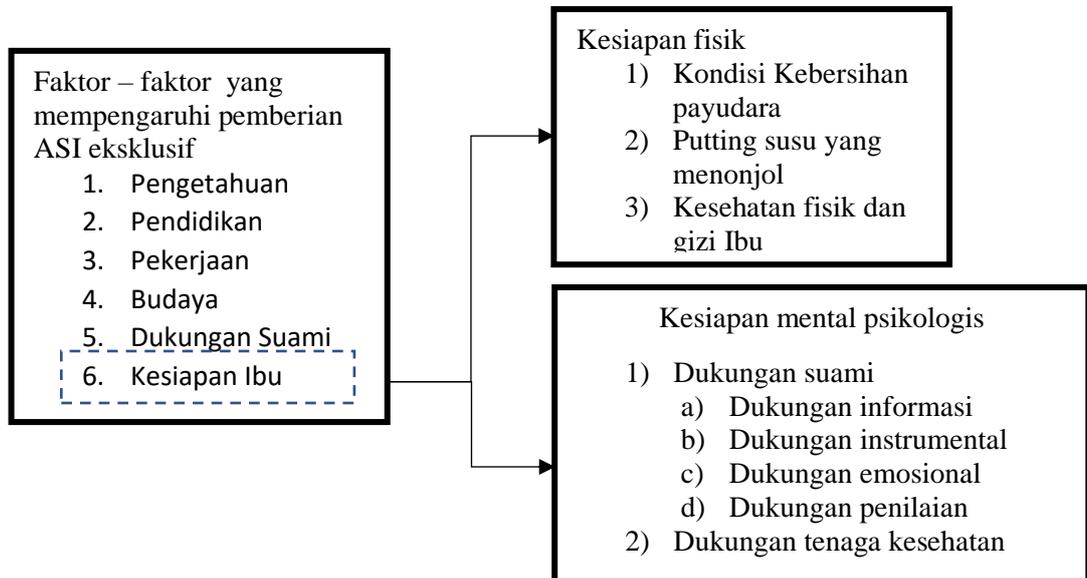
Dukungan dari keluarga, termasuk suami, orang tua, atau saudara lainnya, memiliki peran krusial dalam menentukan keberhasilan menyusui. Pengaruh positif dari keluarga dapat berdampak pada kondisi emosional ibu, yang pada gilirannya akan memengaruhi produksi ASI secara tidak langsung. Seorang ibu yang mendapatkan dukungan yang kuat dari suami dan anggota keluarga lainnya cenderung lebih mampu memberikan ASI kepada bayinya secara optimal. Suasana yang mendukung dan pemahaman kolektif tentang pentingnya menyusui dapat menciptakan lingkungan yang positif bagi ibu untuk melanjutkan dan mempertahankan praktik pemberian ASI (Wulandari & Nurlaela, 2021)

Dukungan suami juga dapat dilakukan dengan memberikan pijatan oksitosin kepada ibu. Penelitian oleh Setyowati (2016) mengenai Perbedaan produksi ASI pada ibu post partum setelah pemberian oksitosin menunjukkan ibu yang dilakukan pijat oksitosin memproduksi ASI lebih banyak daripada ibu yang tidak dilakukan pijat (heni setyowati, Ari Andayani, 2015)

f. Kesiapan Ibu

Mempersiapkan diri untuk menyusui selama kehamilan sangat penting karena dengan persiapan yang matang, seorang ibu akan lebih siap secara fisik dan mental untuk memberikan ASI kepada bayinya. Persiapan ini mencakup peningkatan pengetahuan dan dukungan psikologis guna mempersiapkan kesehatan mental, serta pelayanan kesehatan untuk memastikan kondisi fisik ibu optimal.

B. Kerangka Teori Penelitian



Keterangan :



= Di Teliti



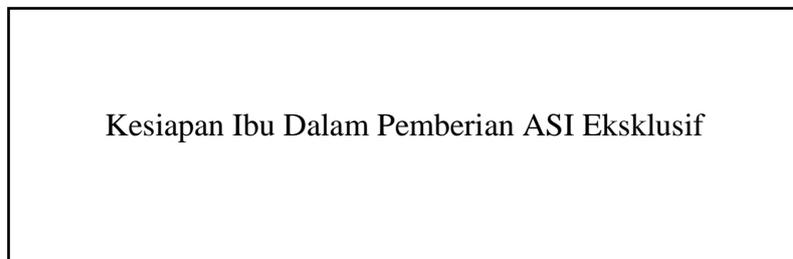
= Tidak Di Teliti

Gambar 2.1 Kerangka Teori Penelitian

Sumber: Lentina (2021), dan Sahra (2019)

C. Kerangka Konsep Penelitian

Kerangka konsep penelitian merujuk pada struktur hubungan antara konsep yang akan diamati atau diukur dalam suatu penelitian. Fungsi kerangka konsep adalah mendukung peneliti dalam mengaitkan temuan penelitian dengan teori yang relevan. Ilustrasi kerangka konsep penelitian ini dapat ditemukan dalam gambar yang disertakan :



Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian merujuk pada model atau metode yang dipilih oleh peneliti untuk menjalankan suatu penelitian, memberikan arah terhadap jalannya penelitian tersebut. Metode penelitian yang akan digunakan oleh penulis dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif. Penelitian ini akan menggunakan desain cross-sectional, suatu pendekatan yang melibatkan pengukuran atau pengumpulan data pada satu titik waktu tertentu. Desain ini digunakan untuk mengidentifikasi gambaran kesiapan ibu dalam memberikan ASI eksklusif di wilayah kerja puskesmas Bergas.

B. Waktu Dan Tempat Penelitian

1. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan bulan Desember 2023.

2. Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Bergas.

C. Subyek Penelitian

1. Populasi

Populasi merujuk pada jumlah keseluruhan objek atau subjek yang memiliki karakteristik dan kualitas tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk tujuan penelitian dan kemudian ditarik kesimpulannya (Notoatmodjo, 2015). Dalam konteks penelitian ini, populasi yang diambil

adalah ibu hamil primigravida pada trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Bergas, yang berjumlah 36 orang dari 13 Desa terdiri dari (Bergas kidul 3 ibu hamil, Bergas lor 2 ibu hamil, Gondoriyo 3 ibu hamil, Munding 1 ibu hamil, Wringinputih 3 ibu hamil, Ngempon 3 ibu hamil, Pagersari 3 ibu hamil, Karangjati 7 ibu hamil, Diwak 0 ibu hamil, Gebugan 4 ibu hamil, Randugunting 2 ibu hamil, Jatijajar 3 ibu hamil dan Wujil 2 ibu hamil) pada bulan Desember 2023.

2. Sampel

Sampel merujuk pada sebagian karakteristik dari keseluruhan populasi yang digunakan untuk tujuan penelitian (Notoatmodjo, 2015). Dalam penelitian ini, sampelnya adalah ibu hamil primigravida pada trimester III di Wilayah Puskesmas Bergas. Pengambilan sampel dilakukan melalui total sampling, yaitu tehnik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2018)

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Skor Hasil Ukur	Skala
Kesiapan ibu dalam pemberian ASI eksklusif	Kesiapan ibu dalam pemberian ASI eksklusif ialah upaya seorang ibu untuk menunjang keberhasilan menyusui	menggunakan Kuesioner dengan total 21 soal terdiri dari : 1. Persiapan fisik yang meliputi pemeriksaan payudara dan perawatan payudara yang bertujuan memperpanjang keluarnya ASI 2. Persiapan mental yang meliputi sikap ibu serta dukungan terhadap ibu yang	Tidak Siap = 0 – 10 Siap = 11 – 21	Nominal

sangat berpengaruh
terhadap pemberian
ASI kelak

10 pertanyaan soal
kesiapan fisik terdiri
dari no 1-10

4 pertanyaan
favorable, jika benar
= 1

Salah = 0

Terdiri dari soal
nomor : 1, 4, 6, 8

6 pertanyaan
unfavorable, jika
benar = 0

Salah = 1

Terdiri dari soal
nomor : 2,3,5,7,9,10

11 pertanyaan
kesiapan mental
terdiri dari soal
nomer 11-21

5 pertanyaan
favorable, jika
jawaban: benar = 1

salah = 0

terdiri dari soal
nomor = 11,
12,17,18, 21

6 pertanyaan
unfavorable, jika
benar = 0

Salah = 1

Terdiri dari soal
nomor =

13,14,15,16,19,20

E. Pengumpulan Data

1. Sumber Data

a. Data Primer

Dalam penelitian ini, peneliti mendapatkan data dari responden secara langsung. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner tentang gambaran kesiapan ibu dalam pemberian ASI eksklusif.

b. Data Sekunder

Data sekunder peneliti dapatkan dari data rekam medis pasien setelah mendapatkan ijin dari bidan di Puskesmas Bergas.

2. Instrumen Penelitian

Instrumen merujuk pada alat-alat yang digunakan untuk mengumpulkan data. Dalam konteks penelitian ini, instrumen yang dipilih adalah kuesioner. Kuesioner diartikan sebagai daftar pertanyaan yang telah disusun dengan baik dan matang, di mana responden tinggal memberikan jawaban atau menandai pilihan yang sesuai (Notoatmodjo, 2015). Penggunaan kuesioner bertujuan untuk memperoleh gambaran tentang kesiapan ibu dalam memberikan ASI eksklusif.

a. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk menentukan sejauh mana alat ukur atau instrumen tersebut valid. Validitas mengacu pada tingkat ketepatan suatu alat ukur dalam mengukur variabel yang diinginkan. Dalam kasus ini, validitas instrumen diukur dengan membandingkan nilai r hitung dengan r tabel. Jika nilai r hitung lebih besar dari r tabel, maka item pertanyaan dianggap valid.

Dalam uji validitas gambaran kesiapan ibu dalam pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Pringapus tahun 2023 dengan 20 responden, hasilnya menunjukkan bahwa nilai r hitung lebih besar dari r tabel. Hal ini menunjukkan bahwa semua item kuesioner telah

terbukti valid dan dapat diandalkan saat digunakan dalam penelitian ini.

b. Uji Reabilitas

Uji reliabilitas merujuk pada konsep bahwa suatu instrumen dapat diandalkan untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut telah terbukti baik. Instrumen yang dapat diandalkan, atau reliable, akan menghasilkan data yang dapat diandalkan juga. Hasil uji reliabilitas pada kuesioner mengenai gambaran kesiapan ibu dalam pemberian ASI eksklusif menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,921, menunjukkan bahwa instrumen tersebut dianggap dapat diandalkan.

Dalam penelitian ini, penggunaan kuesioner mengenai kesiapan ibu dibuat oleh peneliti sendiri dengan indikator meliputi pemeriksaan fisik dan mental. Kesiapan fisik dievaluasi melalui pemeriksaan dan perawatan payudara, sementara kesiapan mental dinilai dari dukungan yang diterima ibu dari suami, keluarga, dan petugas kesehatan. Kuesioner ini terdiri dari 21 pertanyaan dengan jawaban "ya" bernilai 1 dan "tidak" bernilai 0, dengan dua kategori, yaitu siap dan tidak siap.

1. Prosedur penelitian

Berikut adalah langkah-langkah atau prosedur pengambilan data untuk penelitian ini:

- a. Peneliti mengajukan permohonan studi pendahuluan ke Universitas Ngudi Waluyo untuk diserahkan ke Puskesmas Bergas, Kabupaten Semarang.
- b. Setelah persetujuan dari Universitas Ngudi Waluyo diterima, peneliti mendapatkan surat balasan dari bagian TU Puskesmas Bergas.
- c. Selanjutnya, peneliti melakukan penelitian dan pengumpulan data di Puskesmas Bergas, Kabupaten Semarang.
- d. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan penelitian kepada responden, sambil menekankan bahwa kerahasiaan data akan terjaga.
- e. Peneliti meminta izin dan mengajukan permintaan kepada ibu yang menjadi responden, serta melakukan pengisian kuesioner sebagai bagian dari pengambilan data.

F. Teknik Analisis Data

Langkah-langkah pengolahan data dalam penelitian ini mencakup:

1. Editing:
 - a. Memeriksa kelengkapan pengisian data identitas responden.
 - b. Memastikan semua pertanyaan diisi dengan lengkap.
 - c. Menilai apakah jawaban atau tulisan pertanyaan cukup jelas dan terbaca.
 - d. Mengevaluasi apakah jawaban relevan dengan pertanyaannya.
 - e. Menjamin konsistensi jawaban dengan jawaban lainnya.
2. Coding
 - a. Perhitungan kesipan fisik dapat dilihat menggunakan rumus

$$\text{Median} = \frac{n}{2} = \frac{10}{2} = 5$$

N = jumlah soal

Kesiapan fisik buruk jika skor total kurang dari 5 = kode 0

Kesiapan fisik baik jika skor total 5 atau lebih = kode 1

- b. Perhitungan mental psikologis dapat dilihat menggunakan rumus

$$\text{Median} = \frac{n+1}{2} + 1 = \frac{11+1}{2} = \frac{12}{2} = 6$$

N = jumlah item soal

Kesiapan mental psikologis buruk jika skor total kurang dari 6 = kode 0

Kesiapan mental psikologis baik jika skor total 6 atau lebih = kode 1

- c. Perhitungan kesiapan ibu dalam pemberian ASI eksklusif

$$\text{Median} = \frac{n+1}{2} = \frac{21+1}{2} = \frac{22}{2} = 11$$

Ibu Tidak Siap memberikan ASI eksklusif skor 0-10 = kode 0

Ibu siap memberikan ASI eksklusif skor 11-21 = kode 1

3. Memasukkan Data (Data Entry)

Memasukkan jawaban dari setiap responden ke dalam program atau perangkat lunak komputer.

4. Pembersihan Data (Cleaning)

Melakukan pemeriksaan ulang terhadap semua data yang telah dimasukkan untuk mendeteksi kemungkinan kesalahan kode, ketidaklengkapan, dan sebagainya. Tindakan koreksi dilakukan jika ditemukan kesalahan.

5. Tabulasi (Tabulating)

Membuat tabel berdasarkan hasil dari jawaban yang telah diolah dan diberikan kode. Tabulasi bertujuan untuk menyajikan data secara terstruktur dan rapi.

Semua langkah di atas penting untuk memastikan keakuratan, ketelitian, dan kehandalan data yang akan digunakan dalam analisis untuk mendapatkan kesimpulan dari masalah yang diteliti.

H. Analisis Data

Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan cara, yaitu:

1. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk memberikan deskripsi tentang gambaran kesiapan ibu dalam pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Bergas pada bulan November. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel dan grafik untuk memberikan gambaran yang jelas. Analisis ini mencakup variasi data berikut sesuai dengan kebutuhan informasi yang diinginkan:

a. Frekuensi Variabel

Menyajikan data dalam bentuk frekuensi untuk memberikan gambaran tentang seberapa sering suatu kejadian atau jawaban muncul.

b. Data Presentase (%)

Memberikan persentase dari setiap kategori atau jawaban untuk memberikan pemahaman yang lebih baik tentang distribusi data.

c. Nilai Rata-rata

Menunjukkan nilai tengah dari kumpulan data, memberikan gambaran tentang kecenderungan umum atau pusat data.

d. Nilai Minimum dan Maksimum

Menyajikan nilai terkecil dan terbesar dalam kumpulan data, memberikan informasi tentang rentang nilai.

e. Median

Nilai yang terletak di tengah-tengah distribusi data, menggambarkan pusat data yang lebih stabil dibandingkan rata-rata jika ada pencilan.

Analisis univariat ini membantu dalam menyusun profil pengetahuan ibu hamil tentang kesiapan menyusui, memberikan pemahaman mendalam tentang distribusi dan variasi data dalam konteks penelitian ini (Notoatmodjo 2018 .)

Analisis univariat dalam penelitian ini digunakan untuk memahami gambaran pengetahuan ibu hamil tentang kesiapan menyusui. Hasil analisis ini kemudian disajikan dalam bentuk tabel untuk memberikan gambaran yang jelas dan terstruktur mengenai tingkat pengetahuan ibu hamil terkait kesiapan menyusui. Dengan menggunakan metode ini, penelitian dapat fokus pada satu variabel tanpa mempertimbangkan pengaruh variabel lain, memberikan informasi rinci mengenai pengetahuan ibu hamil dalam konteks pemberian ASI eksklusif.

Analisa univariat dihitung dengan menggunakan rumus berikut ;

$$P = \frac{f}{n} \times 100$$

Keterangan ;

P = persentase jawaban responden

f = jumlah jawaban benar

n = jumlah pertanyaan

I. Etika Penelitian

Menurut (Notoatmodjo 2018) yang harus di perhatikan dalam etika penelitian adalah:

1. Informed Consent

Persetujuan, atau yang biasa disebut sebagai "informed consent," diberikan oleh peneliti sebelum dilakukannya penelitian dengan tujuan agar subjek memahami maksud dan tujuan penelitian ini serta memahami dampaknya. Jika subjek bersedia, mereka harus menyetujui formulir persetujuan sebagai tanda kesediaan mereka untuk berpartisipasi dalam penelitian tersebut..

2. Anonymity (Tanpa Nama)

Anonymity menjelaskan bentuk penulisan kuisisioner, tetapi tidak mencantumkan nama anda pada formulir pengumpulan data , tetapi tulis kode dan singkatan nama pada formulir pengumpulan data.

3. Confidentiality (Kerahasiaan)

Kerahasiaan dalam penelitian ini mengacu pada komitmen untuk menjaga rahasia atau kerahasiaan informasi yang diberikan oleh responden. Hal ini mencakup identitas, jawaban, dan data lain yang diperoleh dari partisipasi mereka. Pada dasarnya, kerahasiaan memastikan bahwa informasi yang diberikan oleh responden akan dijaga dengan cermat dan tidak akan diungkapkan kepada pihak yang tidak berhak.

Dalam konteks ini, hasil penelitian hanya akan melaporkan kumpulan data secara umum, tanpa mengungkapkan identitas individu atau informasi yang dapat mengidentifikasi responden secara pribadi. Hal ini bertujuan

untuk melindungi privasi responden dan mencegah adanya risiko atau dampak negatif yang mungkin timbul akibat pengungkapan informasi pribadi mereka.

BAB IV

HASIL

A. Karakteristik Responden

Penelitian dilakukan pada bulan Desember 2023 di Puskesmas Bergas yang terletak di Kabupaten Semarang kepada sejumlah 36 ibu hamil trimester III yang bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini dan telah menyelesaikan pengisian kuesioner penelitian. Hasil penelitian didapatkan karakteristik responden penelitian sebagai berikut.

Tabel 4.1 Karakteristik responden

Karakteristik Responden	Jumlah	Presentase
Umur		
usia kurang(<21 tahun)	8	22,2%
usia reproduksi sehat (21-35 tahun)	28	77,8%
Total	36	100%
Usia Kehamilan		
27-30 minggu	14	39%
31-35 minggu	11	30,6%
36-40 minggu	11	30,6%
Total	36	100%
Pendidikan		
rendah	3	8,3%
sedang	24	66,7%
tinggi	9	25%
Total	36	100%
Pekerjaan		
tidak bekerja	13	36,1%
bekerja	23	63,8%
Total	36	100%

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden ibu hamil pada penelitian ini yang berada pada usia reproduksi sehat sejumlah 28 orang (77,8%). Responden ibu hamil yang berumur kurang dari 21 tahun berjumlah 8 orang (22,2%). Menurut penelitian Shaliha et al. (2019), tidak

semua perempuan memiliki kemampuan menyusui yang sama. Umumnya, perempuan yang lebih muda cenderung memiliki kemampuan menyusui yang lebih baik dibandingkan dengan perempuan yang lebih tua. Salah satu faktor penyebabnya adalah perkembangan kelenjar yang matang saat pubertas dan perubahan fungsi setelah melahirkan. Oleh karena itu, ibu menyusui khususnya yang berusia 35 tahun ke atas perlu melakukan persiapan tambahan dalam memberikan ASI eksklusif. Persiapan ini melibatkan upaya seperti memperbanyak produksi ASI melalui konsumsi makanan bergizi, memastikan istirahat yang cukup, meluangkan waktu yang mencukupi untuk menyusui bayi sesering mungkin, serta meningkatkan kesadaran tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif (Shaliha & mufti, 2019).

Perempuan yang berusia kurang dari 20 tahun dianggap belum mencapai kematangan fisik dan sosial yang memadai untuk menghadapi tantangan kehamilan, persalinan, dan memberikan ASI kepada bayi yang baru lahir khususnya terkait dalam hal menyusui bayinya. Sebaliknya, pada perempuan yang berusia lebih dari 35 tahun, produksi hormon cenderung mengalami penurunan, yang dapat berdampak negatif pada proses laktasi. Pada kelompok usia remaja di bawah 20 tahun, belum tercapainya kematangan fisik, psikologis, dan sosial dapat mengakibatkan ketidakseimbangan psikologis dan berpotensi mempengaruhi produksi ASI (Afriyani et al., 2018).

Menurut (Paradila et al., 2021) bahwa ada beberapa factor yang mempengaruhi persiapan menyusui pada ibu hamil usia remaja. Faktor yang berpengaruh terhadap persiapan menyusui pada ibu hamil usia remaja sebagian

besar diantaranya adalah ketidaktahuan dan ketidaksiapan ibu terkait proses menyusui dan dukungan suami / keluarga. Pengaruh ini sangatlah erat hubungannya dengan proses menyusui, karena seseorang dengan pengetahuan yang baik dan dukungan sekitar akan mempengaruhi kesiapan fisik maupun mental selama proses menyusui.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki usia kehamilan 27 – 30 minggu yaitu sebanyak 14 orang (39%), ibu hamil dengan usia kehamilan 31-35 minggu berjumlah 11 orang (30,6%), sedangkan ibu hamil dengan usia kehamilan 36-40 minggu berjumlah 11 orang (30,6%).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berlatar belakang pendidikan sedang sebanyak 24 orang (66,7%). Responden ibu hamil dengan latar belakang pendidikan rendah sebanyak 3 orang (8,3%), responden berlatar belakang pendidikan tinggi sebanyak 9 orang (25%). Peluang untuk melaksanakan praktik menyusui secara eksklusif cenderung lebih tinggi di kalangan ibu yang memiliki pendidikan menengah atau tinggi dibandingkan dengan ibu yang tidak berpendidikan. Tingkat pendidikan ibu dianggap sebagai faktor penunjang keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada bayi dan memiliki peran penting dalam mendukung praktik menyusui. Pendidikan yang lebih tinggi dapat mempermudah seseorang dalam menerima informasi, seperti yang diungkapkan oleh (Fauziah et al., 2022). Sementara itu pada penelitian Marzida (2017) menunjukkan bahwa tingkat pendidikan memengaruhi tingkat kesiapan, dengan ibu yang memiliki pendidikan menengah memiliki kesiapan

tertinggi, sementara ibu dengan pendidikan tinggi dan rendah memiliki kesiapan rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa tingkat pendidikan seseorang tidak selalu mencerminkan pengetahuan yang dimilikinya, karena pengetahuan tidak hanya didapat dari pendidikan formal, melainkan juga dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti lingkungan, pengalaman, dan paparan media massa (Marzida,2017).

Pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif ternyata memainkan peran penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Ibu yang memiliki pengetahuan rendah tentang ASI eksklusif cenderung kurang siap dalam memberikan ASI eksklusif, sementara ibu dengan tingkat pendidikan tinggi yang kurang siap mungkin lebih disebabkan oleh aktivitas yang dijalani, bukan karena kurangnya pengetahuan (Fauziyah et al., 2022)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden bekerja sebanyak 23 orang (63,8%%), responden yang tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga sebanyak 13 orang (36,1%). Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Olya et al. (2023) menunjukkan bahwa ibu yang tidak bekerja di luar rumah memiliki lebih banyak waktu dan kesempatan untuk menyusui bayinya dibandingkan dengan ibu yang bekerja di luar rumah. Meskipun demikian, ibu yang bekerja masih dapat memberikan ASI eksklusif dengan cara pemerah ASI menggunakan alat/pompa atau tangan, menyimpannya, dan memberikannya kepada bayi saat ibu sedang bekerja (Olya et al., 2023). Temuan ini sejalan dengan pendapat Ramli (2020) yang menyatakan bahwa ibu yang bekerja cenderung mengalami keterbatasan waktu

untuk menyusui karena terlibat dalam pekerjaan. Ibu yang kembali bekerja penuh sebelum bayi mencapai usia enam bulan dapat menghambat pelaksanaan pemberian ASI eksklusif, terutama ketika waktu yang tersedia untuk menyusui menjadi terbatas. Faktor-faktor seperti kelelahan fisik dan mental akibat bekerja sepanjang hari, ditambah dengan pola makan yang kurang memadai, dapat berdampak negatif pada produksi ASI (Ramli, 2020). Adanya peraturan cuti yang singkat, hanya berlangsung selama 3 bulan, juga dapat menyulitkan ibu dalam memberikan ASI eksklusif, terutama jika persiapan dengan makanan pendamping ASI belum mencukupi sebelum masa cuti berakhir.

B. Analisis Univariat

1. Gambaran Kesiapan Fisik Ibu Hamil Trimester III dalam Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Puskesmas Bergas

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kesiapan Fisik Ibu Hamil Trimester III dalam Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Puskesmas Bergas

Kesiapan Fisik	Frekuensi	Presentase (%)
Tidak siap	15	41,67%
Siap	21	58,3%
Total	36	100%

Hasil penelitian di tunjukan pada Tabel 4.2 diatas mengenai distribusi frekuensi kesiapan fisik ibu hamil trimester III Pemberian ASI Eksklusif di wilayah Puskesmas Bergas hasilnya yaitu jumlah responden yang memiliki kesiapan fisik untuk memberikan ASI Eksklusif sebanyak 21 orang (58,3%), sedangkan responden yang tidak siap secara fisik untuk memberikan ASI Eksklusif sebanyak 15 orang (41,67%).

Responden yang tidak siap secara fisik mungkin terkait dengan mayoritas responden adalah ibu yang bekerja, karena ibu yang bekerja

memiliki waktu yang lebih sedikit untuk melakukan perawatan payudara, kelelahan saat bekerja juga seringkali berpengaruh pada kondisi fisik kesehatan ibu serta persiapan untuk menyusui.

Persiapan secara fisik dapat dimulai dengan melakukan pemeriksaan payudara sejak awal kehamilan dan terus memantau status gizi ibu selama masa kehamilan. Kesiapan fisik seorang ibu dapat tercermin dari kondisi payudara, khususnya pada puting susu, dan juga dari status gizi ibu. Sementara itu, kesiapan mental dapat terlihat dari sikap positif atau keputusan yang diambil ibu terkait pemberian ASI. Ini mencakup kemampuan ibu untuk menghayati kewajibannya memberikan ASI, baik itu dimulai sejak masa kehamilan atau bahkan sebelum hamil, sebagai langkah persiapan untuk memenuhi tugas memberikan ASI nantinya. Persiapan fisik ibu untuk menyusui sebaiknya dimulai sejak ibu menjalani pemeriksaan kehamilan pertama kali, yang melibatkan evaluasi payudara dan asupan gizi ibu hamil. Selain itu, persiapan psikologis juga memiliki peran yang sangat penting, karena dapat memengaruhi sikap dan keputusan ibu terkait proses menyusui (Paradila et al., 2018)

Tabel 4.3 Distribusi Frekuesnsi Kuesioner Kesiapan fisik

	Kusioner	B	%	S	%
1.	Pada saat keadaan hamil ibu memerlukan pemeriksaa npayudara untuk mengetahui adanya kelainan pada Payudara	24	66,7%	12	33,3%
2.	Pada saat hamil tidakperlu dilakukan perawatan payudara karena proses laktasi dimulaisejak masa setelahpersalinan	20	55,6%	16	44,4%
3.	Pada saat kehamilan ibu tidak perlu melakukan perawatan Payudara	23	63,9%	13	36,1%
4.	Pada saat proses kehamilan keadaan gizi ibu sangat perlu diperhatikan	28	77,8%	8	22,2%
5.	Pada saat kehamilan ibu tidak memerlukan makanan yang berkalori untuk pertumbuhan janin	22	61,1%	14	38,9%

6.	Persiapan puting susu berguna untuk menguatkan dan melenturkan puting susu	26	72,2%	10	27,8%
7.	Tekhnik persiapan puting susu tidak penting untuk diketahui ibu	25	69%	11	31%
8.	Ibu perlu mengetahui bila puting susu terbenam bukan berarti ada kelainan atau abnormal	23	63,9%	13	36%
9.	Bagi Ibu hamil kalori tidak berpengaruh pada prosesmembentuk plasenta	21	58,3%	15	41,7%
10.	Ibu hamil tidak perlu memeriksa bagian payudara apabila terdapat benjolan atau tidak	22	61%	14	39%

Berdasarkan table 4.3 diatas Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 36 responden penelitian, item pertanyaan mengenai kesiapan fisik yang paling banyak dijawab benar responden penelitian adalah pertanyaan nomor 4 sebanyak 28 responden (77,8%). Pernyataan soal nomor 4 adalah Pada saat proses kehamilan keadaan gizi ibu sangat perlu diperhatikan. Hal tersebut sesuai teori bahwa untuk mempersiapkan proses laktasi konsumsi gizi seimbang harus dilakukan sejak masa kehamilan. Keadaan gizi yang baik saat hamil akan membantu proses menyusui saat bayi telah lahir (Ibrahim dan Rahayu, 2021)

Berdasarkan table 4.3 diatas hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 36 responden penelitian, item pertanyaan mengenai kesiapan fisik yang paling banyak dijawab salah oleh responden yaitu pertanyaan nomor 2 terkait dengan pernyataan saat hamil tidak perlu dilakukan perawatan payudara karena proses laktasi dimulai sejak masa setelah persalinan, yaitu responden yang menjawab salah sebanyak 16 orang (44,4%). Menurut (Harefa, 2017.), teori tersebut menyatakan bahwa ibu hamil perlu menjalani perawatan payudara karena proses laktasi (produksi dan penyediaan ASI)

dimulai sejak masa kehamilan. Perawatan payudara melibatkan beberapa aspek, termasuk pemeriksaan payudara. Pemeriksaan ini dilakukan untuk memastikan kesehatan payudara dan mendeteksi potensi masalah sejak dini. Persiapan puting susu yang kuat, yaitu dengan meningkatkan kekuatan puting susu. Membantu melenturkan puting susu. Mengatasi *inverted nipples*, tindakan untuk mengatasi puting susu yang terpendam atau terbalik. Melakukan pijatan (Massase) payudara, dilakukan untuk merangsang sirkulasi darah, meningkatkan elastisitas jaringan, dan mendukung persiapan payudara untuk menyusui.

Tujuan dari perawatan payudara adalah untuk memelihara kebersihan payudara, melenturkan dan menguatkan puting susu, serta mengatasi masalah seperti puting susu datar atau terbenam sehingga dapat menyembul keluar. Dengan demikian, perawatan payudara di masa kehamilan dianggap penting untuk menunjang persiapan ibu dalam memberikan ASI setelah melahirkan. (Harefa, 2017.).

Berdasarkan table 4.4 Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 36 responden penelitian, item pertanyaan mengenai kesiapan fisik yang paling banyak dijawab salah oleh responden yaitu pertanyaan nomor 2 terkait dengan pernyataan saat hamil tidak perlu dilakukan perawatan payudara karena proses laktasi dimulai sejak masa setelah persalinan, yaitu responden yang menjawab salah sebanyak 16 orang (44,4%).

Berdasarkan tabel 4.4 diatas mengenai distribusi frekuensi kuesioner kesiapan ibu hamil trimester III dalam memberikan ASI Eksklusif yaitu responden menjawab salah terkait kuesioner kesiapan fisik paling banyak yaitu pada item soal nomer 2 dengan pernyataan saat hamil tidak perlu dilakukan perawatan payudara karena proses laktasi dimulai sejak masa setelah persalinan, yaitu responden yang menjawab salah sebanyak 16 orang (44,4%). Analisis ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden belum menyadari pentingnya perawatan payudara sejak masa kehamilan untuk mendukung proses menyusui dan menghindari risiko yang mungkin timbul. Beberapa perawatan payudara yang dapat dilakukan selama kehamilan yaitu diantaranya dengan meemakai Bra yang tepat. Bra sebaiknya terbuat dari katun dan memiliki bantalan busa empuk. Menghindari bra yang terlalu ketat dan disangga kawat. Mempertimbangkan untuk menggunakan bra dengan tali lebar dan banyak kaitan di belakangnya untuk menyangga punggung dengan nyaman selama aktivitas. Selanjutnya adalah rutin melakukan pijat payudara. Memijat payudara dapat membantu menjaga kelembapan kulit di sekitar payudara. Pemijatan secara rutin juga dapat meningkatkan sirkulasi darah dan kenyamanan. Membersihkan puting pelan-pelan dan menghindari membersihkan bagian puting dengan menarik atau menggosok terlalu keras, yang dapat menyebabkan luka dan lecet. Membersihkan puting dengan lembut membantu mencegah iritasi dan merawat kesehatan puting. Selanjutnya adalah penggunaan pelembap,

seperti minyak zaitun atau minyak kelapa, dapat membantu menjaga kelembapan area payudara.

Melakukan perawatan payudara sejak masa kehamilan adalah langkah penting untuk mempersiapkan ibu dalam memberikan ASI dengan nyaman dan mengurangi potensi risiko kesehatan payudara. Edukasi dan pemahaman lebih lanjut tentang perawatan payudara dapat memberikan manfaat signifikan bagi kesejahteraan ibu dan bayi (Hipson., 2023)

2. Gambaran Kesiapan Mental Psikologis Ibu Hamil Trimester III dalam Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Puskesmas Bergas

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Kesiapan mental psikologis Ibu Hamil Trimester III dalam Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Puskesmas Bergas

Mental Psikologis	Frekuensi	Presentase (%)
Tidak siap	14	38,8%
Siap	22	61,1%
Total	36	100%

Hasil penelitian di tunjukan pada Tabel 4.4 diatas mengenai distribusi frekuensi kesiapan mental psikologis ibu hamil trimester III dalam memberikan ASI Eksklusif pada bayinya di wilayah Puskesmas Bergas yaitu jumlah responden yang siap secara mental psikologis sebanyak 22 orang (61,1%), sedangkan responden yang tidak siap secara mental psikologis untuk menyusui sebanyak 14 orang (38,8%).

Ibu yang memiliki kesiapan mental untuk memberikan ASI eksklusif dipengaruhi oleh mayoritas responden yang berada pada usia reproduktif (21-35) pada usia ini diharapkan ibu telah memiliki kematangan secara psikologis untuk menghadapi masa kehamilan, persalinan, menyusui serta

berbagai masalah yang kemungkinan akan dihadapi. Kesiapan mental dapat tercermin dari sikap atau keputusan positif yang diambil oleh ibu terkait pemberian ASI. Ini mencakup kemampuan ibu untuk menghayati kewajibannya memberikan ASI, yang dimulai sejak masa kehamilan atau bahkan sebelum hamil sebagai langkah persiapan untuk memenuhi tanggung jawab memberikan ASI nantinya. Persiapan psikologis memiliki dampak besar pada kesuksesan seorang ibu dalam menyusui eksklusif, dimulai dari peningkatan motivasi dan keyakinan, serta menjaga sikap optimis saat menghadapi tantangan menyusui. Keyakinan ibu bahwa dia mampu menyusui berkontribusi pada jumlah ASI yang cukup. Disarankan untuk memberikan dukungan kepada ibu agar dapat menghilangkan pikiran negatif, seperti kekhawatiran tentang keluarnya ASI atau potensi masalah pada payudara (Rinata et al., 2015).

Responden tidak siap secara mental dipengaruhi oleh kurangnya dukungan keluarga dan tingkat pendidikan yang rendah sehingga pengetahuan mengenai ASI eksklusif terbatas dan ibu tidak percaya diri dalam memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Persiapan psikologis juga memiliki dampak besar pada keberhasilan ibu dalam menyusui eksklusif. Ini melibatkan peningkatan motivasi dan keyakinan, serta menjaga sikap optimis dalam menghadapi segala tantangan dalam proses menyusui. Keyakinan diri ibu bahwa dia mampu menyusui berkontribusi pada produksi ASI yang cukup. Disarankan agar ibu menghindari pikiran negatif, seperti kekhawatiran tentang kemungkinan tidak keluarnya ASI atau

masalah-masalah potensial pada payudara. Fokus pada keyakinan bahwa dengan sikap positif dan optimis, ibu dapat mengatasi segala hambatan yang mungkin muncul selama proses menyusui (Lentina et al., 2021).

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Kuesioner Kesiapan Mental psikologis

Kuesioner	B	%	S	%
1. Dukungan sangatlah berguna bagi ibu yang akan memberikan ASI pada bayinya kelak	28	77,8%	8	22,2%
2. Dalam hal menyusui yang paling penting ialah ibu perlu mempersiapkan mental secara matang	28	77,8%	8	22,2%
3. Ibu tidak perlu belajar dan mempersiapkan diri dalam memerah ASI-nya	26	72,2%	10	27,8%
4. Sikap ibu tidak berpengaruh dalam pemberian ASI Eksklusif	27	75%	9	25%
5. Dukungan suami dan keluarga tidak terkait dalam pemberian ASI eksklusif	24	66,7%	12	33,3%
6. Faktor ketidaktahuan tidak mempengaruhi keputusan ibu untuk menyusui bayinya atau tidak	22	61,1%	14	38,9%
7. Pemberian ASI dipengaruhi oleh berbagai faktor, antar alain pengalaman sendiri atau orang lain, pengalaman menyusui dalam keluarga atau kerabat, adat kebiasaan, kepercayaan menyusui di daerah masing-masing	26	72,2%	10	27,8%
8. Peran ibu sangat menentukan kelangsungan hidupbayinya dan peran ini perlu dipersiapkan, salah satunya dengan memberikan ASI pada bayinya	30	83,3%	6	16,7%
9. Bayi memiliki kebutuhan menyusu pada satu waktu dalam sehari (pagi atau malam)	16	44,4%	20	55,6%
10. Anda bisa melepaskan isapan bayi dari satu payudara kurang 20 menit, dan tidakperlu memberikan payudara ng lain	17	47,2%	19	52,8%
11. Bayi disusui sekitar setiap dua samapai tiga jam dan biasanya akan mengisap selama 5-20 menit	22	61,1%	14	38,9%

Berdasarkan table 4.5 diatas hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 36 responden penelitian, item pertanyaan mengenai kesiapan mental yang paling banyak dijawab benar oleh responden (83,3% jawaban benar) yaitu pertanyaan nomor 18 terkait pernyataan “Peran ibu sangat menentukan kelangsungan hidup bayinya dan peran ini perlu dipersiapkan, salah satunya dengan memberikan ASI pada bayinya”, hal tersebut menunjukkan bahwa responden memiliki pengetahuan dan kesadaran bahwa bayi sangat

tergantung pada ASI yang diberikan oleh ibunya. Hal tersebut sesuai dengan teori (Harefa, 2017.), Peran ibu memiliki dampak yang sangat signifikan terhadap kelangsungan hidup dan kesejahteraan bayinya. Pemberian ASI (Air Susu Ibu) merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam mempersiapkan peran ibu tersebut. Beberapa alasan mengapa pemberian ASI sangat penting salah satunya adalah ASI merupakan nutrisi optimal. ASI menyediakan nutrisi yang optimal untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Kandungan nutrisi yang lengkap dalam ASI mencakup protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral yang diperlukan untuk kesehatan bayi. ASI sebagai kekebalan dan perlindungan karena ASI mengandung antibodi dan faktor kekebalan yang membantu melindungi bayi dari infeksi dan penyakit. Bayi yang diberi ASI memiliki sistem kekebalan yang lebih baik. Menyusui menumbuhkan hubungan emosional, pemberian ASI juga menciptakan ikatan emosional antara ibu dan bayi. Kontak kulit dengan kulit dan ikatan yang terjalin saat menyusui dapat memberikan rasa keamanan dan kenyamanan bagi bayi. ASI mudah diberikan dan ekonomis, ASI merupakan makanan yang selalu tersedia dan praktis. Selain itu, memberikan ASI juga merupakan alternatif yang ekonomis karena tidak memerlukan biaya tambahan seperti susu formula.

Dengan memberikan ASI pada bayi, ibu tidak hanya memenuhi kebutuhan nutrisi dan kekebalan bayi, tetapi juga memberikan fondasi yang kuat untuk kesehatan dan perkembangan anak. Oleh karena itu, persiapan

peran ibu dalam memberikan ASI termasuk dalam upaya memastikan kesejahteraan dan kelangsungan hidup bayi (Arifiati, 2017).

Berdasarkan table 4.3 diatas hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 36 responden penelitian, item pertanyaan mengenai kesiapan mental yang paling banyak dijawab salah oleh responden yaitu pertanyaan nomor 19 terkait dengan pernyataan Bayi memiliki kebutuhan menyusu pada satu waktu dalam sehari (pagi atau malam), yaitu responden yang menjawab salah sebanyak 20 orang (55,6%). Sementara itu teori IDAI bahwa Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) menyatakan bahwa untuk bayi baru lahir, disarankan agar menyusui dilakukan sekitar 8-12 kali dalam sehari, durasi yang dibutuhkan oleh bayi biasanya sekitar 10-15 menit. Seiring berjalannya waktu, jadwal menyusui bayi kemungkinan akan menjadi lebih teratur dan rutin. Pada rentang usia 1-6 bulan, pola menyusui bayi berubah. Pada bulan pertama, frekuensi menyusui dapat mencapai 8-12 kali sehari, dengan durasi sekitar 20-45 menit setiap kali (IDAI, 2020)

3. Gambaran Kesiapan Ibu Hamil Trimester III dalam Pemberian ASI

Eksklusif di Wilayah Puskesmas Bergas

Tabel 4.4 Gambaran Kesiapan Ibu Hamil Trimester III dalam Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Puskesmas Bergas

Kesiapan ibu hamil	Frekuensi	Presentase (%)
Tidak siap	15	41,7%
Siap	21	58,3%
Total	36	100%

Hasil penelitian di tunjukan pada Tabel 4.4 Hasil penelitian di tunjukan pada Tabel 4.4 diatas mengenai distribusi frekuensi kesiapan ibu

hamil trimester III dalam menyusui bayinya di wilayah Puskesmas Bergas yaitu jumlah responden yang siap untuk memberikan ASI Eksklusif sebanyak 21 orang (58,3%).

Persiapan untuk menyusui selama masa kehamilan merupakan aspek yang krusial, melibatkan kesiapan fisik dan mental yang berkaitan dengan penyediaan ASI eksklusif. Penting untuk memulai persiapan kesehatan fisik dan mental sejak awal kehamilan.

Responden yang memiliki kesiapan memberikan ASI eksklusif karena mayoritas bekerja di pabrik yang didominasi kaum perempuan sehingga dapat saling bertukar pengalaman dan pengetahuan terkait ASI eksklusif sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu menyusui dalam memberikan ASI eksklusif.

Berdasarkan tabel 4.2 diatas ibu hamil yang tidak siap dalam menyusui sebanyak 15 orang (41,7%). Responden yang tidak siap memberikan ASI Eksklusif dikarenakan pendidikan yang rendah yaitu lulusan SMP dan kurangnya dukungan suami dan keluarga sehingga menurunkan kepercayaan diri ibu dalam memberikan ASI Eksklusif.

Berdasarkan tabel 4.2 diatas mengenai kesiapan ibu hamil trimester III dalam menyusui bayinya di wilayah Puskesmas Bergas yaitu jumlah responden yang siap untuk memberikan ASI Eksklusif sebanyak 21 orang (58,3%). Responden yang memiliki kesiapan memberikan ASI eksklusif karena mayoritas bekerja di pabrik yang didominasi kaum perempuan sehingga dapat saling bertukar pengalaman dan pengetahuan terkait ASI

eksklusif sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu menyusui dalam memberikan ASI eksklusif.

Berdasarkan tabel 4.2 diatas mengenai kesiapan ibu hamil trimester III dalam menyusui bayinya di wilayah Puskesmas Bergas yaitu jumlah Responden yang tidak siap sebanyak 15 (41,7%) memberikan ASI Eksklusif dikarenakan pendidikan yang rendah yaitu lulusan SMP dan kurangnya dukungan suami suami dan keluarga sehingga menurunkan kepercayaan diri ibu dalam memberikan ASI Eksklusif.

Persiapan untuk menyusui selama kehamilan merupakan aspek yang sangat penting, dan ibu yang mempersiapkannya sejak awal akan lebih siap secara menyeluruh untuk memberikan ASI kepada bayinya. Kesiapan diartikan sebagai kondisi di mana seseorang telah mencapai tahapan tertentu atau memiliki kematangan fisik, psikologis, spiritual, dan keterampilan. Kesiapan mencerminkan kompetensi seseorang, menunjukkan bahwa orang tersebut memiliki kesiapan yang cukup untuk melakukan tindakan tertentu. Kesiapan ibu dalam memberikan ASI Eksklusif dipengaruhi oleh sejumlah faktor, termasuk faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup pengetahuan, tingkat pendidikan, sikap, kondisi anatomi/fisik ibu, dan kondisi bayi. Di sisi lain, faktor eksternal melibatkan aspek pekerjaan, dukungan keluarga, faktor sosial budaya (tradisi), dan peran petugas kesehatan (Tri Wahyuni et al., 2023)

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan penelitian yang dilakukan oleh (Harefa, 2017.) di Wilayah Kerja Puskesmas Panca Batu, yang

menunjukkan bahwa 70,5% dari ibu telah siap untuk memberikan ASI. Kesimpulan serupa juga ditemukan dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Fatimah & Oktavianis (2017) di Wilayah Kerja Puskesmas Kelurahan Bidara Cina I Jakarta Timur, di mana sebagian besar ibu sudah memiliki kesiapan untuk memberikan ASI secara eksklusif. Penting untuk dicatat bahwa persiapan untuk menyusui tidak hanya dilakukan saat hamil, tetapi bahkan sebelum hamil. Seorang ibu dapat mempersiapkannya dengan berbagai cara, seperti berkomunikasi dengan suami dan keluarga untuk mendapatkan dukungan dalam memberikan ASI eksklusif. Selain itu, berbagi pengalaman dengan ibu-ibu lain yang telah menyusui dan mencari informasi dari berbagai sumber, termasuk media cetak, media elektronik, dan jejaring sosial, juga dapat membantu dalam memahami hal-hal yang berkaitan dengan keberhasilan menyusui eksklusif (Fatimah & Oktavianis, n.d.)

Penelitian lain oleh (Harefa, 2017.) hasil penelitian menunjukkan kesiapan ibu dalam pemberian ASI eksklusif 48 orang (90,6%). Hampir semua responden memiliki kesiapan dalam pemberian ASI eksklusif. Kesiapan ibu ini disebabkan karena dukungan maupun pengetahuan sudah siap untuk pemberian ASI eksklusif. Dalam penelitian ini, Keberadaan ibu yang belum siap untuk memberikan ASI menunjukkan perlunya upaya motivasi dan pendampingan oleh petugas kesehatan. Dengan memberikan motivasi dan pendampingan yang adekuat, ibu dapat lebih baik mempersiapkan diri untuk memberikan ASI secara eksklusif kepada

anaknyanya. Ini mencakup penyediaan informasi yang komprehensif, dukungan emosional, dan bimbingan praktis untuk membantu ibu merasa lebih yakin dan siap dalam menghadapi tantangan menyusui (Harefa, 2017). Dengan demikian, kolaborasi antara ibu dan petugas kesehatan dapat menjadi kunci dalam meningkatkan kesiapan ibu untuk memberikan ASI eksklusif (Debby Sitohang et al., 2019).

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

1. Karakteristik responden penelitian ini yaitu mayoritas responden Ibu hamil trimester III berumur 21-25 tahun sejumlah 19 orang (52,7%), memiliki usia kehamilan 27-30 minggu yaitu sebanyak 14 orang (38,7%), sebagian besar responden berlatar belakang SMA sebanyak 24 orang (66,7%), mayoritas responden bekerja dibidang swasta ssebanyak 20 orang (55,6%).
2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah responden yang siap untuk memberikan ASI Eksklusif sebanyak 21 orang (58,3%). Kesiapan ibu hamil dalam memberikan ASI Eksklusif di Puskesmas bergas ini karena telah memperoleh edukasi dari petugas kesehatan khususnya bidan di Puskesmas Bergas.
3. Hasil penelitian menunjukkan ibu yang siap secara fisik untuk menyusui sebanyak 15 (41,67%), dan ibu yang siap secara mental psikologis untuk menyusui sebanyak 22 orang (61,1%).
4. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden mayoritas menjawab benar yaitu 28 responden (77,8%) pada kuestioner kesiapan fisik pada item soal nomor 4 yaitu Pada saat proses kehamilan keadaan gizi ibu sangat perlu diperhatikan . Sementara itu, responden mayoritas menjawab salah yaitu 16 orang (44,4%) pada kuesioner kesiapan fisik pada item soal nomor 2 terkait Pada saat hamil tidakperlu dilakukan perawatan payudara karena proses laktasi dimulaisejak masa setelahpersalinan. Hasil penelitian

menunjukkan bahwa responden mayoritas menjawab yaitu 30 orang (83,3%) benar pada kuesioner kesiapan mental pada item soal nomor 18 yaitu Peran ibu sangat menentukan kelangsungan hidupbayinya dan peran ini perlu dipersiapkan, salah satunya dengan memberikan ASI pada bayinya. Sementara itu, responden mayoritas menjawab salah yaitu 20 orang (55,6%) pada kuesioner kesiapan mental pada item soal nomor 19 yaitu Bayi memiliki kebutuhan menyusui pada satu waktu dalam sehari (pagi atau malam)

B. Saran

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Peneliti menyarankan agar tenaga kesehatan lebih proaktif dalam menyampaikan penyuluhan mengenai perawatan payudara untuk persiapan laktasi selama masa kehamilan. Upaya ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mereka tentang perawatan payudara untuk persiapan laktasi. Melibatkan ibu hamil trimester III dan keluarga khususnya suami dalam edukasi ini dapat membantu menciptakan kesadaran tentang pentingnya perawatan payudara pada masa kehamilan untuk mempersiapkan proses laktasi dikemudian hari.

Bidan diharapkan mengajarkan kepada ibu hamil trimester III terkait perawatan payudara dan gerakan breastcare, karena berdasarkan hasil penelitian ini masih banyak ibu hamil di Puskesmas Bergas yang tidak melakukan perawatan payudara selama kehamilannya.

Bidan diharapkan melakukan pendampingan pada ibu hamil trimester III selama proses menyusui. Pendampingan berupa pemberian motivasi kepada ibu dan keluarga untuk senantiasa memberikan ASI kepada bayinya tanpa makanan tambahan apapun hingga usia 6 bulan. Pendampingan juga dimaksudkan agar apabila ibu mengalami kesulitan atau masalah dalam proses laktasi bisa segera teratasi sehingga dapat diperoleh keberhasilan ASI eksklusif.

2. Ibu hamil dan keluarga

Ibu Hamil disarankan untuk lebih meningkatkan pengetahuan, wawasan dan perilaku terkait perawatan payudara selama kehamilan, persiapan fisik dan mental untuk laktasi. Pengetahuan bisa didapatkan dari berbagai sumber yang valid seperti melalui internet, atau tenaga kesehatan khususnya bidan.

Ibu hamil diharapkan melakukan persiapan fisik selama kehamilan dengan menjaga kebersihan payudara dan puting, melakukan perawatan payudara/breastcare, memakai bra yang nyaman, serta makan-makanan bergizi untuk memperlancar ASI. Khususnya, ibu hamil diharapkan melakukan perawatan Payudara secara rutin selama kehamilan, karena berdasarkan kuesioner yang dibagikan peneliti masih banyak ibu hamil yang tidak melakukan perawatan payudara selama kehamilannya untuk persiapan laktasi.

Ibu hamil diharapkan melakukan persiapan mental selama kehamilan untuk mempersiapkan pemberian ASI eksklusif dengan memperbanyak pengetahuan mengenai ASI eksklusif, meningkatkan kesadaran mengenai

pentingnya ASI, diharapkan Dengan pengetahuan yang mencukupi diharapkan akan timbul kesadaran mengenai pentingnya ASI eksklusif ditambah dukungan keluarga akan meningkatkan keberhasilan ibu dalam memberikan ASI eksklusif dikemudian hari. Persiapan mental juga diperlukan karena ibu seharusnya menyusui bayinya 2 jam sekali, sedangkan berdasarkan penelitian ini masih banyak ibu hamil yang kurang mempersiapkan mentalnya untuk menyusui bayinya baik pagi maupun malam hari.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Disarankan untuk mempertimbangkan penggunaan populasi yang lebih besar dalam penelitian berikutnya. Hal ini dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif dan representatif tentang gambaran kesiapan ibu hamil trimester III dalam memberikan ASI eksklusif
- b. Penelitian selanjutnya dapat memperluas cakupan dengan meneliti berbagai faktor yang mungkin mempengaruhi tingkat kesiapan ibu hamil trimester III dalam memberikan ASI eksklusif. Hal Ini dapat melibatkan faktor-faktor seperti aspek sosial, budaya, dan lingkungan.
- c. Penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin menggali lebih dalam tentang gambaran kesiapan ibu hamil trimester III dalam memberikan ASI eksklusif. Referensi ini dapat membantu mengembangkan penelitian lebih lanjut di bidang ini dengan menyelidiki variabel-variabel tambahan yang dapat memengaruhi hasil

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, S. K., Losu, F. N., & Kanter, A. C. (2018). Hubungan Perawatan Payudara Masa Kehamilan Dengan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Klinik Sifra Langowan Kecamatan Langowan Timur Kabupaten Minahasa. *Prosiding Seminar Nasional*, 1(3), 542–549.
- Ade Harshindy, N., & Budi Raharjo, B. (2022). Indonesian Journal of Public Health and Nutrition Analisis Pelaksanaan Program ASi Eksklusif di Posyandu Article Info. *Ijphn*, 2(1), 60–66.
- Afriyani, R., Savitri, I., Sa, N., Studi Ners, P., Siti Khadijah Palembang, S., & Studi Kebidanan, P. (2018). Pengaruh Pemberian ASI Eksklusif di BPM Maimunah Palembang. In *Jurnal Kesehatan* (Vol. 9, Issue 2). Online. <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>
- Alfaridh, A. Y., Azizah, A. N., Ramadhaningtyas, A., Maghfiroh, D. F., Amaria, H., Mubarakah, K., Arifatuddina, M., Shafira, N., Widyasanti, N., Kumala, S. S., & Nurwahyuni, A. (2021). Peningkatan Kesadaran dan Pengetahuan tentang ASI Eksklusif pada Remaja dan Ibu dengan Penyuluhan serta Pembentukan Kader Melalui Komunitas “CITALIA.” *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat (Pengmaskemas)*, 1(2), 119–127.
- Adokiya MN, Bukari M, Ndago JA, Kuganab-Lem RB, Garti H, Konlan MY, Amoasah AA, Ali Z. Exclusive breastfeeding among beneficiaries of a nutrition enhancement programme and its associated factors in Ghana. *PLoS One*. 2023 May 30;18(5):e0286546. doi: 10.1371/journal.pone.0286546. PMID: 37253022; PMCID: PMC10228788.
- Amer S, Kateeb E. Mothers' Employment and Exclusive Breastfeeding Practices: A Brief Report from Jerusalem Governorate. *Int J Environ Res Public Health*. 2023 Jan 23;20(3):2066. doi: 10.3390/ijerph20032066. PMID: 36767434; PMCID: PMC9915241.
- Ana Yuliana, & Tri Wahyuni. (2020). Pengetahuan Ibu Hamil Primigravida Tentang Persiapan Persalinan Di Desa Wonorejo Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo. *Infokes: Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, 10(2), 34–43. <https://doi.org/10.47701/infokes.v10i2.1031>
- Annisa, Z., Lestari, W., & Amir, Y. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Breastfeeding Self Efficacy (Bse) Pada Ibu Primigravida Untuk Menyusui Eksklusif. *Riau Nursing Journal*, 1(1), 11–19. <https://doi.org/10.31258/rnj.1.1.11-19>
- Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif. - Google Nggoleki.* (n.d.).
- Arifiati, N. (2017). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi di Kelurahan Warnasari Kecamatan Citangkil Kota Cilegon. *Prosiding Seminar Nasional IKAKESMADA “Peran Tenaga Kesehatan Dalam Pelaksanaan SDGs,”* 129–135.

Chepkirui D, Nzinga J, Jemutai J, Tsofa B, Jones C, Mwangome M. A scoping review of breastfeeding peer support models applied in hospital settings. *Int Breastfeed J*. 2020 Nov 14;15(1):95. doi: 10.1186/s13006-020-00331-7. PMID: 33189155; PMCID: PMC7666507.

heni setyowati, Ari Andayani, W. (2015). PERBEDAAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM SETELAH PEMBERIAN PIJAT OKSITOSIN Heni Setyowati, Ari Andayani, Widayati AKBID Ngudi Waluyo Ungaran. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 10(3), 188–195.

notoatmodjo 2018 - Google Nggoleki. (n.d.).

Paradila, D. A., Purwanti, I. A., Prakasiwi, S. I., & Khasanah, U. (2021). Faktor Yang Mempengaruhi Persiapan Menyusui Pada Ibu Hamil Usia Remaja. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*, 4, 1914–1918.

Readiness For Pregnant Women Exclusive Breastfeeding Health Center In Yogyakarta Bambanglipuro Bantul - Google Nggoleki. (n.d.).

Rivanica, R., Handayani, S., Hipson, M., Riyanti, N., Solama, W., Devita, R., & Arisandy, W. (2023). Edukasi Penyuluhan Tentang Pentingnya Air Susu Ibu (Asi) Eksklusif Untuk Pemenuhan Nutrisi. *ABDIKEMAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 30–34. <https://doi.org/10.36086/j.abdikemas.v5i1.1603>

YOLANDA-NOVA-YANTI-HAREFA-032015032. (n.d.). *YOLANDA-NOVA-YANTI-HAREFA-032015032*.

Bidan, P., Giri, A., Husada, S., & Author, C. (2021). *Journal of Community Service in Education Peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang ASI dan persiapan menyusui eksklusif*. 1(1), 20–25.

Debby Sitohang, F., Kahar, I. A., Sirait, A., & Studi Magister Ilmu Kesehatan, P. (2019). FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA BAYI USIA 6-12 BULAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SIGALINGGING KABUPATEN DAIRI TAHUN 2017. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 5(1). <http://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/JURNALKEPERAWATAN>

Dinas Kesehatan Kabupaten Semarang. (2022). Profil Kesehatan Kabupaten Semarang 2021. *Profil Kesehatan 2021*, 153.

Faizzah, H., Kurniawati, D., & Perdani Juliningrum Fakultas Keperawatan Universitas Jember Jln Kalimantan, P. (2022). Gambaran Faktor yang Mempengaruhi Ibu Tidak Memberikan ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Cakru, Kencong (The Factor Influencing Mother not to Provide Exclusive Breastfeeding at the Cakru Public Health Service). *Gambaran Faktor Yang Mempengaruhi Ibu Tidak Memberikan ASI e-Journal Pustaka Kesehatan*, 10(1), 32.

Fatimah, S., & Oktavianis, T. W. (n.d.). *HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG MANAJEMEN LAKTASI DENGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KELURAHAN BIDARA CINA I JAKARTA TIMUR TAHUN 2017*.

- Fauziyah, A., Dewi Pertiwi, F., Avianty, I., Ibu, K. K., Anak, D., Masyarakat, K., Kesehatan, I., Studi, P., Ibn, U., & Bogor, K. (2022). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA BAYI DI PUSKESMAS TEGAL GUNDIL KOTA BOGOR TAHUN 2020. In *PROMOTOR Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat* (Vol. 5, Issue 2). <http://ejournal.uika-bogor.ac.id/index.php/PROMOTOR>
- Fkep, J. I. M., No, V. V., Ahlia, P., Ardhia, D., & Fitri, A. (2022). *KARAKTERISTIK IBU YANG MEMBERIKAN ASI EKSKLUSIF DI PUSKESMAS LAMPASEH Characteristics Of Mothers Who Provide Exclusive Breast Milk At Lampaseh Puskesmas Public Health Center ASI eksklusif merupakan Air Susu Ibu setelah mendapatkan surat kelulusan etik dar.* *V(4)*, 117–121.
- Ibrahim, F., & Rahayu, B. (2021). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, *10(1)*, 18–24. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.497>
- J. Nafilatul, S. Erni, M. N. (2022). Motivasi Ibu Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul 2020. *Hubungan. 2020*, *3(7)*, 7247–7254.
- Kemenkes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In *Pusdatin.Kemenkes.Go.Id.*
- Lentina, N., Etika, R., & Budiono, D. I. (2021a). the Effect of Mother'S Readiness on Breastfeeding Success. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, *5(2)*, 152–159. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v5i2.2021.152-159>
- Lentina, N., Etika, R., & Budiono, D. I. (2021b). THE EFFECT OF MOTHER'S READINESS ON BREASTFEEDING SUCCESS. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, *5(2)*, 152–159. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v5i2.2021.152-159>
- Louis, S. L., Mirania, A. N., & Yuniarti, E. (2022). Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Anak Balita. *Maternal & Neonatal Health Journal*, *3(1)*, 7–11. <https://doi.org/10.37010/mnhj.v3i1.498>
- Marzida. (2017). *Readiness For Pregnant Women Exclusive Breastfeeding Health Center In Yogyakarta Bambanglipuro Bantul.*
- Nani, S. A., & Jumiatur, J. (2023). Studi Kualitatif Pemberian Air Susu Ibu (ASI) pada Bayi Usia 0-6 Bulan di Wilayah Puskesmas Patebon II Kabupaten Kendal. *Indonesian Journal on Medical Science*, *10(1)*, 77–82. <https://doi.org/10.55181/ijms.v10i1.415>
- Natalia, W., Komalaningsih, S., Syarief, O., Wirakusumah, F. F., & Suardi, A. (2020). Perbandingan efektivitas terapi akupresur sanyinjiao point dengan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan nyeri menstruasi pada putri remaja di Pesantren Asshiddiqiyah 3 Karawang. *Jurnal Sistem Kesehatan*, *5(3)*, 123–128.
- Nurhayati, F., & Nurlatifah, S. (2018). Hubungan Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Pemberian Asi Perah dengan Pendidikan di Wilayah Kerja Puskesmas Cimahi Tengah. *Midwife Journal*, *4(02)*, 11–15.
- Ogbo FA, Akombi BJ, Ahmed KY, Rwabilimbo AG, Ogbo AO, Uwaibi NE, Ezeh OK, Agho KE, On Behalf Of The Global Maternal And Child Health Research

- Collaboration GloMACH. Breastfeeding in the Community-How Can Partners/Fathers Help? A Systematic Review. *Int J Environ Res Public Health*. 2020 Jan 8;17(2):413. doi: 10.3390/ijerph17020413. PMID: 31936302; PMCID: PMC7014137.
- Olya, F., Ningsih, F., & Ovany, R. (2023). Hubungan Status Pekerjaan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Menteng Tahun 2022. *Jurnal Surya Medika*, 9(1), 137–145. <https://doi.org/10.33084/jsm.v9i1.5160>
- Paliatif, P., Payudara, P., Sadari, S., Paliative, B. S., In, C., & Sibaji, P. (2021). *Rotua Sumihar Sitorus 2*. 3(2), 61–65.
- Paradila, D. A., Purwanti, I. A., Prakasiwi, S. I., Khasanah, U., Kebidanan, P. S., Semarang, U. M., Kunci, K., Remaja, :, & Menyusui, K. (n.d.). *Faktor Yang Mempengaruhi Persiapan Menyusui Pada Ibu Hamil Usia Remaja Factors Affecting Breast Preparation In Pregnant Mothers At The Age Of Teenages*.
- Pisesa, D. (2022). *Hubungan pengetahuan ibu dengan pemberian asi eksklusif di wilayah kerja puskesmas nagasaribu tahun 2021*.
- Prautami, E. S., Febrianti, A., & Anggraini, D. (2023). Pengaruh Penyuluhan Tentang Asi Eksklusif Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Primigravida Trimester Iii Di Desa Sidomulyo 18. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 10(1), 10–16. <https://doi.org/10.32539/jks.v10i1.170>
- Puspitasari, L. A., & Sasongko, H. P. (2020). Hubungan Dukungan Suami dengan Motivasi Ibu dalam Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Wonosobo Kecamatan Srono Banyuwangi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 7(1), 33–44. <https://doi.org/10.55500/jikr.v7i1.96>
- Rahayu Khairiah, Ita Herawati, & Nofa Anggraini. (2022). Pelatihan Dan Pendampingan Kader Kesehatan Dalam Kesiapan Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Hamil Guna Mencegah Stunting Dengan Melibatkan Support System Keluarga Di Puskesmas Pulogadung. *Jurnal Antara Abdimas Kebidanan*, 5(1), 19–24. <https://doi.org/10.37063/abdimaskeb.v5i1.769>
- Ramli, R. (2020). Correlation of Mothers' Knowledge and Employment Status with Exclusive Breastfeeding in Sidotopo. *Jurnal PROMKES*, 8(1), 36. <https://doi.org/10.20473/jpk.v8.i1.2020.36-46>
- Kodariyah, K., Anggorowati, A., & Zubaidah, Z. ., L. (2023). *Jurnal Keperawatan*. 15(September), 1149–1156.
- Rinata, E., Putri, H., & Hamdi, S. (2015). *PERSIAPAN ASI EKSKLUSIF IBU HAMIL DI RB EVA CANDI SIDOARJO* (Vol. 1, Issue 2).
- Ruspita, R., Rahmi, R., & Aifa, W. E. (2022). Peningkatan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(3), 1194–1197.

- Sahra, N. (2019). Pengaruh Penerapan Breastfeeding Father Terhadap Kesiapan Ibu Menyusui Di Bidan Praktik Mandiri Rosdiana Jeunib Kabupaten Biruen Tahun 2019. In *Skripsi*.
- Salamah, U., & Prasetya, P. H. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kegagalan Ibu Dalam Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 5(3), 199–204. <https://doi.org/10.33024/jkm.v5i3.1418>
- Shaliha, & mufti. (2019). *HUBUNGAN KARAKTERISTIK IBU*.
- Shohaimi NM, Mazelan M, Ramanathan K, Meor Hazizi MS, Leong YN, Cheong XB, Ambigapathy S, Cheong AT. Intention and practice on breastfeeding among pregnant mothers in Malaysia and factors associated with practice of exclusive breastfeeding: A cohort study. *PLoS One*. 2022 Jan 7;17(1):e0262401. doi: 10.1371/journal.pone.0262401. PMID: 34995321; PMCID: PMC8741045.
- Tri Wahyuni, E., Utami, I., & Tinggi Ilmu Kesehatan Madani, S. (2023). HUBUNGAN PENDIDIKAN DAN STATUS PEKERJAAN DENGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF RELATIONSHIP OF EDUCATION AND EMPLOYMENT WITH EXCLUSIVE BREASTFEEDING. *JPP) Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang*, 18(1). <https://doi.org/10.36086/jpp.v18i1>
- Ulfa, Z. D., & Setyaningsih, Y. (2020). Tingkat Stres Ibu Menyusui dan Pemberian Asi pada Bulan Pertama. *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan IPTEK*, 16(1), 15–28. <https://doi.org/10.33658/jl.v16i1.145>
- Widiastuti, Y. P., & Ramayanti, E. D. (2022). Tingkat pengetahuan ibu menyusui berpengaruh terhadap upaya untuk meningkatkan produksi ASI selama pandemi COVID 19. *NURSCOPE: Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Ilmiah Keperawatan*, 7(2), 97. <https://doi.org/10.30659/nurscope.7.2.97-106>
- Wulandari, S., & Nurlaela, E. (2021). Hubungan Dukungan Suami dengan Pemberian ASI Eksklusif : Literature Review. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 1984–1995. <https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.960>
- Yurna, Evy, Alvionita , ArfianSyamsul, Y. I. (2020). Hubungan motivasi, pendidikan, kepercayaan serta usia dengan perilaku pemberian asi eksklusif di wilayah kerja puskesmas pekapuran raya banjarmasin. *Homeostais*, 3(2), 301–308.
- Zainiyah, H., Wahyuningtyas, D., & Astriani, R. (2019). Keberhasilan Puting Susu Menonjol Dengan Menggunakan Metode Modifikasi Sput Injeksi pada Ibu Post Partum. *Psnkh*, 05(1), 135–145.

Lampiran 1 Surat Studi Pendahuluan



UNIVERSITAS NGUDI WALUYO FAKULTAS KESEHATAN

Jalan Diponegoro 186 Ungaran, Kabupaten Semarang, Jawa Tengah 50513
Telepon: (024) 6925408 Faksimile: (024) 6925408
Laman: www.unw.ac.id Surel: ngudiwaluyo@unw.ac.id

Nomor : 1231/SM/F.Kes/UNW/XI/2023 Ungaran, 21 November 2023
Lampiran : -
Hal : Permohonan Izin Studi Pendahuluan

Kepada,
Yth. Kepala Puskesmas Bergas
Di
T e m p a t

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penyelesaian tugas akhir mahasiswa program studi S1 Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo atas nama:

Nama : Kharisma Mutiara Dwisafitri
Nomor Induk Mahasiswa : 152221063

Kami mohon untuk diberikan izin melaksanakan **Studi Pendahuluan** dalam rangka penyelesaian **Skripsi** dengan judul "**Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Kesiapan Menyusui**" di Instansi yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian surat permohonan ini, atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Dekan

Eko Susllo, S.Kep.,Ns., M.Kep.
NIK. 1.1.270975.12.98.011

Tembusan:
Pertinggal

Lampiran 2 Surat Ethical Clearance



UNIVERSITAS NGUDI WALUYO KOMISI ETIK PENELITIAN

Jl. Diponegoro no 186 Gedanganak - Ungaran Timur, Kab. Semarang Jawa Tengah
Email : kep@unw.ac.id | Website: kep.unw.ac.id

ETHICAL CLEARANCE

Nomor : 469/KEP/EC/UNW/2023

Komisi Etik Penelitian Universitas Ngudi Waluyo, setelah membaca dan menelaah usulan penelitian dengan judul :

Gambaran Kesiapan Ibu Dalam Pemberian ASI Eksklusif

Nama Peneliti Utama : Kharisma Mutiara Dewisafitri
Nama Pembimbing : Heni Setyowati,S.Si.T.,M.Kes.
Alamat Institusi : Jl. Diponegoro 186Ungaran, Kabupaten Semarang Jawa Tengah
Program Studi : S1 Kebidanan Transfer
Status : Mahasiswa
Lokasi Penelitian : Puskesmas Bergas
Tanggal Persetujuan : 13 Desember 2023
(Berlaku 1 (satu) tahun setelah tanggal persetujuan)

Menyatakan bahwa penelitian di atas telah memenuhi prinsip-prinsip yang dinyatakan dalam Standards and Operational Guidance for Ethics Review of Health-Related Reseach with Human Participants dari WHO 2011 dan Intenational Ethical Guidance for Health-Related Reseach Involving Humans dari CIOMS dan WHO 2016. Oleh karena itu, penelitian di atas dapat dilaksanakan dengan selalu memperhatikan prinsip-prinsip tersebut.

Komisi Etik Penelitian Universitas Ngudi Waluyo berhak untuk memantau kegiatan penelitian tersebut.

Peneliti harus melampirkan informed consent yang telah disetujui dan ditandatangani oleh peserta penelitian dan saksi pada laporan penelitian.

Ungaran, 13 Desember 2023

Ketia



Apt. Anasthasia Pujiastuti, S. Farm., M.Sc.



UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

FAKULTAS KESEHATAN

Jalan Diponegoro 186 Ungaran, Kabupaten Semarang, Jawa Tengah 50513
Telepon: (024) 6925408 Faksimile: (024) 6925408
Laman: www.unw.ac.id Surel: ngudiwaluyo@unw.ac.id

Nomor : 1390/SM/F.Kes/UNW/XII/2023 Ungaran, 12 Desember 2023
Lampiran : -
Hal : Permohonan Izin Ethical Clearance

Kepada,
Yth. Ketua Komisi Etik Penelitian (KEP) Universitas Ngudi Waluyo
Di
T e m p a t

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penyelesaian tugas akhir mahasiswa program studi
S1 Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo atas nama:

Nama : Kharisma Mutiara Dewisafitri
Nomor Induk Mahasiswa : 152221063

Kami mohon untuk diberikan izin melaksanakan **Ethical Clearance**
dalam rangka penyelesaian **Skripsi** dengan judul "**GAMBARAN
KESIAPAN IBU DALAM PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF**" di
Instansi yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian surat permohonan ini, atas perhatian dan ijin yang diberikan
kami ucapkan terima kasih.

Dekan

Eko Susilo, S.Kep.,Ns., M.Kep.
NIR. 1.1.270975.12.98.011

Tembusan:
Pertinggal

Lampiran 3. Surat bebas plagiasi



UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
FAKULTAS KESEHATAN

Jalan Diponegoro 186 Ungaran, Kabupaten Semarang, Jawa Tengah 50513
Telepon: (024) 6925408 Faksimile: (024) 6925408
Laman: www.unw.ac.id Surel: ngudiwaluyo@unw.ac.id

Nomor : 1390/SM/F.Kes/UNW/XII/2023
Lampiran : -
Hal : Permohonan Izin Ethical Clearance

Ungaran, 12 Desember 2023

Kepada,
Yth. Ketua Komisi Etik Penelitian (KEP) Universitas Ngudi Waluyo
Di
T e m p a t

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penyelesaian tugas akhir mahasiswa program studi
S1 Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo atas nama:

Nama : Kharisma Mutiara Dewisafitri
Nomor Induk Mahasiswa : 152221063

Kami mohon untuk diberikan izin melaksanakan **Ethical Clearance**
dalam rangka penyelesaian **Skripsi** dengan judul "**GAMBARAN
KESIAPAN IBU DALAM PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF**" di
Instansi yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian surat permohonan ini, atas perhatian dan ijin yang diberikan
kami ucapkan terima kasih.

Dekan

Eko Susilo, S.Kep.,Ns., M.Kep.
NRS. 1.1.270975.12.98.011

Tembusan:
Pertinggal

Lampiran 4 Persetujuan Responden

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Alamat :

Setelah mendapatkan informasi tentang penelitian yang akan dilakukan oleh Kharisma Mutiara Dewisafitri, mahasiswa kebidanan Universitas Ngudi Waluyo dengan judul “Gambaran Kesiapan Ibu Dalam Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Bergas”, menyatakan bersedia menjadi responden penelitian.

Saya memahami betul bahwa penelitian ini tidak berakibat negatif terhadap diri saya, oleh karena itu saya bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Ungaran, Desember 2023

()

Lampiran 5. Kuesioner Penelitian

KUESIONER
Gambaran Kesiapa Ibu Dalam Pemberian ASI Eksklusif
Di Wilayah Puskesmas Bergas

A. Identitas ibu

1. Nama:
2. Umur:
3. Usia kehamilan:
4. Hamil ke:
5. Pendidikan:
6. Pekerjaan:
7. Tanggal wawancara :

B. Pengetahuan responden Petunjuk :

1. Pilih jawaban yang menurut anda palingsesuai dan benar
2. Berilah tanda (✓) pada jawaban yang anda pilih

No.	Kesiapan Ibu	Ya	Tidak
Kesiapan Fisik			
1.	Pada saat keadaan hamil ibu memerlukan pemeriksaan payudara untuk mengetahui adanya kelainan pada Payudara		
2.	Pada saat hamil tidak perlu dilakukan perawatan payudara karena proses laktasi dimulai sejak masa setelah persalinan		
3.	Pada saat kehamilan ibu tidak perlu melakukan perawatan Payudara		
4.	Pada saat proses kehamilan keadaan gizi ibu sangat perlu diperhatikan		
5.	Pada saat kehamilan ibu tidak memerlukan makanan yang berkalori untuk pertumbuhan janin		
6.	Persiapan puting susu berguna untuk menguatkan dan melenturkan puting susu		
7.	Tekhnik persiapan puting susu tidak penting untuk diketahui ibu		
8.	Ibu perlu mengetahui bila puting susu terbenam bukan berarti ada kelainan atau abnormal		
9.	Bagi Ibu hamil kalori tidak berpengaruh pada proses membentuk plasenta		
10.	Ibu hamil tidak perlu memeriksa bagian payudara apabila terdapat benjolan atau tidak		
Kesiapan Mental			
11.	Dukungan sangatlah berguna bagi ibu yang akan memberikan ASI pada bayinya kelak		
12.	Dalam hal menyusui yang paling penting ialah ibu perlu mempersiapkan mental secara matang		
13.	Ibu tidak perlu belajar dan mempersiapkan diri dalam memerah ASI-nya		

14.	Sikap ibu tidak berpengaruh dalam pemberian ASI Eksklusif		
15.	Dukungan suami dan keluarga tidak terkait dalam pemberian ASI eksklusif		
16.	Faktor ketidaktahuan tidak mempengaruhi keputusan ibu untuk menyusui bayinya atau tidak		
17.	Pemberian ASI dipengaruhi oleh berbagai faktor, antarlain pengalaman sendiri atau orang lain, pengalamanmenyusui dalam keluarga atau kerabat, adat kebiasaan, kepercayaan menyusui di daerah masing-masing		
18.	Peran ibu sangat menentukan kelangsungan hidupbayinya dan peran ini perlu dipersiapkan, salah satunya dengan memberikan ASI pada bayinya		
19.	Bayi memiliki kebutuhan menyusu pada satu waktu dalam sehari (pagi atau malam)		
20.	Anda bisa melepaskan isapan bayi dari satu payudara kurang 20 menit, dan tidak perlu memberikan payudara yang lain		
21.	Bayi disusui sekitar setiap dua samapai tiga jam dan biasanya akan mengisap selama 5-20 menit		

Lampiran 6 Hasil uji validitas

Hasil uji validitas

Validitas

No	Item pertanyaan	Pearson correlation	R tabel	keterangan
1	Pertanyaan 1	0.602	0.444	Valid
2	Pertanyaan 2	0.659	0.444	Valid
3	Pertanyaan 3	0.791	0.444	Valid
4	Pertanyaan 4	0.855	0.444	Valid
5	Pertanyaan 5	0.640	0.444	Valid
6	Pertanyaan 6	0.475	0.444	Valid
7	Pertanyaan 7	0.838	0.444	Valid
8	Pertanyaan 8	0.772	0.444	Valid
9	Pertanyaan 9	0.760	0.444	Valid
10	Pertanyaan 10	0.500	0.444	Valid
11	Pertanyaan 11	0.508	0.444	Valid
12	Pertanyaan 12	0.467	0.444	Valid
13	Pertanyaan 13	0.779	0.444	Valid
14	Pertanyaan 14	0.483	0.444	Valid
15	Pertanyaan 15	0.500	0.444	Valid
16	Pertanyaan 16	0.613	0.444	Valid
17	Pertanyaan 17	0.602	0.444	Valid
18	Pertanyaan 18	0.467	0.444	Valid
19	Pertanyaan 19	0.459	0.444	Valid
20	Pertanyaan 20	0.568	0.444	Valid
21	Pertanyaan 21	0.855	0.444	Valid

Lampiran 7 Hasil uji Reabilitas

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	20	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	20	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,	21

Lampiran 8 Tabulasi Kesiapan Ibu hamil TM 3 dalam memberikan ASI Eksklusif

NO	NAMA	UMUR	ALAMAT	UK	HAMIL	PENDIDIKAN	PEKERJAAN	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	TOTAL	SIAP 0-10	SIAP 11-21	
1	DWI SUPRIYATI	28	BERGAS KIDUL	33 MG	1	SMK	KARYAWAN SWASTA	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	SIAP	90.5%	
2	OKTAVIA HERAWATI	23	BERGAS KIDUL	27MG	1	SMA	KARYAWAN SWASTA	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	18	SIAP	85.7%	
3	YULIYATI	20	MUNDING	32MG	1	SMA	KARYAWAN SWASTA	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18	SIAP	85.7%	
4	APRILIA DWI S	34	BERGAS LOR	36MG	1	SMA	KARYAWAN SWASTA	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	13	SIAP	61.9%	
5	WULANDARI	24	GONDORIYO	27MG	1	SMK	KARYAWAN SWASTA	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	SIAP	90.5%	
6	ANISA DIAN	17	GONDORIYO	35MG	1	SMP	IRT	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	9	TIDAK SIAP	42.9%	
7	DESI KURNIAWATI	25	WRINGINPUTIH	27MG	1	SMK	IRT	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	13	SIAP	61.9%	
8	AJI KUSUMAWATI	35	NGEMPON	35MG	1	D3	KARYAWAN SWASTA	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	18	SIAP	85.7%	
9	ANGELITA PUSPITANINGRUM	21	PAGERSARI	28MG	1	SMK	IRT	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	15	SIAP	71.4%	
10	KRISTALIA TRESI A	25	PAGERSARI	30MG	1	SMK	KARYAWAN SWASTA	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	16	SIAP	76.2%	
11	AYU SETIYANTI	27	NGEMPON	34MG	1	SMK	KARYAWAN SWASTA	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	15	SIAP	71.4%	
12	GHITA	20	KARANGJATI	37MG	1	SMA	IRT	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	6	TIDAK SIAP	28.6%	
13	CHAMELIA ALAM	26	KARANGJATI	35MG	1	D3	KARYAWAN SWASTA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	SIAP	95.2%	
14	DWI APRILIA	25	JATIJJAR	35MG	1	SMK	KARYAWAN SWASTA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	16	SIAP	76.2%		
15	ARINA MANASIH	21	KARANGJATI	29MG	1	SMK	KARYAWAN SWASTA	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	10	TIDAK SIAP	47.6%		
16	FITRI HERMAWATI	27	KARANGJATI	36MG	1	S1	KARYAWAN SWASTA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21	SIAP	100.0%	
17	RIRIN ISMAWATI	21	NGEMPON	27MG	1	SMA	IRT	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	10	TIDAK SIAP	47.6%	
18	FERA ARTIYASARI	23	WRINGINPUTIH	39MG	1	SMK	KARYAWAN SWASTA	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	10	TIDAK SIAP	47.6%		
19	NARIYAH	26	WRINGINPUTIH	30MG	1	D4	WIRUSAHA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	20	SIAP	95.2%	
20	AMALIA	23	KARANGJATI	28MG	1	SMK	KARYAWAN SWASTA	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	8	TIDAK SIAP	38.1%		
21	DALUNA	23	KARANGJATI	37MG	1	S1	IRT	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21	SIAP	100.0%	
22	ASTRID	24	PAGERSARI	28MG	1	SMA	KARYAWAN SWASTA	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	10	TIDAK SIAP	47.6%		
23	NUR MALITA	20	GEBUGAN	38MG	1	SMA	IRT	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	9	TIDAK SIAP	42.9%		
24	SALWA	17	GEBUGAN	34MG	1	SMP	IRT	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	5	TIDAK SIAP	23.8%		
25	FRANSISCA DEWI	28	BERGAS KIDUL	37MG	1	D3	KARYAWAN SWASTA	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	18	SIAP	85.7%	
26	VINA DWI K	29	RANDUGUNTING	32MG	1	SMK	KARYAWAN SWASTA	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	19	SIAP	90.5%	
27	HESTI	23	GEBUGAN	36MG	1	S1	KARYAWAN SWASTA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	SIAP	95.2%	
28	SINDY	19	GEBUGAN	27MG	1	SMP	IRT	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	4	TIDAK SIAP	19.0%	
29	RIZKA RAHMAWATI	23	JATIJJAR	36MG	1	S1	IRT	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21	SIAP	100.0%	
30	EVI PARYANA	25	RANDUGUNTING	26MG	1	SMA	WIRUSAHA	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	9	TIDAK SIAP	42.9%	
31	C. YOSHINTA	24	WUJIL	28MG	1	S1	KARYAWAN SWASTA	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	17	SIAP	81.0%	
32	SALMA	25	WUJIL	32MG	1	SMA	WIRUSAHA	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	10	TIDAK SIAP	47.6%		
33	LULUK	20	GONDORIYO	36MG	1	SMA	IRT	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	10	TIDAK SIAP	47.6%		
34	DAH	25	BERGAS LOR	34MG	1	SMA	KARYAWAN SWASTA	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	SIAP	71.4%	
35	ANCI W	22	JATIJJAR	36MG	1	SMK	IRT	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	9	TIDAK SIAP	42.9%		
36	INDAH CAHYA	20	KARANGJATI	27MG	1	SMK	IRT	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	9	TIDAK SIAP	42.9%	
																													siap	21		
																													tidak	15		
																													siap	58.3%		
																													tidak	41.7%		

NO	NAMA	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	Total	kesiapan fisik				
1	DWI SUPRIYATI	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	8	siap				
2	OKTAVIA HERAWATI	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9	siap				
3	YULIYATI	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	8	siap				
4	APRILIA DWI S	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	6	siap				
5	WULANDARI	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	8	siap				
6	ANISA DIAN	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	2	tidak siap				
7	DESI KURNIAWATI	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	6	siap				
8	AJI KUSUMAWATI	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	8	siap				
9	ANGELITA PUSPITANINGRUM	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	7	siap				
10	KRISTALIA TRESI A	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9	siap				
11	AYU SETIYANTI	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	6	siap				
12	GHITA	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	2	tidak siap				
13	CHAMELIA ALAM	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9	siap				
14	DWI APRILIA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	siap				
15	ARINA MANASIH	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	5	tidak siap				
16	FITRI HERMAWATI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	siap				
17	RIRIN ISMAWATI	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	5	tidak siap				
18	FERA ARTIYASARI	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	4	tidak siap				
19	NARIYAH	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	siap				
20	AMALIA	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	5	tidak siap				
21	DALUNA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	siap				
22	ASTRID	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	3	tidak siap				
23	NUR MALITA	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	6	siap				
24	SALWA	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	3	tidak siap				
25	FRANSISCA DEWI	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9	siap				
26	VINA DWI K	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9	siap				
27	HESTI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9	siap				
28	SINDY	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	2	tidak siap				
29	RIZKA RAHMAWATI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	siap				
30	EVI PARYANA	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	4	tidak siap				
31	C. YOSHINTA	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9	siap				
32	SALMA	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	5	tidak siap				
33	LULUK	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	4	tidak siap				
34	DAH	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	5	tidak siap				
35	ANCI W	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	5	tidak siap				
36	INDAH CAHYA	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	4	tidak siap				
		24	20	23	28	22	26	25	23	21	22	siap		21	58.33333	58.3%	
		66.667	55.56	63.89	77.78	61.11	72.22	69.44	63.9	58.33	61.11	tidak s		15	41.66667	41.7%	
		66.7%	55.6%	63.9%	77.8%	61.1%	72.2%	69%	64%	58.3%	61%						
		12	16	13	8	14	10	11	13	15	14						
		33.333	44.44	36.11	22.22	38.89	27.78	30.56	36.1	41.67	38.89						
		33.3%	44.4%	36.1%	22.2%	38.9%	27.8%	31%	36%	41.7%	39%						

NAMA	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	total			
DWI SUPRIYATI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	siap		
OKTAVIA HERAWATI	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	9	siap		
YULIYATI	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	siap		
APRILIA DWI S	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	7	siap		
WULANDARI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	siap		
ANISA DIAN	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	7	siap		
DESI KURNIAWATI	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	7	siap		
AJI KUSUMAWATI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	10	siap		
NGELITA PUSPITANINGRU	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	8	siap		
KRISTALIA TRESI A	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	7	siap		
AYU SETIYANTI	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	9	siap		
GHITA	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	4	tidak siap		
CHAMELIA ALAM	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	siap		
DWI APRILIA	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	6	tidak siap		
ARINA MANASIH	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	5	tidak siap		
FITRI HERMAWATI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	siap		
RIRIN ISMAWATI	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	5	tidak siap		
FERA ARTIYASARI	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	6	tidak siap		
NARIYAH	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	10	siap		
AMALIA	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	3	tidak siap		
DALUNA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	siap		
ASTRID	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	7	siap		
NUR MALITA	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	3	tidak siap		
SALWA	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	2	tidak siap		
FRANSISCA DEWI	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	9	siap		
VINA DWI K	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	10	siap		
HESTI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	siap		
SINDY	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	2	tidak siap		
RIZKA RAHMAWATI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	siap		
EVI PARYANA	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	5	tidak siap		
C. YOSHINTA	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	8	siap		
SALMA	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	5	tidak siap		
LULUK	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	6	tidak siap		
DIAH	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	siap		
ANCI W	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	4	tidak siap		
INDAH CAHYA	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	5	tidak siap	presentase	
total kes	28	28	26	27	24	22	26	30	16	17	22	siap	22	61.11111	61.1%
	77.77778	77.77778	72.22222	75	66.66667	61.11111	72.22222	83.33333	44.44444	47.22222	61.11111	tidak siap	14	38.88889	38.9%
	77.8%	77.8%	72.2%	75%	66.7%	61.1%	72.2%	83.3%	44.4%	47.2%	61.1%				
	8	8	10	9	12	14	10	6	20	19	14				
	22.22222	22.22222	27.77778	25	33.33333	38.88889	27.77778	16.66667	55.55556	52.77778	38.88889				
	22.2%	22.2%	27.8%	25%	33.3%	38.9%	27.8%	16.7%	55.6%	52.8%	38.9%				

Lampiran 9 Hasil Olah data

Tabel distribusi Frekuensi Umur			
range	frekuensi	Presentase	
<21 tahun	8	22.22222222	22.2%
21-25 tahun	19	52.77777778	52.8%
26-30 tahun	7	19.44444444	19.4%
31-35 tahun	2	5.55555556	5.6%
Total	36	100%	100%
Tabel Distribusi frekuensi usia kehamilan			
Range	Frekuensi	Presentase	
27-30 minggu	14	38.88888889	39%
31-35 minggu	11	30.55555556	30.6%
36-40 minggu	11	30.55555556	30.6%
Total	36	100%	100%
Tabel distribusi frekuensi Pendidikan			
Range	frekuensi	Presentase	
SMP	3	8.333333333	8.3%
SMA	24	66.66666667	66.7%
Diploma	4	11.11111111	11.1%
S1	5	13.88888889	13.9%
Total	36	100%	100%
Tabel distribusi frekuensi Pekerjaan			
Range	Frekuensi	Presentase	
IRT	13	36.11111111	36.1%
Swasta	20	55.55555556	55.6%
Wira usaha	3	8.333333333	8.3%
Total	36	100%	100%

Lampiran 10 Dokumentasi



