

**HUBUNGAN POLA AKTIVITAS IBU DENGAN CAPAIAN ASI EKSKLUSIF DI
PUSKESMAS KUALA BATEE KABUPATEN ACEH BARAT DAYA THN 2026**

PROPOSAL PENELITIAN

SKRIPSI



Dosen Pembimbing : Dr. Debora Paninsari, SST., S.Keb., Bdn., M.Keb

KetuaPenelitian : Jannati (253302621190)

Anggota 1 : Melika Pitni Putri (253302621188)

Anggota 2 : Irma (253302621189)

Anggota 3 : Nur Sakinnah Harahap (253302621191)

Anggota 4 : Yunita Fitri (253302621193)

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS KEPERAWATAN DAN KEBIDANAN
UNIVERSITAS PRIMA INDONESIA**

MEDAN

2025

BAB I

PENDAHULUAN

A. LatarBelakang

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi alamiah terbaik bagi bayi dengan kandungan gizi yang paling sesuai untuk pertumbuhan dan perkembangan optimal. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan *United Nations Children's Fund* (UNICEF) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, yang berarti bayi hanya menerima ASI tanpa tambahan makanan atau cairan lain, termasuk air putih, kecuali obat-obatan dan vitamin. Rekomendasi ini didasarkan pada bukti ilmiah bahwa ASI eksklusif mampu menurunkan angka morbiditas dan mortalitas bayi, serta memberikan perlindungan jangka panjang terhadap penyakit kronis. (WHO, 2017)

Meskipun manfaat ASI sudah diketahui secara luas, cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih mengalami fluktuasi dan belum sepenuhnya mencapai target nasional. Berdasarkan data Profil Kesehatan Indonesia, angka cakupan ASI eksklusif sering kali masih berada di bawah target yang ditetapkan pemerintah sebesar 80%. Masih rendahnya angka ini menunjukkan adanya hambatan yang signifikan dalam praktik menyusui di masyarakat, baik yang berasal dari faktor internal ibu maupun faktor eksternal lingkungan. Kesenjangan antara harapan kebijakan kesehatan dan realitas di lapangan ini menjadi masalah kesehatan masyarakat yang perlu segera diurai akar penyebabnya. (Kemenkes RI, 2024)

Pentingnya ASI eksklusif tidak hanya terbatas pada pemenuhan nutrisi, tetapi juga berperan vital dalam pencegahan *stunting* yang menjadi fokus utama kesehatan nasional saat ini. ASI mengandung zat imunologi yang tidak dapat digantikan oleh susu formula, yang berfungsi melindungi bayi dari infeksi saluran pernapasan dan diare. Selain bagi bayi, menyusui juga memberikan keuntungan fisiologis bagi ibu, seperti membantu involusi uterus, mengurangi risiko perdarahan

pasca persalinan, serta menurunkan risiko kanker payudara dan ovarium di masa depan. Oleh karena itu, keberhasilan pemberian ASI eksklusif merupakan investasi kesehatan ganda bagi ibu dan anak.(Trubus Agriwidya, 2018)

Keberhasilan pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh berbagai faktor yang kompleks (multifaktorial). Menurut teori Green, perilaku kesehatan dipengaruhi oleh faktor predisposisi, faktor pemungkin, dan faktor penguat. Dalam konteks menyusui, faktor-faktor tersebut meliputi pengetahuan ibu, dukungan suami, ketersediaan fasilitas kesehatan, budaya sosial, serta kondisi fisik dan psikologis ibu. Salah satu aspek fisik dan manajemen waktu yang sering luput dari perhatian mendalam adalah pola aktivitas fisik atau beban kerja harian yang dialami oleh ibu selama periode menyusui, baik pada ibu bekerja maupun ibu rumah tangga.(Rineka Cipta, 2012)

Pola aktivitas ibu, yang mencakup rutinitas pekerjaan domestik, pekerjaan publik (karier), waktu istirahat, dan durasi tidur, memiliki korelasi erat dengan stamina dan manajemen waktu menyusui. Di era modern, banyak ibu menghadapi beban ganda (*double burden*), di mana mereka harus menyeimbangkan peran domestik dan peran publik. Tingginya intensitas aktivitas fisik tanpa diimbangi istirahat yang cukup dapat memicu kelelahan fisik dan stres psikologis. Kondisi ibu yang terlalu lelah sering kali menjadi alasan berkurangnya frekuensi menyusui atau keputusan dini untuk memberikan susu formula demi kepraktisan (Diva Press, 2019)

Melihat fenomena tersebut, hubungan antara pola aktivitas harian ibu dengan keberhasilan ASI eksklusif menjadi topik yang krusial untuk diteliti lebih lanjut. Masih banyak anggapan bahwa kegagalan ASI eksklusif hanya disebabkan oleh kurangnya pengetahuan, padahal faktor kelelahan fisik akibat manajemen aktivitas yang tidak proporsional juga memegang peranan besar. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mendalam mengenai "Hubungan Pola Aktivitas Ibu dengan Capaian ASI Eksklusif" guna memberikan

gambaran nyata mengenai bagaimana beban aktivitas memengaruhi keberlangsungan proses menyusui. (EGC, 2019)

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Kuala Batee Kabupaten Aceh Barat Daya ditemukan bahwa masih banyak ibu yang belum memberikan ASI Eksklusif pada bayinya. Berdasarkan Latar Belakang dan survey awal diatas, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Pola Aktivitas Ibu Dengan Capaian Asi Eksklusif Di Puskesmas Kuala Batee Kabupaten Aceh Barat Daya Tahun 2026.

Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dan maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada Hubungan Pola Aktivitas Ibu Dengan Capaian Asi Eksklusif Di Puskesmas Kuala Batee Kabupaten Aceh Barat Daya Tahun 2026 ?

Tujuan Penelitian

Mengetahui Hubungan Pola Aktivitas Ibu Dengan Capaian Asi Eksklusif Di Puskesmas Kuala Batee Kabupaten Aceh Barat Daya Tahun 2026.

Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat antara lain:

1. Bagi Responden

Sebagai bahan masukan dan menambah pengetahuan setiap ibu tentang Hubungan Pola Aktivitas Ibu Dengan Capaian Asi Eksklusif.

2. Bagi Peneliti

Menambah wawasan dan meningkatkan ilmu pengetahuan peneliti dalam menerapkan teori yang telah diperoleh selama mengikuti kuliah.

3. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi dan bahan masukan pada setiap ibu tentang Hubungan Pola Aktivitas Ibu Dengan Capaian Asi Eksklusif