

# PENGARUH PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF 0-6 BULAN BAGI PERKEMBANGAN KOGNITIF ANAK USIA DINI

Salsabiila Futikhatis Salma<sup>1</sup>, Septiana<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> IAIN Ponorogo

Email: [Salsabiilasalma@gmail.com](mailto:Salsabiilasalma@gmail.com), [septianaseptia339@gmail.com](mailto:septianaseptia339@gmail.com)

### **Abstrak**

Pemberian ASI eksklusif merupakan salah satu aspek penting penunjang perkembangan kognitif bagi anak usia dini. Pemberian ASI eksklusif, yaitu pemberian ASI yang diberikan sejak umur 0-6 bulan tanpa adanya makanan tambahan lain kecuali ASI. Di dalam ASI terkandung semua unsur zat gizi dan nutrisi yang dibutuhkan anak salah satunya yaitu sebagai optimalisasi kecerdasan anak. mengungkapkan hubungan kecerdasan anak dengan pemberian ASI Eksklusif terjadi karena saat pertumbuhan terpesat pada sel otak dan selaput otak anak terjadi pada usia 0 – 6 bulan, namun pada usia ini bayi belum mampu mencerna makanan secara sempurna, sementara bayi membutuhkan nutrisi yang tinggi, beberapa hasil penelitian lain menjelaskan bahwa nutrisi ASI cukup untuk pemenuhan kebutuhan gizi bayi sampai berumur enam bulan, nutrisi dalam ASI mencakup hampir 200 unsur makanan yang terdiri dari; hidrat arang, lemak, protein, vitamin dan mineral dalam jumlah proporsional sesuai kebutuhan nutrisi bayi usia 0 – 6 bulan. Selain zat gizi yang sempurna dan adekuat yang terkandung didalam ASI juga banyak mengandung hormone yang dibutuhkan bayi untuk pertumbuhan otaknya baik secara kuantitas maupun secara kualitas, meskipun hormone ini dibutuhkan dalam jumlah sedikit namun bersifat esensial, sehingga pertumbuhan otak tidak menjadi sempurna jika masih terjadi adanya hormone yang kurang dalam suplay nutrisi ke otak. Selain hormone zat gizi galaktosa juga merupakan nutrisi yang vital bagi pertumbuhan otak pada bayi, sementara galaktosa yang sempurna adalah yang terdapat dalam kandung AS. Dengan pemberian ASI eksklusif diharapkan perkembangan kognitif anak dapat tercapai secara maksimal, dan menghasilkan generasi berkualitas.

**Kata kunci:** ASI eksklusif, Kognitif

### **Abstrak**

Exclusive breastfeeding is one of the important aspects of supporting cognitive development for young children. Exclusive breastfeeding, namely breastfeeding given from the age of 0-6 months without any other additional food except breast milk. Breast milk contains all the nutrients and nutritional elements that One of the things children need is optimizing children's intelligence. revealed that the relationship between children's intelligence and exclusive breastfeeding occurs because the most rapid growth of brain cells and brain membranes occurs at the age of 0-6 months, but at this age babies are not yet able to digest food completely, while babies need high levels of nutrition, several other research results explained that breast milk nutrition is sufficient to meet the nutritional needs of babies up to six months old. The nutrition in breast milk includes almost 200 food elements consisting of; charcoal hydrate, fat, protein, vitamins and minerals in proportional amounts according to the nutritional needs of babies aged 0 6 months. Apart from the perfect and adequate nutrients contained in breast milk, it also contains many hormones that babies need for brain growth both in quantity and quality, Even though this hormone is needed in small quantities, it is essential, so brain growth will not be perfect if there is still a lack of hormones in the supply of nutrients to the brain. Apart from hormones, the nutritional substance galactose is also a vital nutrient for brain growth in babies, while the perfect galactose is the one found in the US womb. With exclusive breastfeeding, it is hoped that children's cognitive development can be achieved optimally, and produce a quality generation.

**Keywords:** Exclusive breastfeeding, kognitif

# PROSIDING

Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo  
“Gizi untuk Anak Usia Dini” Tahun 2022

## PENDUHLUAN

Air susu ibu (ASI) merupakan makanan cair yang secara khusus diciptakan untuk memenuhi kebutuhan bayi akan berbagai zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Pemberian ASI dapat memenuhi kebutuhan bayi akan energi, hanya dengan diberi ASI saja tanpa makanan lain bayi mampu tumbuh dan berkembang dengan baik sampai usia enam bulan. Komposisi ASI yang sarat dengan nutrisi lengkap, termasuk DHA dan AA yang dibutuhkan bagi perkembangan otak. Hal tersebut seharusnya diketahui semua ibu hamil dan menyusui, sehingga bayi mendapatkan nutrisi terbaik sejak awal kehidupannya. Rekomendasi pemberian ASI eksklusif selama enam bulan telah termaktub Dalam Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif dijelaskan bahwa Air Susu Ibu yang selanjutnya disingkat ASI adalah cairan hasil sekresi kelenjar payudara ibu, sedang Air Susu Ibu Eksklusif yang selanjutnya disebut ASI Eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (Puspitasari & Al Baqi, 2022). Pemerintah menetapkan aturan tentang penggunaan ASI Eksklusif adalah bertujuan untuk menjamin pemenuhan hak bayi untuk mendapatkan ASI Eksklusif sejak dilahirkan sampai dengan berusia enam bulan dengan memperhatikan pertumbuhan dan perkembangannya, memberikan perlindungan kepada ibu dalam memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya dan meningkatkan peran dan dukungan keluarga, masyarakat, Pemerintah Daerah, dan Pemerintah Pusat terhadap pemberian ASI Eksklusif. Dengan pemberian ASI Eksklusif diharapkan perkembangan kecerdasan bayi dapat tercapai secara maksimal, dan menghasilkan generasi berkualitas.

Purwanti (2004) mengungkapkan hubungan kecerdasan anak dengan pemberian ASI Eksklusif terjadi karena saat pertumbuhan terpesat pada sel otak dan selaput otak terjadi pada usia 0-6 bulan, namun pada usia ini bayi belum mampu mencerna makanan secara sempurna, sementara bayi membutuhkan nutrisi yang tinggi, beberapa hasil penelitian lain menjelaskan bahwa nutrisi ASI cukup untuk pemenuhan kebutuhan gizi bayi sampai berumur enam bulan, nutrisi dalam ASI mencakup hampir 200 unsur makanan yang terdiri dari; hidrat arang, lemak, protein, vitamin dan mineral dalam jumlah proporsional sesuai kebutuhan nutrisi bayi usia 0-6 bulan (Laela & Rohmah, 2021). Selain zat gizi yang sempurna dan adekuat yang terkandung didalam ASI juga banyak mengandung hormone yang dibutuhkan bayi untuk pertumbuhan otaknya baik secara kuantitas maupun secara kualitas, meskipun hormone ini dibutuhkan dalam jumlah sedikit namun bersifat esensial, sehingga pertumbuhan otak tidak menjadi sempurna jika masih terjadi adanya hormone yang kurang dalam suplay nutrisi ke otak. Selain hormone zat gizi galaktosa juga merupakan nutrisi yang vital bagi pertumbuhan otak pada bayi, sementara galaktosa yang sempurna adalah yang terdapat dalam kandungan ASI.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini membahas tentang hubungan antara pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan dengan perkembangan kognitif anak kedepannya. Penelitian ini dilakukan

# PROSIDING

Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo  
“Gizi untuk Anak Usia Dini” Tahun 2022

dengan metode *library reserch* atau studi kepustakaan yaitu penelitian yang berisi teori-teori yang relevan dengan masalah-masalah dalam penelitian yang diambil peneliti. Data yang dikumpulkan dalam studi ini adalah dua jenis data yaitu data yang bersifat primer dan data yang bersifat sekunder, yang didapat dengan cara mencari data yang berkaitan dengan pembahasan dalam judul penelitian yaitu dari studi Pustaka, studi literatur dan pencarian di internet (Negara, 2022).

Teknik Analisis Data yang dilakukan penelitian dengan menggunakan teknik analisa kualitatif dengan cara deduktif, maksudnya adalah dari hal-hal atau teori yang bersifat umum untuk menarik kesimpulan yang bersifat khusus. Dan dengan cara induktif yang berkaitan dengan fakta-fakta peristiwa khusus dan konkret kemudian menarik kesimpulan dari bersifat khusus ke bersifat umum.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### PENGERTIAN ASI EKSKLUSIF

ASI eksklusif menurut WHO (Wold Health Organization) adalah pemberian ASI saja tanpa tambahan cairan lain baik susu formula, air putih, air jeruk ataupun makanan tambahan lain. Sebelum mencapai usia 6 bulan sistem pencernaan bayi belum mampu berfungsi dengan sempurna sehingga ia belum mampu mencerna makanan selain ASI. Air Susu Ibu (ASI) eksklusif berdasarkan Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin, dan mineral). ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan pembunuh kuman dalam jumlah tinggi sehingga pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko kematian pada bayi. Selain mengandung zat-zat makanan, ASI juga mengandung zat penyerap berupa enzim tersendiri yang tidak akan mengganggu enzim di usus.

Waktu 6 bulan yang direkomendasikan oleh WHO untuk memberikan ASI eksklusif bukannya tanpa alasan. Para ahli menyatakan bahwa manfaat ASI akan meningkat jika bayi hanya diberi ASI saja selama 6 bulan pertama kehidupannya. Peningkatan itu sesuai dengan pemberian ASI eksklusif, serta lamanya pemberian ASI bersamaan dengan makanan padat setelah bayi berumur 6 bulan. Pedoman internasional yang menganjurkan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama didasarkan pada bukti ilmiah tentang manfaat ASI bagi daya tahan hidup, pertumbuhan, dan perkembangan bayi. ASI memberi semua energi dan gizi (nutrisi) yang dibutuhkan bayi selama 6 bulan pertama hidupnya. Pemberian ASI eksklusif mengurangi tingkat kematian bayi yang disebabkan berbagai penyakit yang umum menimpa anak-anak, seperti diare dan radang paru-paru, serta mempercepat pemulihan bila sakit dan membantu menjarangkan kelahiran.

ASI adalah makanan terbaik dan alamiah untuk bayi. Nilai gizi yang terkandung dalam ASI sangat tinggi sehingga ia tidak memerlukan tambahan komposisi apapun dari luar.

## **PROSIDING**

**Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo  
“Gizi untuk Anak Usia Dini” Tahun 2022**

Secara alamiah, tuhan memang telah menciptakan ASI sedemikian rupa sehingga sangat cocok untuk dijadikan makanan yang mudah dicerna olehnya dengan cara diserap melalui puting ibunya. Terkadang, masih banyak mitos dikalangan ibu-ibu. Sebagian dari mereka tidak memberikan ASI secara penuh karena alasan payudara tidak mengeluarkan ASI atau ASI yang dihasilkan sedikit (Muafiah et al., 2022). Sebenarnya, mitos tersebut tidak lah benar dan justru berdampak terjadi terputusnya pemberian ASI secara eksklusif. Dari hasil penelitian, diperkirakan 8 dari 10 ibu yang melahirkan mampu menghasilkan air susu dalam jumlah yang cukup keperluan bayinya secara penuh tanpa makanan tambahan selama 6 bulan pertama. Apabila seorang bayi mendapatkan gizi yang kurang baik, maka mengkonsumsi ASI sudah lebih dari cukup tanpa makanan tambahan.

### **PENGERTIAN PERKEMBANGAN KOGNITIF**

Istilah cognitive berasal dari kata cognition yang padananya knowing, berarti mengetahui. Dalam arti yang luas, cognition ialah perolehan, penataan dan penggunaan pengetahuan (Neiser dalam Jahja, 2013:56).Selanjutnya kognitif juga dapat diartikan dengan kemampuan belajar atau berfikir atau kecerdasan yaitu kemampuan untuk mempelajari keterampilan dan konsep baru, keterampilan untuk memahami apayang terjadi di lingkungannya, serta keterampilan menggunakan dayaingat dan menyelesaikan soal-soal sederhana (Pudjiati & Masykouri,2011:6). Sejalan dengan yang dikemukakan oleh Istilah Maslihah (2005)bahwa kognitif sendiri dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mengertisesuatu. Artinya mengerti menunjukkan kemampuan untuk menangkap sifat, arti, atau keterangan mengenai sesuatu serta mempunyai gambaran yang jelas terhadap hal tersebut. Perkembangan kognitif sendiri mengacu kepada kemampuan yang dimiliki seorang anak untuk memahami sesuatu (Maslihah, 2005).

Sementara itu di dalam kamus besar bahasa Indonesia, kognitif diartikan sebagai sesuatu hal yang berhubungan dengan atau melibatkan kognisi berdasarkan kepada pengetahuan faktual yang empiris. (Alwi, dkk, 2002: 579). Lebih lanjut proses kognisi adalah sebuah proses mental yang mengacu kepada proses mengetahui (knowing) sesuatu(Berk, 2005). Kemudian Yusuf (2005:10) mengemukakan bahwa kemampuan kognitif ialah kemampuan anak untuk berfikir lebih kompleks sertamelakukan penalaran dan pemecahan masalah, berkembangnya kemampuankognitif ini akan mempermudah anak menguasai pengetahuan umumyang lebih luas, sehingga ia dapat berfungsi secara wajar dalam kehidupan masyarakat sehari-hari.Dalam perkembangan selanjutnya, istilah kognitif menjadi populersebagai salah satu domain atau wilayah/ranah psikologis manusia yangmeliputi setiap perilaku mental yang berhubungan dengan pemahaman,pertimbangan, pengolahan informasi, pemecahan masalah, kesengajaan,dan keyakinan. Selanjutnya, kognitif sering kali diartikan sebagai kecerdasan,daya nalar atau berpikir.Kognitif adalah pengertian yang luas mengenai berpikir dan mengamati sehingga muncul tingkah laku yang mengakibatkanorang memperoleh pengetahuan atau yang dibutuhkan untuk menggunakanpengetahuan (Patmodewo, 2003:27).

## PROSIDING

Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo  
“Gizi untuk Anak Usia Dini” Tahun 2022

Kognitif atau intelektual adalah suatu proses berfikir berupa kemampuan atau daya untuk menghubungkan suatu peristiwa dengan peristiwa lainnya serta kemampuan menilai dan mempertimbangkan segala sesuatu yang diamati dari dunia sekitar. Kognitif dapat diartikan sebagai pengetahuan yang luas daya nalar, kreatifitas atau daya cipta, kemampuan berbahasa serta daya ingat.

### **HUBUNGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DENGAN PERKEMBANGAN KOGNITIF ANAK**

Perkembangan kognitif atau cognitive development merupakan tahapan yang dimulai sejak masa usia dini sampai dewasa dimana perkembangan kognitifnya dimulai dari memunculkan ide-ide atau proses berpikir dari sederhana ke taraf yang lebih tinggi yaitu pandangan atau persepsi logis dan abstrak (Nurhaliza et al, 2021). Pada salah satu penelitian diketahui bahwa bayi yang mendapat ASI eksklusif mengalami perkembangan lebih baik dibandingkan dengan bayi yang tidak mendapat ASI eksklusif (Maria et al, 2020). Dengan memberikan ASI eksklusif sampai bayi berusia 6 bulan akan menjamin tercapainya pengembangan potensi kecerdasan anak secara optimal. Air susu ibu selain sebagai nutrisi yang ideal, dengan komposisi yang tepat, serta disesuaikan dengan kebutuhan bayi, ASI juga mengandung nutrisi khusus seperti taurin, laktosa, AA, DHA, omega 3, omega 6, kolin, dan triptofan yang diperlukan otak bayi agar tumbuh optimal untuk membantu proses sinaptogenesis dan proses mielinisasi. Semakin banyak sinaps antara sel-sel saraf semakin kompleks pula kemampuan menerima, mengolah, menyimpan, dan menjawab rangsang yang diterima oleh sel saraf. Secara umum jumlah sinaps meningkat pesat antara usia 3-4 bulan, kemudian terjadi hubungan dengan pusat pengolahan informasi penglihatan sampai usia 6 bulan (Ahmadi et al., 2021).

Pemberian ASI secara eksklusif juga memenuhi kebutuhan awal stimulasi. Umumnya, ketika menyusui ibu akan membelai, bicara, dan bernyanyi pada bayi. Lirik lagu akan merangsang otak bagian kiri, sedangkan melodinya akan merangsang otak sebelah kanan. Inilah stimulasi awal bagi anak. Para ahli membuktikan, bayi yang mendapat ASI eksklusif mempunyai perbendaharaan kata-kata yang bermakna lebih banyak. Berikut pengaruh khusus pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan untuk perkembangan kognitif.

*Pertama,* Dalam ASI terdapat kadar lemak tak jenuh ganda yaitu AA (arachidonic acid) dan DHA yang cukup tinggi yang penting dalam pertumbuhan otak, taurin neurotransmitter inhibitor dan stabilisator membrane, retina, laktosa untuk otak, serta kolin yang berfungsi meningkatkan memori. ASI menjadi nutrisi utama yang paling memenuhi kebutuhan bayi dalam tumbuh kembangnya (Anggraeni, 2016).

*Kedua,* Terdapat 2 macam kandungan asam amino didalam ASI yaitu decosahexaenoic acid (DHA) dan arachidonic acid (ARA) sebagai pendukung tumbuhnya sel sel pada saraf, retina dan juga otak yang mana kandungan itu hanya didapat dari air susu ibu, tapi tidak ada pada susu formula. Kandungan asam amino dari ASI tersebut dapat menunjukkan

## PROSIDING

Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo  
“Gizi untuk Anak Usia Dini” Tahun 2022

kemampuan untuk memperbaiki pengelihan dan juga response motorik pada bayi.

*Ketiga*, Sebagai ASI sebagai sumber utama dalam pembentukan galaktolipid, karena didalam ASI terkandung laktosa, yang merupakan salah satu unsur vital dalam pertumbuhan sistem saraf pusat. pada air susu ibu merupakan sumber utama dalam pembentukan galaktolipid, yang merupakan unsur vital dalam pertumbuhan sistem saraf pusat. Jumlah kandungan laktosa yang ada dalam air susu ibu juga tercatat paling tinggi dibanding pada air susu formula, susu sapi atau sumber lainnya.

ASI menjadi nutrisi utama yang paling memenuhi kebutuhan bayi dalam tumbuh kembangnya (Anggraeni, 2016). Disisi lain dipengaruhi dari faktor eksternal maupun internal. Faktor eksternal seperti stimulasi dan asupan nutrisi yang diberikan. Faktor eksternal lainnya seperti tingkat pengetahuan, kondisi ekonomi serta sosial orang tua yang dapat mempengaruhi pemberian ASI. Sedangkan faktor internal meliputi keturunan atau genetik anak (Maria et al, 2020). Pada anak dengan hasil perkembangan kognitif “ cukup baik” , hal ini tidak berarti bahwa anak tersebut tidak dapat melakukan apa-apa. Anak tersebut hanya mengalami sedikit keterlambatan perkembangan pada usianya. Sedangkan hasil penelitian pada anak yang hasil perkembangannya sesuai tetapi tidak diberikan ASI eksklusif, ini terjadi karena perkembangan anak didukung oleh orang tua dan lingkungan dengan pemberian stimulus dan perhatian yang maksimal (Kemenkes RI, 2016).

Pemberian ASI secara eksklusif sampai bayi berusia 0-6 bulan selain akan menjamin tercapainya pertumbuhan otak secara optimal ada Fakta lain yang membuktikan, angka kematian dan angka terkena penyakit pada bayi penerima ASI eksklusif jauh lebih baik dibandingkan

dengan bayi yang tidak mendapat ASI eksklusif. Wajar jika anak yang sehat akan lebih berkembang kepandaianya daripada anak yang sering sakit, apalagi bila sakitnya berat.

Setelah bayi lahir, kadar immunoglobulin menurun cepat. Tubuh bayi baru memproduksi immunoglobulin dalam jumlah yang cukup pada usia 3--4 bulan. Saat kadar immunoglobulin bawaan turun, sedangkan produksi sendiri belum mencukupi, terjadi kesenjangan immunoglobulin pada bayi. Disinilah pemberian ASI eksklusif dengan kolostrum akan melindungi bayi dari berbagai penyakit infeksi bakteri, virus, dan jamur.

Hasil penelitian terhadap 1000 bayi prematur membuktikan, bayi prematur dengan ASI eksklusif mempunyai IQ lebih tinggi secara bermakna, yaitu 8,3 point lebih tinggi dibandingkan bayi prematur tanpa ASI. Penelitian Dr. Riva, dkk menunjukkan anak-anak usia 9,5 tahun yang ketika bayi mendapatkan ASI eksklusif memiliki IQ 12,9 point lebih tinggi.

### **FAKTOR PENGHAMBAT PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA BAYI UMUR 0-6 TAHUN**

1. Kurangnya kesadaran Ibu akan pentingnya pemberian ASI eksklusif.

## PROSIDING

Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo  
“Gizi untuk Anak Usia Dini” Tahun 2022

Kebanyakan faktor kurangnya kesadaran ibu akan pemberian ASI eksklusif adalah karena ibu life style nya lebih ke dunia kerja, Kemenkes (2017) menyatakan Ibu yang bekerja bukan merupakan alasan untuk menghentikan pemberian ASI eksklusif, ibu yang ingin kembali bekerja diharapkan berkunjung ke klinik laktasi untuk menyiapkan cara memberikan ASI bila bayi harus ditinggal, masalah yang sampai saat ini belum dapat diselesaikan adalah sulitnya perempuan yang bekerja agar dapat memberikan ASI kepada bayinya. ibu yang tidak bekerja memang mempunyai banyak waktu yang longgar dan tidak terbatas dalam memberikan ASI secara eksklusif, namun kenyataannya ibu yang tidak bekerja tidak dapat memberikan ASI secara eksklusif karena berbagai sebab diantaranya rasa malas menyusui, anggapan payudara kecil tidak bisa mencukupi kebutuhan nutrisi bayi, takut merusa payudara sehingga tidak indah lagi, pengetahuan ibu yang kurang tentang ASI eksklusif serta kurangnya dukungan dan peran serta keluarga ibu untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. (Fatimah, 2015).

2. Faktor kurangnya pemahaman dari keluarga pentingnya ASI eksklusif.

Kurangnya pemahaman keluarga tentang manfaat ASI eksklusif bagi bayi sehingga anggota keluarga tidak menganjurkan ibu untuk memberikan ASI secara eksklusif, dan ada sebagian anggota keluarga yang memberikan makanan tambahan kepada bayinya karena mereka beranggapan bahwa tidak cukup jika hanya diberikan ASI saja. Seharusnya anggota keluarga memberikan dukungan kepada ibu seperti memasak makanan yang memperlancar ASI, nasehat untuk memberikan ASI kepada bayinya, serta mendengarkan keluhan ibu selama masa menyusui.

3. Faktor dukungan dari keluarga

Dukungan keluarga sangat diperlukan oleh ibu dalam merawat bayi. Dukungan yang dibutuhkan oleh ibu bisa dari suami, orang tua, mertua, saudara atau keluarga yang lain, apabila keluarga tidak mendukung dapat mempengaruhi sikap dan perilaku ibu. Jika keluarga memberi dukungan kepada ibu, ibu akan termotivasi untuk melakukan suatu tindakan dikarenakan adanya keyakinan maka akan timbul percaya diri, semangat dan niat dalam diri ibu sehingga ibu akan mempunyai keinginan besar untuk mendapatkan suatu hal yang diinginkan sesuai dengan yang diharapkan, dan begitu juga sebaliknya. Dalam suatu tindakan, ibu yang mempunyai keinginan akan lebih berhasil dari pada ibu yang tidak mempunyai keinginan (Hariana, 2018).

4. Faktor Usia Ibu

Ibu yang berumur 35 tahun atau lebih tidak dapat menyusui bayinya dengan ASI yang cukup sehingga terdapat hubungan yang bermakna antara usia ibu dengan pemberian ASI eksklusif (Lestarie, 2004). Proporsi pemberian ASI eksklusif paling banyak pada ibu berusia muda lebih besar dari proporsi pemberian ASI eksklusif pada ibu berusia tua (Yuliandarin, 2009). Dalam sebuah penelitian

## PROSIDING

Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo  
“Gizi untuk Anak Usia Dini” Tahun 2022

diketahui bahwa anak yang tidak mendapat ASI eksklusif disebabkan karena ibu memberikan makanan tambahan seperti bubur bayi, air putih, pisang, teh, madu, susu formula dan lain sebagainya sebelum anak berusia 6 bulan.

5. Dalam sebuah penelitian diketahui bahwa anak yang tidak mendapat ASI eksklusif disebabkan karena ibu memberikan makanan tambahan seperti bubur bayi, air putih, pisang, teh, madu, susu formula dan lain sebagainya sebelum anak berusia 6 bulan.

### KESIMPULAN

Pemberian ASI secara eksklusif juga memenuhi kebutuhan awal stimulasi. Umumnya, ketika menyusui ibu akan membelai, bicara, dan bernyanyi pada bayi. Lirik lagu akan merangsang otak bagian kiri, sedangkan melodinya akan merangsang otak sebelah kanan. Inilah stimulasi awal bagi anak. Para ahli membuktikan, bayi yang mendapat ASI eksklusif mempunyai perbendaharaan kata-kata yang bermakna lebih banyak. Berikut pengaruh khusus pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan untuk perkembangan kognitif. Pemberian ASI secara eksklusif sampai bayi berusia 0-6 bulan selain akan menjamin tercapainya pertumbuhan otak secara optimal ada Fakta lain yang membuktikan, angka kematian dan angka terkena penyakit pada bayi penerima ASI eksklusif jauh lebih baik dibandingkan dengan bayi yang tidak mendapat ASI eksklusif. Adapun beberapa faktor penghambat pemberian ASI eksklusif pada bayi umur 0-6 bulan ialah Kurangnya kesadaran Ibu akan pentingnya pemberian

ASI eksklusif, Faktor kurangnya pemahaman dari keluarga pentingnya ASI eksklusif, faktor dukungan dari keluarga, kemudian faktor usia ibu.

### SARAN

Sebaiknya seorang ibu itu lebih baik memberikan ASI pada bayi umur 0-6 bulan karena zat gizi yang sempurna dan adekuat yang terkandung didalam ASI juga banyak mengandung hormone yang dibutuhkan bayi untuk pertumbuhan otaknya .

### DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, A., Chairiyah, Y., & Al Baqi, S. (2021). Perubahan Kurikulum di Madrasah Aliyah Negeri 2 Ponorogo Sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Lembaga Pendidikan Islam. *Muslim Heritage*, 6(2), 219–237.
- Laela, M. N., & Rohmah, U. (2021). Keterikatan Pola Asuh dan Inner Child Pada Tumbuh Kembang Anak. *Prosiding Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1, 40–44.
- Muafiah, E., Mayasari, L. D., & Agustina, U. W. (2022). WOMEN AND NETWORKING AUTHORITY IN BOARDING SCHOOL: THE BACKGROUND AND LIFE HISTORY PERSPECTIVE. *Kodifikasi: Jurnal Penelitian Islam*, 16(2), 189–204.
- Negara, T. D. W. (2022). Analisis desain cover buku baca anak usia dini karya Gibran Maulana. *Imaji*, 20(1), 23–33.
- Puspitasari, R. N., & Al Baqi, S. (2022). Mengembangkan Kemampuan Sosial Melalui

## **PROSIDING**

Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo

“Gizi untuk Anak Usia Dini” Tahun 2022

Pendekatan Project Based Learning. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Anak Usia Dini*, 9(1), 30–39.