

SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW : FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF

Ghina Bayna Putri Bauty^{1*}

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga¹

*Corresponding Author : ghina.bayna.putri-2020@fkm.unair.ac.id

ABSTRAK

Cakupan pemberian ASI eksklusif masih belum optimal di beberapa provinsi di Indonesia. Salah satu faktor yang mempengaruhi praktik pemberian ASI eksklusif adalah faktor sosiodemografi ibu bayi. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor sosiodemografi yang mempengaruhi keputusan ibu dalam memberikan ASI eksklusif kepada balitanya. Metode penelitian yang digunakan adalah *Systematic Literature Review*. Proses seleksi artikel dalam penelitian ini mengikuti pedoman *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* dan terdiri atas beberapa tahapan, yaitu identifikasi, *screening*, evaluasi kualitas artikel, dan hasil dari tahapan evaluasi. Pencarian artikel dilakukan melalui basis data PubMed dan Google Scholar dengan menggunakan kata kunci “ASI eksklusif”, “ibu menyusui”, dan “balita”. Jumlah artikel yang ditemukan adalah sebanyak 15 artikel, tetapi hanya 5 artikel yang sesuai dengan topik penelitian. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor sosiodemografi banyak berasal dari dalam diri individu ibu bayi. Oleh karena itu, upaya memahami peranan dukungan sosial dalam praktik pemberian ASI eksklusif merupakan kunci untuk meningkatkan kesejahteraan bayi dan ibu. Strategi kesehatan masyarakat berfokus pada upaya memperkuat dukungan sosial bagi ibu bayi dalam mempraktikkan pemberian ASI eksklusif. Dengan demikian, kolaborasi antara pemerintah, penyedia layanan kesehatan, dan masyarakat sangat penting dalam mencapai target pemberian ASI eksklusif sebagai standar emas dalam pemberian makanan bayi.

Kata kunci : ASI eksklusif, balita, ibu menyusui

ABSTRACT

The coverage of exclusive breastfeeding is still not optimal in several provinces in Indonesia. One of the factors that influence the practice of exclusive breastfeeding is the socio-demographic factor of the infant's mother. Therefore, this study aimed to determine the socio-demographic factors influencing the mother's decision to exclusively breastfeed her infant. The research method used is a systematic literature review. The article selection process in this study follows the Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses guidelines and consists of several stages such as identification, screening, assessment of article quality, and the results of the assessment stage. Articles were searched in PubMed and Google Scholar databases using the keywords "exclusive breastfeeding", "breastfeeding mothers" and "young children". The number of articles found was 15, but only 5 articles followed the research topic. The results of this study indicate that sociodemographic factors are largely within the individual mother of the baby. Therefore, efforts to understand the importance of social support for the practice of exclusive breastfeeding are key to improving the well-being of babies and mothers. Public health strategies focus on efforts to strengthen social support for mothers of infants to engage in exclusive breastfeeding. Thus, collaboration between the government, health care providers, and the community is very important in achieving the goal of exclusive breastfeeding as the gold standard in infant feeding.

Keywords : exclusive breastfeeding, infants, breastfeeding mothers

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber utama nutrisi bagi bayi selama 6 bulan pertama kehidupan (Hizriyani & Aji, 2021). *World Health Organization* (2023) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan karena ASI mengandung gizi

seimbang dan lengkap yang mudah dicerna oleh organ pencernaan bayi. WHO menegaskan bahwa dalam periode pemberian ASI eksklusif, bayi tidak boleh diberikan asupan makanan atau minuman lainnya termasuk air minum, kecuali larutan rehidrasi oral, vitamin dalam bentuk tetes atau sirup, mineral, atau obat-obatan. Pemberian ASI eksklusif merupakan praktik yang penting untuk mengoptimalkan kesehatan, pertumbuhan, dan perkembangan bayi. Selain itu, ASI eksklusif juga bermanfaat untuk meminimalisasi angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas) pada bayi (Yuhanah & Tulak, 2020).

Laporan Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa persentase bayi berusia < 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif mencapai 73,97% pada 2023. Meskipun persentase pemberian ASI eksklusif tersebut mengalami peningkatan sebesar 29,61% dibandingkan 2018, masih terdapat beberapa provinsi di Indonesia yang cakupannya masih rendah seperti Provinsi Gorontalo dengan persentase sebesar 55,11% (Badan Pusat Statistik, 2024). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif masih belum optimal di beberapa daerah di Indonesia. Faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif sangat bervariasi dan kompleks. Hal tersebut tergantung pada berbagai konteks sosial, ekonomi, budaya, dan individu. Salah satu faktor utama yang mempengaruhi praktik pemberian ASI eksklusif adalah pengetahuan dan sikap ibu terhadap ASI. Pengetahuan yang baik tentang manfaat ASI eksklusif dan sikap positif terhadap praktik ini umumnya berkontribusi positif terhadap keputusan ibu dalam memberikan ASI eksklusif. Penelitian Mufida et al. (2022) menunjukkan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang ASI dan memahami manfaatnya cenderung lebih mungkin untuk mempraktikkannya secara eksklusif.

Selain itu, dukungan sosial juga merupakan faktor krusial yang menentukan pemberian ASI eksklusif pada bayi (Nuampa et al., 2022). Dukungan dari keluarga, khususnya dari pasangan dan anggota keluarga lainnya, dapat memberikan dorongan besar bagi ibu untuk terus memberikan ASI eksklusif. Dukungan ini dapat berupa dukungan emosional, praktikal seperti memfasilitasi waktu dan tempat untuk menyusui, serta dukungan informasional yang memberikan informasi yang akurat dan mendukung mengenai ASI eksklusif. Sebaliknya, kurangnya dukungan sosial atau tekanan dari lingkungan sosial yang kurang mendukung praktik ASI eksklusif dapat menjadi hambatan serius bagi ibu dalam mempraktikkannya (Masyudi et al., 2023).

Faktor ekonomi juga turut berperan dalam pemberian ASI eksklusif (Nurhayati & Nurlatifah, 2022). Ibu yang tinggal dalam kondisi ekonomi yang stabil dan memiliki akses terhadap perawatan kesehatan yang baik cenderung lebih mungkin untuk memberikan ASI eksklusif. Sebaliknya, ibu yang menghadapi tantangan ekonomi seperti kesulitan finansial atau kembali bekerja dalam waktu yang singkat setelah melahirkan mungkin menghadapi hambatan yang lebih besar dalam memberikan ASI eksklusif (Mauliddina, Pabidang, & Kusmiyati, 2023). Pernyataan tersebut selaras dengan kondisi *status quo* di Indonesia. Hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) menunjukkan bahwa ASI eksklusif lebih banyak diberikan oleh ibu yang tidak bekerja dengan proporsi sebesar 75,92% pada 2023. Salah satu penyebabnya adalah ibu bayi kembali bekerja setelah cuti melahirkan berakhir ketika bayi berusia 0-5 bulan (Badan Pusat Statistik, 2024).

Di samping itu, faktor budaya juga dapat mempengaruhi praktik pemberian ASI eksklusif pada bayi. Norma-norma budaya yang mengatur peran dan praktik ibu dalam menyusui dapat sangat bervariasi antar masyarakat dan bahkan di dalam masyarakat yang sama (Sari et al., 2023). Beberapa budaya mungkin memiliki dukungan yang kuat terhadap praktik ASI eksklusif, sementara budaya lain mungkin memiliki preferensi atau praktik yang mendukung penggunaan susu formula atau pemberian makanan tambahan pada bayi berusia < 6 bulan. Norma-norma ini dapat mempengaruhi persepsi ibu mengenai pemberian ASI eksklusif dan keputusan mereka untuk melakukannya. Penelitian Tombeg et al. (2023) menunjukkan bahwa upacara dan ritual budaya terkait kelahiran dan perawatan bayi di Tana Toraja dapat

memperkuat praktik pemberian ASI eksklusif. Kondisi sebaliknya ditunjukkan oleh penelitian Andyna (2022) dimana masyarakat Aceh memiliki persepsi budaya bahwa pisang merupakan makanan ideal bagi bayi karena dapat membuat bayi cepat merasa kenyang dan tidur pulas ketika malam hari.

Tidak kalah pentingnya, faktor institusional dan lingkungan juga mempengaruhi pemberian ASI eksklusif. Kebijakan publik yang mendukung ASI eksklusif, dukungan dari layanan kesehatan, serta kebijakan tempat kerja yang ramah terhadap ASI eksklusif dapat sangat meningkatkan praktik ini di masyarakat (Awaru et al., 2023). Kurangnya kebijakan yang mendukung atau praktik di tempat kerja yang tidak mendukung ASI eksklusif, seperti kurangnya waktu istirahat atau fasilitas penyimpanan ASI yang layak, dapat menghalangi ibu untuk melanjutkan praktik ASI eksklusif. Dengan mempertimbangkan berbagai faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif ini, penting bagi program kesehatan dan kebijakan publik untuk mengadopsi pendekatan yang holistik dan berbasis bukti (Haris & Amri, 2024). Pendidikan kesehatan yang menyeluruh kepada ibu dan keluarga tentang manfaat ASI eksklusif, dukungan sosial yang diberikan baik secara individu maupun melalui kebijakan publik, serta pengakuan dan penghormatan terhadap norma budaya lokal adalah kunci untuk meningkatkan tingkat ASI eksklusif di berbagai komunitas.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor sosiodemografi yang mempengaruhi keputusan ibu dalam memberikan ASI eksklusif kepada balitanya. Dengan mengetahui faktor-faktor tersebut, diharapkan dapat membantu ahli kesehatan dalam merancang dan mengimplementasikan intervensi yang lebih efektif dan berkelanjutan guna meningkatkan cakupan pemberian ASI eksklusif.

METODE

Metode *Systematic Literature Review* (SLR) merupakan pendekatan yang sangat relevan dalam konteks penelitian mengenai faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif. SLR adalah metode yang sistematis dan terstruktur untuk mengumpulkan, mengevaluasi, dan menyintesis bukti ilmiah yang relevan dari berbagai studi yang telah dilakukan sebelumnya. Dalam penelitian ini, SLR digunakan untuk menyusun dan menganalisis temuan dari berbagai jurnal dan artikel ilmiah yang telah dipublikasikan mengenai faktor-faktor yang berperan dalam praktik pemberian ASI eksklusif oleh ibu kepada balita. SLR memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi berbagai studi yang relevan yang telah dilakukan sebelumnya. Dengan menggunakan kata kunci seperti "ASI eksklusif", "ibu menyusui", dan "balita", pencarian dapat dilakukan dalam basis data PubMed dan Google Scholar untuk mengumpulkan jurnal-jurnal yang sesuai dengan topik penelitian.

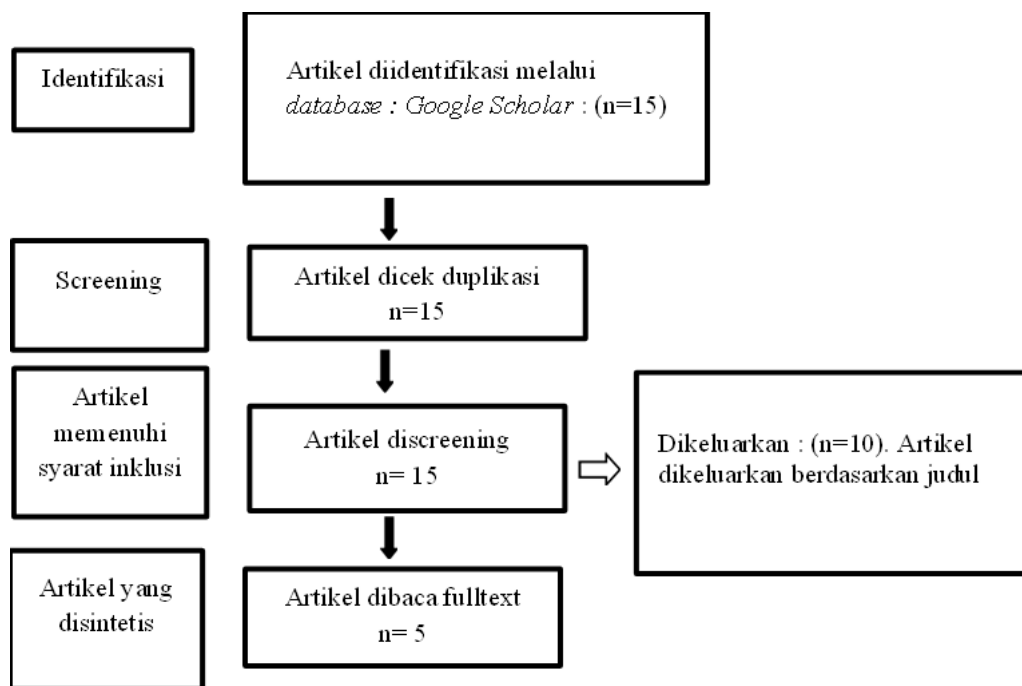
Pemilihan kata kunci ini didasarkan pada fokus penelitian terhadap praktik pemberian ASI eksklusif, peran ibu sebagai penyusui, dan kesehatan balita yang menjadi dampak dari praktik ini. SLR membantu dalam mengevaluasi kualitas metodologi dari setiap studi yang ditemukan. Ini penting karena kualitas metodologi akan mempengaruhi validitas temuan dan kesimpulan yang diambil dari studi-studi tersebut. Dengan mempertimbangkan metode yang digunakan, seperti desain studi, ukuran sampel, dan analisis data yang dilakukan dalam setiap artikel, peneliti dapat menilai seberapa kuat bukti-bukti yang diberikan oleh masing-masing studi terkait faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif. SLR memungkinkan sintesis yang komprehensif dari temuan-temuan yang ada. Dengan menyusun temuan dari berbagai studi, peneliti dapat mengidentifikasi pola atau temuan konsisten yang muncul dari penelitian-penelitian sebelumnya.

Faktor-faktor seperti pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif, dukungan sosial, faktor ekonomi, dan budaya yang mempengaruhi keputusan ibu dalam memberikan ASI eksklusif dapat diidentifikasi dan dianalisis lebih lanjut. SLR memfasilitasi identifikasi kesenjangan

pengetahuan atau area yang masih kurang dipahami dalam literatur ilmiah. Dengan mengeksplorasi berbagai studi yang telah ada, peneliti dapat mengidentifikasi area-area di mana penelitian lebih lanjut diperlukan. Hal ini dapat mengarah pada pengembangan hipotesis atau pertanyaan penelitian baru yang dapat dijelajahi dalam penelitian selanjutnya.

HASIL

Proses seleksi artikel dalam penelitian ini mengikuti pedoman dari *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) dan terdiri dari beberapa tahap. Pada tahap awal, dilakukan pencarian artikel, dan sebanyak 15 artikel ditemukan untuk periode tahun 2020-2023. Selanjutnya, tahap screening dilakukan dengan menganalisis artikel-artikel ini secara lebih mendalam. Setelah proses *screening*, 5 artikel terpilih untuk melanjutkan ke tahap berikutnya. Tahap berikutnya adalah evaluasi kualitas artikel, di mana setiap artikel diperiksa untuk memastikan keandalan dan kualitasnya. Hasil dari tahap evaluasi menunjukkan bahwa 5 artikel memenuhi kriteria dan layak disertakan dalam laporan akhir tinjauan pustaka. Proses seleksi artikel ini mencerminkan pendekatan yang ketat dan sistematis sesuai dengan pedoman PRISMA.



Gambar 1. Diagram PRISMA

HASIL

Tabel 1. Faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif

Judul dan Peneliti	Tujuan	Hasil
Asi Eksklusif Berhubungan Dengan Kejadian Stunting (Lestari & Dwihestie, 2020)	Mengetahui hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Moyudan Sleman.	Adanya hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting dibuktikan dengan hasil uji Chi Square, dengan p- value < α , yaitu 0,000 dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,429.
Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Ibu Tidak Memberikan ASI Eksklusif di Desa	Mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi responden tidak memberikan ASI eksklusif di Desa Sukra	Ada hubungan antara usia dan kegagalan pemberian ASI eksklusif (p-value 0,003<0,05 dan OR 8,963), serta ada hubungan antara pendidikan dan kegagalan

Sukra Kecamatan Kabupaten Indramayu tahun 2022	Wetan Sukra Kabupaten Indramayu tahun	Wetan Kecamatan Kabupaten Indramayu	Sukra pemberian ASI eksklusif (p-value 0,001 < 0,05 dan OR 9,321).
(Feriyal et al., 2023)			
Hubungan Pengetahuan Sikap Ibu Pemberian ASI Eksklusif	dan Tentang ASI	Mengetahui hubungan antara pengetahuan dan sikap ibu dengan pemberian ASI eksklusif.	Ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dan sikap ibu dengan pemberian ASI eksklusif.
(Purnamasari, 2022)			
Hubungan Dengan Pemberian ASI Eksklusif Di Kota Yogyakarta	Usia Ibu	Mengetahui hubungan usia ibu dengan pemberian ASI eksklusif.	Ada hubungan antara usia ibu dan pemberian ASI eksklusif dengan nilai P=0,005 (P<0,05) dan OR 3,125 (CI: 1,386-7,045). Menginterpretasikan usia ibu yang beresiko tinggi beresiko 3,125 kali tidak memberikan ASI eksklusif dibandingkan dengan usia ibu yang beresiko rendah.
(Purnamasari, 2022)			
Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Anak Balita	Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Anak Balita	Mengetahui hubungan ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada balita.	Hasil penelitian pada variabel pemberian ASI eksklusif didapatkan nilai p=0,02 (<?=0,05).
(Louis et al., 2022)			

Hasil *systematic literature review* menunjukkan bahwa banyak faktor yang mempengaruhi praktik pemberian ASI eksklusif pada bayi. Bahkan, penelitian Lestari & Dwihestie (2020) dan Louis et al. (2022) menunjukkan bahwa bayi yang tidak menerima ASI eksklusif beresiko lebih tinggi mengalami stunting sehingga menghambat pertumbuhan dan perkembangan bayi. Selain itu, Tabel 1 juga menunjukkan bahwa faktor sosiodemografi yang mempengaruhi praktik pemberian ASI eksklusif paling banyak berasal dari dalam diri ibu bayi. Faktor itu disebut juga sebagai faktor internal, seperti usia, pendidikan, pengetahuan, dan sikap ibu bayi.

PEMBAHASAN

Faktor-faktor sosiodemografi memainkan peran penting dalam keputusan seorang ibu untuk memberikan ASI eksklusif kepada balitanya. Sosiodemografi mengacu pada karakteristik sosial dan demografis seperti usia, pendidikan, pekerjaan, status ekonomi, dan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi pola perilaku individu dalam konteks pemberian ASI eksklusif (Sofiyanti et al., 2022). Memahami bagaimana faktor-faktor ini berinteraksi dan mempengaruhi keputusan ibu adalah kunci untuk meningkatkan praktik pemberian ASI eksklusif di berbagai populasi. Salah satu faktor sosiodemografi yang signifikan adalah usia ibu. Penelitian menunjukkan bahwa usia ibu dapat mempengaruhi keputusan untuk memberikan ASI eksklusif. Secara umum, ibu yang lebih muda mungkin menghadapi tantangan dalam mengadopsi praktik pemberian ASI eksklusif karena kurangnya pengalaman dan pengetahuan yang cukup.

Ibu yang lebih tua mungkin memiliki tingkat pengetahuan dan kesiapan yang lebih besar untuk memberikan ASI eksklusif berdasarkan pengalaman sebelumnya atau saran dari keluarga dan teman. Pendidikan ibu juga merupakan faktor kunci. Ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang manfaat ASI eksklusif dan pentingnya praktik ini untuk kesehatan anak. Mereka mungkin lebih mampu mengakses informasi yang tepat tentang praktik pemberian ASI eksklusif melalui literasi yang lebih tinggi

dan akses yang lebih baik ke layanan kesehatan (Wulandari et al., 2023). Sebaliknya, ibu dengan pendidikan rendah mungkin memiliki akses terbatas terhadap informasi ini, yang dapat mempengaruhi keputusan mereka terkait pemberian ASI eksklusif. Status pekerjaan ibu juga dapat mempengaruhi pemberian ASI eksklusif. Ibu yang bekerja mungkin menghadapi tantangan dalam mempertahankan praktik pemberian ASI eksklusif karena tekanan waktu dan ketersediaan untuk menyusui secara eksklusif.

Faktor ini sering kali berkaitan dengan kebijakan perusahaan terkait cuti hamil, cuti melahirkan, dan fasilitas untuk menyusui di tempat kerja. Ibu yang tidak memiliki dukungan dari lingkungan kerja mereka mungkin menemui kesulitan dalam mempertahankan praktik ini setelah kembali bekerja. Selain faktor-faktor tersebut, status ekonomi juga berperan penting. Ibu dengan status ekonomi yang lebih tinggi mungkin memiliki akses yang lebih baik terhadap layanan kesehatan yang mendukung praktik pemberian ASI eksklusif, seperti konseling laktasi dan dukungan medis lainnya. Mereka juga mungkin lebih mampu untuk memenuhi kebutuhan gizi mereka sendiri, yang merupakan faktor penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Munir & Lestari, 2023). Di sisi lain, ibu dengan status ekonomi rendah mungkin menghadapi tantangan ekonomi dalam mempertahankan praktik ini, seperti biaya susu formula atau kebutuhan untuk kembali bekerja secepatnya setelah melahirkan.

Faktor sosiodemografi lainnya termasuk keadaan perkawinan, jumlah anak, dan aksesibilitas layanan kesehatan. Ibu yang memiliki dukungan sosial yang kuat dari pasangan atau anggota keluarga lainnya mungkin lebih mungkin untuk mempertahankan praktik pemberian ASI eksklusif. Menurut (Nurul Asikin et al., 2023) ibu yang tidak mendapatkan dukungan yang cukup dari lingkungan sosialnya mungkin mengalami kesulitan dalam mengatasi tantangan praktis dan emosional yang terkait dengan pemberian ASI eksklusif. Hal ini dapat dilakukan melalui analisis data yang mendalam dan studi kualitatif yang melibatkan partisipasi langsung dari ibu yang menyusui. Dengan memahami faktor-faktor ini secara lebih baik, intervensi dan program kesehatan dapat dirancang untuk mendukung ibu dalam mempertahankan praktik pemberian ASI eksklusif yang optimal (Sambas et al., 2022). Pengaruh pengetahuan dan sikap ibu terhadap ASI eksklusif terhadap praktik pemberian ASI eksklusif merupakan topik penting dalam studi kesehatan masyarakat, karena memahami faktor-faktor ini dapat memberikan wawasan yang dalam tentang upaya untuk meningkatkan tingkat pemberian ASI eksklusif di suatu populasi.

Pengetahuan dan sikap ibu mempengaruhi keputusan dan konsistensi mereka dalam menyusui eksklusif, yang secara langsung berdampak pada kesehatan dan perkembangan anak. Pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif mencakup pemahaman tentang manfaatnya bagi kesehatan bayi, proses produksi ASI, teknik menyusui yang benar, dan pentingnya kesinambungan dalam memberikan ASI eksklusif hingga usia enam bulan. Studi (Sofiyanti et al., 2022) menunjukkan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang ASI eksklusif cenderung lebih mungkin untuk memulai menyusui sesegera mungkin setelah kelahiran dan untuk mempertahankan praktik tersebut dalam jangka waktu yang lebih lama. Mereka juga cenderung lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan yang mungkin terjadi selama proses menyusui, seperti masalah teknis atau perubahan pola hidup.

Sikap ibu terhadap ASI eksklusif mencakup keyakinan, motivasi, dan persepsi mereka terhadap pentingnya praktik ini. Ibu dengan sikap yang positif terhadap ASI eksklusif, misalnya, melihatnya sebagai bentuk cinta kasih yang paling baik untuk bayi mereka dan sebagai cara untuk memastikan perkembangan optimal dan kesehatan bayi. Sikap yang positif ini biasanya berhubungan dengan komitmen yang lebih kuat untuk mempertahankan praktik pemberian ASI eksklusif, meskipun dihadapkan pada berbagai rintangan dan tantangan (Nurapandi et al., 2022). Sebaliknya, sikap yang negatif atau kurang mendukung terhadap ASI eksklusif dapat menghambat keberhasilan praktik ini, meskipun ibu memiliki pengetahuan yang memadai. Pengaruh pengetahuan dan sikap ibu terhadap praktik pemberian ASI eksklusif

juga dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor lain, seperti pendidikan, pengalaman sebelumnya dalam menyusui, akses terhadap dukungan sosial dan medis, serta pengaruh budaya dan lingkungan sekitar.

Studi (Nufus et al., 2021) menunjukkan bahwa ibu yang tinggal di lingkungan atau komunitas yang mendukung praktik menyusui eksklusif cenderung memiliki tingkat keberhasilan yang lebih tinggi dalam praktik tersebut. Dukungan dari pasangan, keluarga, teman, serta layanan kesehatan yang ramah terhadap ASI eksklusif juga dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu terhadap praktik ini. Pentingnya pendekatan yang holistik dalam memahami pengaruh pengetahuan dan sikap terhadap ASI eksklusif membutuhkan intervensi yang menyeluruh dari berbagai sektor, termasuk kesehatan, pendidikan, dan social (Hasanah & Kinanatulqomariyah, 2023). Program edukasi yang tepat sasaran dan mudah diakses bagi ibu hamil dan menyusui dapat meningkatkan pengetahuan mereka tentang manfaat ASI eksklusif dan teknik-teknik yang diperlukan untuk memulai dan mempertahankan praktik ini. Edukasi harus mencakup informasi yang akurat dan mudah dipahami tentang nutrisi ASI, manfaatnya untuk imunitas bayi, serta pentingnya kelangsungan menyusui eksklusif hingga usia enam bulan.

Untuk membangun sikap positif terhadap ASI eksklusif melalui pendekatan yang menghormati kepercayaan budaya dan nilai-nilai lokal. Melibatkan komunitas dalam perencanaan dan implementasi program kesehatan yang berfokus pada ASI eksklusif dapat memperkuat dukungan sosial dan menciptakan lingkungan yang mendukung bagi ibu untuk mengadopsi praktik ini dengan percaya diri dan konsisten. Hal ini dapat dilakukan melalui studi observasional dan intervensi komunitas yang melibatkan partisipasi langsung dari ibu yang menyusui (Mariana Nina Ayu, 2021). Dengan pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana pengetahuan dan sikap mempengaruhi praktik pemberian ASI eksklusif, upaya kesehatan masyarakat dapat dirancang dan diimplementasikan secara efektif untuk meningkatkan kesejahteraan bayi dan ibu di seluruh dunia.

Dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan memiliki peran yang signifikan dalam keberhasilan ibu dalam memberikan ASI eksklusif kepada balitanya. Ini merupakan faktor penting yang mempengaruhi keputusan dan kemampuan ibu untuk mempertahankan praktik menyusui eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Dukungan yang diberikan oleh anggota keluarga, teman, dan masyarakat sekitar tidak hanya mempengaruhi sikap dan keyakinan ibu terhadap ASI eksklusif, tetapi juga memfasilitasi lingkungan yang mendukung di mana praktik ini dapat berlangsung dengan lancar. Secara emosional, dukungan sosial dari pasangan dan keluarga dapat memberikan kepercayaan diri kepada ibu untuk memulai dan melanjutkan praktik menyusui. Penelitian (Syari et al., 2022) menunjukkan bahwa ibu yang merasa didukung oleh pasangan mereka cenderung lebih termotivasi dan percaya diri untuk melaksanakan ASI eksklusif.

Pasangan yang mendukung tidak hanya memberikan dukungan moral, tetapi juga praktis, seperti membantu dalam tugas-tugas rumah tangga lainnya untuk membebaskan waktu ibu untuk menyusui. Menurut (Windayanti et al., 2020) dukungan emosional dari anggota keluarga juga membantu mengurangi tingkat stres dan kecemasan yang dapat mempengaruhi produksi ASI. Selain dari pasangan, dukungan dari anggota keluarga lainnya seperti orangtua, saudara, atau kakek nenek juga dapat berperan penting. Mereka dapat memberikan saran, pengalaman, dan dukungan moral kepada ibu yang baru melahirkan, yang sangat dibutuhkan untuk mengatasi tantangan awal dalam menyusui. Dukungan dalam memberikan informasi tentang teknik menyusui yang benar atau pengalaman pribadi dalam mengatasi masalah yang mungkin timbul selama menyusui dapat membantu ibu merasa lebih siap dan percaya diri. Selain keluarga, dukungan dari lingkungan sekitar, termasuk teman, tetangga, dan masyarakat, juga memiliki dampak yang signifikan.

Masyarakat yang mendukung menyusui eksklusif menciptakan lingkungan di mana ibu merasa diterima dan didukung dalam mempraktikkan pemberian ASI. Misalnya, fasilitas umum yang ramah menyusui atau tempat kerja yang mendukung untuk ibu bekerja menyusui dapat memberikan akses dan kenyamanan tambahan bagi ibu untuk melanjutkan praktik menyusui setelah kembali bekerja. Menurut (Novita et al., 2020) dukungan sosial juga mempengaruhi persepsi ibu terhadap ASI eksklusif sebagai pilihan yang dapat diterima dan diakui secara sosial. Melalui dukungan ini, ibu merasa lebih dihargai dan termotivasi untuk mempertahankan praktik menyusui, meskipun mungkin ada tekanan dari lingkungan yang kurang mendukung.

Dukungan dari komunitas juga dapat mempengaruhi norma sosial terkait ASI eksklusif di suatu daerah, yang pada gilirannya dapat memperkuat komitmen ibu dan keluarga dalam melaksanakan praktik ini. Namun demikian, terdapat juga tantangan dalam mendapatkan dukungan sosial yang memadai. Beberapa ibu mungkin mengalami kurangnya dukungan dari pasangan atau keluarga mereka karena berbagai alasan, seperti kurangnya pemahaman tentang manfaat ASI eksklusif atau budaya yang kurang mendukung (Sofiana & Dewi Sari Putri, 2023). Hal ini dapat menjadi hambatan dalam keberhasilan praktik pemberian ASI eksklusif. Edukasi yang melibatkan anggota keluarga dan komunitas tentang manfaat ASI eksklusif dan cara mendukung ibu dalam melaksanakan praktik ini dapat meningkatkan tingkat dukungan sosial. Program ini dapat mencakup pelatihan bagi anggota keluarga tentang cara memberikan dukungan yang efektif kepada ibu yang menyusui, serta kampanye komunitas untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya ASI eksklusif.

Dalam konteks kebijakan kesehatan masyarakat, penting untuk mempertimbangkan peran dukungan sosial dalam merancang strategi untuk meningkatkan tingkat pemberian ASI eksklusif di masyarakat. Ini melibatkan kolaborasi antara penyedia layanan kesehatan, organisasi masyarakat, dan pemerintah untuk menciptakan lingkungan yang mendukung dan mendorong praktik menyusui eksklusif sebagai standar emas dalam pemberian makanan bayi. Dengan demikian, memahami dan memperkuat dukungan sosial merupakan langkah kunci untuk mencapai target kesehatan masyarakat terkait pemberian ASI eksklusif dan kesejahteraan bayi secara keseluruhan.

KESIMPULAN

Dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan memainkan peran penting dalam kesuksesan ibu dalam memberikan ASI eksklusif kepada balitanya. Faktor ini tidak hanya mempengaruhi sikap dan keyakinan ibu terhadap ASI eksklusif, tetapi juga menciptakan lingkungan yang mendukung di mana praktik ini dapat dilakukan dengan lancar. Penelitian menunjukkan bahwa ibu yang mendapatkan dukungan emosional dan praktis dari pasangan, keluarga, dan masyarakat cenderung lebih termotivasi dan percaya diri untuk memulai serta mempertahankan praktik pemberian ASI eksklusif. Secara emosional, dukungan sosial membantu ibu mengurangi tingkat stres dan kecemasan yang dapat mempengaruhi produksi ASI.

Dukungan dari anggota keluarga seperti orangtua atau saudara memberikan saran dan pengalaman yang sangat dibutuhkan untuk mengatasi tantangan awal dalam menyusui. Fasilitas umum yang ramah menyusui dan kebijakan tempat kerja yang mendukung juga memberikan dukungan fisik yang penting bagi ibu yang bekerja. Namun, ada tantangan dalam mendapatkan dukungan sosial yang memadai. Beberapa ibu mungkin menghadapi kurangnya dukungan dari lingkungan mereka, yang dapat menjadi hambatan dalam mempertahankan praktik pemberian ASI eksklusif. Untuk mengatasi hal ini, edukasi yang melibatkan keluarga dan komunitas tentang manfaat ASI eksklusif dapat meningkatkan tingkat dukungan sosial.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu penulisan artikel ini hingga selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Andyna, C. (2022). Fenomena Budaya Masyarakat Aceh Terhadap Perilaku Pemberian ASI Eksklusif. *Aceh Anthropological Journal*, 6(1), 46-57.
- Asikin, N., Agrina, A., & Woferst, R. (2023). Hubungan Pola Makan dengan Produksi ASI pada Ibu Menyusui. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan Indonesia*, 3(1), 13-27.
- Awaru, A. F. T., & Fadlia, U. (2023). Penilaian Status Gizi pada Ibu Menyusui di Puskesmas Bara-Barayya Kota Makassar. *Piramida: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 1-5.
- Badan Pusat Statistik. (2024). Persentase Bayi Usia Kurang dari 6 Bulan yang Mendapatkan ASI Eksklusif Menurut Provinsi (Persen). <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTM0MCMY/persentase-bayi-usia-kurang-dari-6-bulan-yang-mendapatkan-asi-eksklusif-menurut-provinsi.html>. Diakses pada 27 Juli 2024.
- Badan Pusat Statistik. (2024). Survei Sosial Ekonomi Nasional 2023 Maret (KOR). <https://silastik.bps.go.id/v3/index.php/mikrodata/view/ZnZSZms4aStzN2JUSVY1QklqZ08rdz09>. Diakses pada 27 Juli 2024.
- Feriyal, F., Dewina, M., & Wati, W. (2023). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ibu Tidak Memberikan ASI Eksklusif di Desa Sukra Wetan Kecamatan Sukra Kabupaten Indramayu Tahun 2022. *Nautical: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*, 1(11), 1407-1413.
- Haris, A., & Amri, M. (2024). Peran Zakat dalam Mengatasi Stunting dan Gizi Buruk di Kabupaten Brebes. *Mabsya: Jurnal Manajemen Bisnis Syariah*, 6(1), 1-30.
- Hasanah, U., & Kinanatulqomariyah, K. (2023). Penyuluhan Macam-macam Keluarga Berencana (KB) untuk Ibu Menyusui di Desa Samatan Tahun 2023. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(6), 12872-12874.
- Hizriyani, R. (2021). Pemberian asi eksklusif sebagai pencegahan stunting. *Jurnal Jendela Bunda Program Studi PG-PAUD Universitas Muhammadiyah Cirebon*, 8(2), 55-62.
- Lestari, E. F., & Dwihestie, L. K. (2020). ASI Eksklusif Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 10(2), 129-136.
- 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.
- Masyudi, M., Winandar, A., Yusuf, N., Muhammad, R., Safmila, Y., & Yusnani, R. (2023, November). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif di Kabupaten Aceh Besar. *In Prosiding Seminar Nasional USM* (Vol. 4, No. 1, pp. 8-20).
- Mauliddina, A., Pabidang, S., & Kusmiyati, Y. (2023). Pengaruh Kelas Ayah Terhadap Perilaku Pemenuhan Kebutuhan Gizi pada Bayi Resiko Stunting di Kabupaten Sleman. *Jurnal Ners*, 7(1), 489-500.
- Mirania, A. N., & Lexy Louis, S. (2021). Pendampingan Ibu Menyusui Tentang Makanan Pendamping Asi (MP-ASI). *Indonesian Journal Of Community Service*, 1(4), 730-735.
- Mufida, R. T., Rohmah, M., & Wungo, P. (2022). Analisis Ibu Menyusui Terhadap Gizi Bayi Usia 0-6 Bulan. *Journal for Quality in Women's Health*, 5(1), 36-41.
- Munir, R., & Lestari, F. (2023). Edukasi Teknik Menyusui yang Baik dan Benar pada Ibu Menyusui. *Jurnal Abdi Mahosada*, 1(1), 28-34.
- Novita, R. V. T., Kusumaningsih, I., & Gunsim, K. F. (2020). Pendampingan Ibu Menyusui

- Online pada Masa Pandemi Covid-19 di Sejabodetabek, Jateng dan Labuan Bajo. *SENADA: Semangat Nasional Dalam Mengabdikan*, 1(2), 142-151.
- Nuampa, S., Ratinthorn, A., Patil, C. L., Kuesakul, K., Prasong, S., & Sudphet, M. (2022). Impact of Personal and Environmental Factors Affecting Exclusive Breastfeeding Practices in the First Six Months during the COVID-19 Pandemic in Thailand: A Mixed-methods Approach. *International Breastfeeding Journal*, 17(1), 73.
- Nufus, H., Emirelda, E., & Laila, S. (2021). Tingkat Pengetahuan Ibu Menyusui Terhadap ASI Eksklusif di Puskesmas Jeulingke Banda Aceh. *Jurnal Health Sains*, 2(2), 189-196.
- Nurapandi, A., Rahayu, Y., Novianti, D., Rahmawati, N., & Firdaus, N. R. (2022). Persepsi Ibu Menyusui Usia Produktif di Bawah 35 Tahun Tentang Stunting. *HealthCare Nursing Journal*, 4(2), 273-277.
- Nurhayati, F., & Nurlatifah, S. (2018). Hubungan Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Pemberian ASI Perah dengan Pendidikan di Wilayah Kerja Puskesmas Cimahi Tengah. *Jurnal Bidan*, 4(2), 11-15.
- Purnamasari, D. (2022). Hubungan Usia Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif di Kota Yogyakarta. *Jurnal Bina Cipta Husada: Jurnal Kesehatan Dan Science*, 18(1), 131-139.
- Sambas, E. K., Amelia, G. S., & Hersoni, S. (2022). Pengaruh Alat Kontrasepsi Hormonal Terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui Literature Review. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-ilmu Keperawatan, Analis Kesehatan dan Farmasi*, 22(1), 157-167.
- Sari, Y. M., Eliyawati, E., Kurniawati, Y., Ludvia, I., A'yun, D. Q., Prativie, G. Y., & Rohma, K. (2023). Pendampingan pada Ibu Menyusui dengan Pemberian Edukasi Tentang Hypnobreastfeeding. *Jurnal Altifani Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(4), 538-544.
- Sofiana, J., & Dewi, A. S. (2019, October). Peningkatan Pengetahuan Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) pada Ibu Menyusui. In *Prosiding University Research Colloquium* (pp. 145-148).
- Sofiyanti, I., Astuti, F. P., & Windayanti, H. (2019). Penerapan hypnobreastfeeding Pada Ibu Menyusui. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 2(2). <https://doi.org/10.35473/ijm.v2i2.267>. Diakses pada 27 Juli 2024.
- Syari, M., Arma, N., & Mardhiah, A. (2022). Faktor yang Mempengaruhi Produksi ASI pada Ibu Menyusui. *Maternity and Neonatal: Jurnal Kebidanan*, 10(01), 1-9.
- Tombeg, Z., Hadi, A. J., & Manggabarani, S. (2023). Faktor yang Berhubungan dengan Budaya Pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Makale Selatan Kabupaten Tana Toraja. *Jurnal Ners*, 7(2), 1354-1363.
- Windayanti, H., Astuti, F. P., & Sofiyanti, I. (2020). Hypnobreastfeeding dan Kualitas Tidur pada Ibu Menyusui. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 3(2), 151-159.
- World Health Organization. (2023). *Exclusive Breastfeeding for Optimal Growth, Development and Health of Infants*. <https://www.who.int/tools/elena/interventions/exclusive-breastfeeding>. Diakses pada 27 Juli 2024.
- Wulandari, A., Dewi Soeyono, R., Anna Nur Afifah, C., & Bahar, A. (2023). Pengaruh Edukasi Pemberian ASI Eksklusif Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Menyusui Dengan Media Booklet. *Jurnal Online Program Studi SI Tata Boga [Internet]*, 12(2), 60-5.
- Yuhanah, Y., & Tulak, G. T. (2020). Edukasi Manfaat ASI Eksklusif kepada Kader Kesehatan dan Ibu Balita di Desa Wowa Tamboli. *LOGISTA-Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 134-139.