



BINA GENERASI ; JURNAL KESEHATAN

EDISI 17 VOLUME (1) 2025

p- ISSN : 1979-150X ; e- ISSN: 2621-2919

Website : <https://ejournal.biges.ac.id/index.php/kesehatan/>

Email : lppmbiges@gmail.com

FAKTOR SOSIAL BUDAYA, PSIKOLOGIS, DAN INTERVENSI TERHADAP PRAKTIK PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF: TINJAUAN LITERATUR

Lisna¹, Nilawati Uly², Andi Alim³

¹Program Studi DIII Kebidanan, Universitas Puangrimaggalatung

^{2,3}Program Doktorat Kesehatan Masyarakat, Universitas Mega Buana Palopo

Email : lisnasannele@gmail.com

Keywords:

Exclusive
breastfeeding, self-
efficacy, social support,
culture, intervention,
literature review.

ABSTRACT

Background: Exclusive breastfeeding for the first six months is a global recommendation from WHO and UNICEF due to its significant benefits for maternal and infant health. However, this practice still faces various barriers at the individual and community levels. Objective: This study aims to systematically examine various psychological and sociocultural factors and the effectiveness of interventions related to exclusive breastfeeding practices. Methods: This study is a narrative literature review analyzing 30 national and international scientific articles published between 2020 and 2025. Articles were analyzed thematically based on the determinants and types of interventions reported, taking into account diverse social and cultural contexts. Results: The study indicates that breastfeeding self-efficacy, stress, and postpartum depression are the main psychological factors influencing the success of exclusive breastfeeding. Social support from husbands, family, and health workers significantly contributes to maintaining breastfeeding practices. Local cultural values also play a significant role, acting as either a reinforcement or a barrier, depending on prevailing beliefs. Interventions proven effective include breastfeeding education, culture-based counseling, maternal support groups, and the implementation of baby-friendly hospital (BFHI) programs, including early initiation of breastfeeding (IMD) and group care. Conclusion: Successful exclusive breastfeeding requires a comprehensive, culture-based, and multi-stakeholder approach. Breastfeeding promotion programs should be designed in a participatory manner and adapted to local values for greater effectiveness and sustainability.

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi terbaik dan paling lengkap bagi bayi baru lahir. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan United Nations Children's Fund (UNICEF) secara global merekomendasikan pemberian ASI secara eksklusif selama enam

bulan pertama kehidupan bayi. Praktik ini tidak hanya memenuhi seluruh kebutuhan nutrisi bayi, tetapi juga berperan penting dalam meningkatkan kekebalan tubuh, mencegah infeksi saluran pencernaan dan pernapasan, serta memperkuat ikatan

emosional antara ibu dan anak. Selain itu, ASI eksklusif juga memberikan manfaat jangka panjang, seperti mengurangi risiko obesitas, diabetes tipe 2, dan meningkatkan perkembangan kognitif anak (Pratiwi, Yuliana, and Hikmawati 2024).

Meskipun manfaatnya telah diakui secara ilmiah dan global, praktik pemberian ASI eksklusif masih jauh dari angka ideal. Berdasarkan data Global Breastfeeding Scorecard (2022), hanya sekitar 44% bayi secara global yang mendapatkan ASI eksklusif hingga usia 6 bulan. Di Indonesia, Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 menunjukkan angka cakupan ASI eksklusif sebesar 66,6%, yang masih berada di bawah target nasional 80%. Ketimpangan ini menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan praktik menyusui di tingkat masyarakat (Wulandari, Dwi Lestari Palupi 2025).

Berbagai studi menunjukkan bahwa keputusan seorang ibu untuk menyusui secara eksklusif dipengaruhi oleh faktor multifaktorial yang kompleks. Faktor psikologis seperti efikasi diri rendah, stres, dan depresi postpartum terbukti dapat menghambat keberhasilan menyusui. Di sisi lain, faktor sosial seperti rendahnya dukungan dari suami, keluarga, dan lingkungan kerja juga turut berperan dalam menurunkan motivasi ibu menyusui. Kepercayaan budaya dan praktik tradisional, seperti menghindari kolostrium, memberikan makanan prelaktal (misalnya madu atau air tajin), serta anggapan bahwa ASI tidak cukup, merupakan hambatan yang masih banyak ditemui, terutama di masyarakat pedesaan dan komunitas dengan nilai budaya yang kuat (Samosir et al. 2025).

Sementara itu, berbagai intervensi telah dikembangkan untuk mengatasi hambatan tersebut. Mulai dari edukasi menyusui melalui media booklet, konseling individu dan kelompok, pendampingan petugas kesehatan, hingga program Baby Friendly Hospital Initiative (BFHI). Intervensi ini dirancang untuk memperkuat kapasitas ibu dan keluarganya dalam menghadapi tantangan menyusui, sekaligus mendorong transformasi budaya dan struktural agar lebih mendukung praktik ASI eksklusif (Amin 2020).

Kajian ini disusun untuk memberikan pemahaman mendalam mengenai determinan praktik ASI eksklusif dari perspektif psikologis, sosial, budaya, dan intervensi

berbasis komunitas. Dengan menelaah puluhan artikel ilmiah yang terbit dalam lima tahun terakhir, literature review ini bertujuan untuk merangkum pola umum, kendala utama, serta strategi intervensi yang terbukti efektif dalam meningkatkan keberhasilan menyusui eksklusif. Pemahaman terhadap kompleksitas faktor ini menjadi dasar penting bagi pengembangan kebijakan dan program promosi menyusui yang kontekstual, terintegrasi, dan berkelanjutan.

METODE

Penelitian ini merupakan sebuah studi literature review naratif yang bertujuan untuk mengidentifikasi dan mensintesis temuan-temuan ilmiah terkait faktor sosial budaya, psikologis, serta berbagai bentuk intervensi terhadap praktik pemberian ASI eksklusif. Literatur yang ditelaah dalam kajian ini mencakup 30 artikel ilmiah yang telah dirangkum dalam dokumen. Artikel-artikel tersebut berasal dari berbagai jurnal nasional dan internasional yang terbit antara tahun 2020 hingga 2025 (Adiputra et al. 2021).

Pemilihan artikel dilakukan dengan mempertimbangkan beberapa kriteria inklusi, yaitu: (1) artikel berbasis penelitian empiris dengan pendekatan kuantitatif, kualitatif, atau campuran; (2) artikel membahas secara spesifik faktor yang memengaruhi praktik menyusui eksklusif, baik dari sisi individu ibu, lingkungan sosial, budaya, maupun bentuk intervensi layanan kesehatan; dan (3) artikel ditulis dalam bahasa Indonesia atau Inggris. Artikel yang tidak relevan dengan fokus studi, seperti opini, editorial, maupun artikel tanpa metodologi yang jelas, tidak disertakan dalam analisis (Alwi et al. 2023).

Langkah selanjutnya adalah proses ekstraksi dan identifikasi informasi penting dari masing-masing artikel. Informasi yang dikaji meliputi judul dan tujuan penelitian, desain studi, karakteristik sampel, variabel yang diteliti, metode pengumpulan dan analisis data, serta hasil dan rekomendasi dari penelitian tersebut. Kajian ini mencakup literatur dari berbagai negara seperti Indonesia, Ethiopia, China, Spanyol, Turki, Jepang, Ghana, dan Amerika Serikat, yang mencerminkan konteks budaya dan sistem kesehatan yang beragam dalam praktik menyusui (Harahap et al. 2024).

Analisis data dilakukan menggunakan pendekatan tematik untuk mengorganisasi dan

menyusun pola-pola temuan berdasarkan tema utama yang muncul dari keseluruhan artikel. Tema-tema tersebut dikelompokkan menjadi tiga kategori besar: (1) faktor psikologis yang meliputi stres, depresi postpartum, efikasi diri, dan persepsi terhadap produksi ASI; (2) faktor sosial budaya seperti dukungan keluarga, kepercayaan tradisional, pengaruh komunitas, dan nilai-nilai lokal; serta (3) intervensi dan strategi promosi menyusui, termasuk edukasi ibu, pelibatan suami, dukungan tenaga kesehatan, dan kebijakan rumah sakit ramah bayi (BFHI) (Heriyanto 2018).

Untuk meningkatkan validitas sintesis, dilakukan pengecekan konsistensi antara tujuan penelitian dan hasil yang dilaporkan dalam setiap artikel. Selain itu, keterlibatan berbagai negara dan konteks budaya turut memberikan keberagaman perspektif dan memperkuat relevansi generalisasi temuan. Dengan pendekatan ini, literature review ini tidak hanya menyajikan bukti ilmiah yang terstruktur, tetapi juga memberikan gambaran yang menyeluruh mengenai tantangan dan solusi dalam peningkatan praktik ASI eksklusif di berbagai latar sosial budaya (Madum et al. 2024).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Faktor Psikologis dan Emosional

Faktor psikologis dan emosional merupakan determinan penting yang memengaruhi keberhasilan ibu dalam menjalankan praktik menyusui eksklusif. Salah satu aspek utama dalam kategori ini adalah efikasi diri menyusui atau *Breastfeeding Self-Efficacy (BSE)*, yaitu keyakinan subjektif seorang ibu terhadap kemampuannya untuk menyusui bayinya secara memadai. Ibu dengan tingkat efikasi diri yang tinggi cenderung memiliki komitmen lebih kuat, kepercayaan diri yang lebih besar, dan ketahanan lebih baik dalam menghadapi tantangan menyusui, termasuk nyeri, kelelahan, atau tekanan sosial.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri menyusui memiliki hubungan positif yang signifikan dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Studi yang dilakukan oleh Mercan and Tari Selcuk (2021) di Turki menunjukkan bahwa ibu dengan skor efikasi diri yang tinggi berdasarkan instrumen *Breastfeeding Self-*

Efficacy Scale–Short Form (BSES-SF) lebih mungkin mempertahankan praktik ASI eksklusif. Sebaliknya, skor efikasi diri yang rendah berkorelasi negatif dengan keberhasilan menyusui dan sering menjadi indikator awal penghentian dini.

Selain itu, tingkat stres dan depresi postpartum menjadi faktor emosional dominan yang terbukti mengganggu proses menyusui. Ibu yang mengalami depresi postpartum cenderung merasa tidak mampu memenuhi kebutuhan bayinya, mengalami penurunan motivasi, dan kesulitan menjalin interaksi emosional yang sehat dengan bayi mereka. Studi oleh Gila-Díaz et al. (2020) menunjukkan bahwa ibu yang mengalami stres tinggi dan depresi postpartum memiliki kemungkinan lebih rendah untuk mempertahankan ASI eksklusif selama enam bulan pertama. Temuan ini diperkuat oleh penelitian Konukbay, Öksüz, and Guvenc (2024), yang menemukan adanya korelasi negatif signifikan antara tingkat depresi dan kualitas tidur dengan efikasi diri menyusui, serta korelasi positif antara dukungan sosial yang dirasakan dengan efikasi diri.

Persepsi ibu terhadap produksi ASI juga berperan dalam aspek psikologis. Banyak ibu menyatakan kekhawatiran bahwa produksi ASI mereka tidak mencukupi, yang sering kali bukan berdasarkan penilaian klinis melainkan persepsi subjektif. Fenomena ini dikenal sebagai *Perceived Insufficient Milk (PIM)*. Studi oleh Dieterich, Sereika, and Demirci (2022) menemukan bahwa persepsi kekurangan ASI secara konsisten menjadi alasan utama penghentian ASI eksklusif, terutama pada ibu primipara.

Intervensi peningkatan efikasi diri ibu serta penanganan dini terhadap stres dan depresi pascapersalinan sangat krusial untuk mempertahankan keberhasilan praktik ASI eksklusif. Program konseling menyusui berbasis psikososial dan edukasi menyeluruh terhadap ibu baru perlu dikembangkan dan diintegrasikan dalam sistem layanan kesehatan maternal, khususnya pada periode antenatal dan postnatal awal.

Dukungan Sosial dan Suami

Dukungan sosial merupakan salah satu pilar penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif, khususnya pada masa-masa awal postpartum ketika ibu mengalami transisi fisik dan emosional yang signifikan.

Dukungan ini dapat datang dari berbagai sumber, terutama pasangan (suami), keluarga inti, komunitas, dan tenaga kesehatan. Literasi menyusui yang baik di lingkungan sekitar ibu akan mempengaruhi cara ibu menyikapi tantangan selama proses menyusui dan mempertahankan motivasi untuk tetap memberikan ASI secara eksklusif.

Beberapa studi mengungkapkan bahwa dukungan dari pasangan atau suami memiliki pengaruh yang paling besar dan langsung terhadap keberhasilan praktik menyusui. Studi oleh Li et al. (2022) yang dilakukan di Tiongkok menunjukkan bahwa ibu yang menerima dukungan emosional dan instrumental dari suami lebih mungkin untuk memulai dan mempertahankan ASI eksklusif dalam enam minggu pertama. Suami yang secara aktif terlibat dalam perawatan bayi dan menyemangati istrinya selama proses menyusui dapat meningkatkan rasa percaya diri dan mengurangi tekanan psikologis ibu.

Dukungan pasangan ini tidak hanya bersifat pasif, melainkan harus aktif dan partisipatif. Penelitian oleh Zeng et al. (2024) menemukan bahwa ayah yang memiliki efikasi diri tinggi dalam mendukung proses menyusui berkontribusi secara signifikan terhadap keberhasilan ASI eksklusif pada usia 6 minggu postpartum. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa ayah dengan skor efikasi diri tinggi memiliki kemungkinan 1,9 kali lebih besar (OR 1,9; $p < 0,05$) untuk mendorong istrinya mempertahankan pemberian ASI eksklusif dibandingkan ayah yang tidak percaya diri atau tidak terlibat.

Lebih jauh lagi, studi-studi intervensi menunjukkan bahwa pelibatan suami dalam program edukasi menyusui dapat memperkuat efek positif dukungan tersebut. Salah satu contoh efektif adalah program “model suami siaga” yang dikembangkan dalam konteks Indonesia. Penelitian oleh Rosmadewi and Aliyanto (2022) menunjukkan bahwa pemberian edukasi menyusui kepada suami secara terstruktur, terutama sejak masa kehamilan, mampu meningkatkan kesiapan dan keterlibatan suami dalam proses menyusui dan inisiasi menyusui dini (IMD). Program ini tidak hanya berdampak pada pengetahuan dan sikap suami, tetapi juga secara tidak langsung memperkuat komitmen ibu dalam menyusui eksklusif.

Dukungan dari anggota keluarga lain, seperti ibu atau mertua, juga memainkan peran

penting—meskipun dalam beberapa kasus dapat menjadi faktor pengganggu jika mereka masih menganut mitos dan praktik lama yang tidak sesuai dengan prinsip ASI eksklusif. Oleh karena itu, keberhasilan menyusui eksklusif sangat bergantung pada lingkungan sosial yang mendukung, bukan hanya dari pasangan tetapi juga dari seluruh sistem keluarga dan sosial di sekitar ibu.

Terakhir, tenaga kesehatan juga merupakan aktor penting dalam memberikan dukungan profesional. Konseling, pemantauan, dan komunikasi efektif antara petugas kesehatan dan ibu menyusui terbukti dapat meningkatkan keberhasilan ASI eksklusif, terutama ketika disertai dengan pendekatan yang empatik dan berbasis budaya lokal.

Dukungan sosial yang menyeluruh—terutama dari suami—merupakan faktor protektif yang kuat terhadap kegagalan menyusui. Oleh karena itu, program promosi ASI eksklusif sebaiknya tidak hanya difokuskan kepada ibu, tetapi juga perlu secara aktif melibatkan pasangan dan keluarga dalam perencanaan dan pelaksanaan intervensi.

Nilai Sosial Budaya

Nilai-nilai sosial dan budaya memiliki pengaruh yang sangat kuat terhadap perilaku kesehatan ibu, termasuk dalam praktik pemberian ASI eksklusif. Budaya bukan hanya membentuk cara pandang masyarakat terhadap kesehatan dan penyakit, tetapi juga menentukan apa yang dianggap “baik” atau “benar” dalam praktik perawatan bayi, termasuk dalam hal menyusui. Dalam konteks menyusui, nilai budaya dapat berfungsi sebagai kekuatan pendorong maupun sebagai penghambat keberhasilan ASI eksklusif, tergantung pada sistem kepercayaan yang berlaku dalam komunitas tersebut.

Beberapa kepercayaan tradisional yang masih kuat diyakini di berbagai wilayah menjadi tantangan serius dalam implementasi praktik menyusui eksklusif. Salah satu mitos budaya yang sering ditemukan adalah anggapan bahwa kolostrum merupakan “air kotor” atau “ASI basi”, sehingga tidak layak diberikan kepada bayi yang baru lahir. Akibatnya, banyak ibu yang membuang kolostrum dan menggantinya dengan makanan prelaktal seperti air gula, air tajin, madu, atau bahkan pisang lunak. Studi oleh Andyna (2022) dan Zhang (2023) menyoroti bagaimana praktik ini masih berlangsung di

komunitas pedesaan dan berdampak negatif pada keterlambatan inisiasi menyusui serta kegagalan ASI eksklusif.

Fenomena pemberian makanan prelaktal (prelacteal feeding) sebelum keluarnya ASI pertama menjadi praktik umum di beberapa budaya, terutama sebagai bentuk ritual penyambutan atau simbol kasih sayang terhadap bayi. Studi oleh Shafik et al. (2024) di Indonesia menemukan bahwa lebih dari separuh ibu yang disurvei pernah memberikan makanan prelaktal kepada bayi mereka karena tekanan sosial dari orang tua dan tetua adat yang menganggap praktik tersebut sebagai tradisi turun-temurun.

Lebih lanjut, beberapa komunitas menunjukkan pengaruh nilai-nilai adat yang sangat kuat, di mana praktik menyusui tidak hanya merupakan tindakan biologis, tetapi juga bagian dari struktur sosial dan spiritual. Di Ethiopia, misalnya, penelitian oleh G/Slassie et al. (2021) menunjukkan bahwa keputusan ibu untuk menyusui dipengaruhi oleh tokoh adat, ibu mertua, serta keyakinan bahwa menyusui di malam hari dapat membuat bayi "masuk angin" atau "keracunan". Hal serupa juga ditemukan di Aceh, Indonesia, di mana penelitian Mohammed et al. (2025) mencatat bahwa meskipun pengetahuan tentang ASI eksklusif cukup baik, praktik adat seperti memberi jamu atau makanan tradisional lebih dahulu kepada bayi masih dilakukan atas dasar tekanan kultural dan perintah dari orang tua.

Namun demikian, tidak semua nilai budaya bersifat negatif. Di beberapa masyarakat, menyusui justru dipandang sebagai kewajiban spiritual dan simbol pengabdian ibu terhadap anak, yang dapat dimanfaatkan sebagai kekuatan promotif dalam mendukung ASI eksklusif. Sayangnya, dalam banyak kasus, konflik antara pengetahuan medis modern dan nilai budaya lokal belum dikelola secara efektif, sehingga petugas kesehatan sering mengalami kesulitan dalam mengubah perilaku ibu menyusui, terutama bila tidak disertai pendekatan budaya yang sensitif dan partisipatif.

Intervensi promosi ASI eksklusif harus disesuaikan dengan konteks nilai sosial budaya masyarakat setempat, tidak sekadar mentransfer informasi medis, melainkan juga memperkuat dialog budaya yang menghargai tradisi namun tetap berpihak pada keselamatan dan kesehatan ibu serta bayi.

Mengintegrasikan tokoh adat, dukun bayi, dan pemuka agama dalam program edukasi menyusui menjadi salah satu strategi potensial yang perlu diperkuat dalam konteks intervensi berbasis komunitas.

Pengetahuan dan Sikap Ibu

Pengetahuan dan sikap ibu merupakan dua komponen kognitif dan afektif yang sangat menentukan dalam proses pengambilan keputusan tentang pemberian ASI eksklusif. Pengetahuan mencakup pemahaman ibu tentang manfaat ASI, teknik menyusui yang benar, pentingnya inisiasi menyusui dini (IMD), serta risiko pemberian susu formula atau makanan prelaktal. Sementara itu, sikap berkaitan dengan kecenderungan emosional dan keyakinan pribadi ibu terhadap menyusui, yang dapat memengaruhi kesiapan dan ketekunan dalam menjalani praktik tersebut.

Sejumlah studi menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan yang baik secara konsisten dikaitkan dengan keberhasilan praktik ASI eksklusif. Penelitian oleh Zahra and Puspitasari (2024) mengungkapkan bahwa ibu dengan pemahaman yang memadai mengenai manfaat ASI memiliki kemungkinan lebih besar untuk tetap memberikan ASI eksklusif hingga usia enam bulan. Pengetahuan tersebut tidak hanya berasal dari tenaga kesehatan, tetapi juga dari media, komunitas ibu, serta pengalaman pribadi dan sosial di lingkungan sekitar. Studi serupa oleh Y. Chen et al. (2023) juga memperkuat temuan tersebut, dengan menegaskan bahwa ibu yang memahami pentingnya ASI cenderung lebih siap secara psikologis dan praktis dalam menghadapi tantangan menyusui.

Namun, pengetahuan saja tidak selalu menjamin terjadinya perubahan perilaku, terutama jika tidak disertai sikap positif dan dukungan yang memadai. Banyak ibu yang mengetahui manfaat ASI tetapi tetap menghentikan praktik menyusui karena pengaruh mitos, kelelahan, kurang dukungan pasangan, atau tekanan budaya. Oleh karena itu, pemahaman teoritis perlu ditransformasikan menjadi sikap yang kuat melalui pendekatan edukatif yang kontekstual dan empatik.

Salah satu bentuk intervensi yang terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu adalah edukasi

menggunakan media cetak seperti booklet. Penelitian oleh Darise, Takahepis, and Katuuk (2025) menunjukkan bahwa pemberian booklet edukatif kepada ibu nifas secara signifikan meningkatkan skor pengetahuan mereka tentang ASI. Intervensi tersebut juga mendorong sikap lebih positif terhadap praktik menyusui eksklusif, terutama jika dilakukan dalam waktu yang tepat, yakni sebelum ibu pulang dari fasilitas kesehatan. Media edukatif yang dirancang dengan bahasa sederhana, visual menarik, dan narasi yang sesuai konteks budaya terbukti lebih mudah diterima dan diingat.

Selain itu, pelatihan kelompok, konseling menyusui, dan kelas ibu hamil juga terbukti meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap yang mendukung praktik ASI eksklusif. Program seperti ini menjadi efektif ketika disertai pendekatan komunikatif dua arah, di mana ibu tidak hanya menerima informasi, tetapi juga dapat berbagi pengalaman dan bertanya tentang kesulitan yang dihadapi. Dengan demikian, penyampaian informasi tidak bersifat top-down, tetapi menjadi bagian dari proses pemberdayaan ibu.

Peningkatan pengetahuan dan pembentukan sikap positif ibu terhadap ASI eksklusif merupakan komponen penting dari setiap intervensi promosi kesehatan ibu dan anak. Oleh karena itu, program-program edukatif sebaiknya dirancang dengan mempertimbangkan tidak hanya isi materi, tetapi juga metode, waktu penyampaian, serta pendekatan budaya yang sesuai dengan karakteristik masyarakat sasaran.

Efektivitas Intervensi

Intervensi dalam promosi dan perlindungan praktik pemberian ASI eksklusif telah berkembang secara signifikan dalam dua dekade terakhir, seiring meningkatnya pemahaman terhadap kompleksitas faktor yang memengaruhinya. Intervensi yang efektif tidak hanya menargetkan ibu secara individual, tetapi juga melibatkan sistem sosial di sekelilingnya, termasuk keluarga, komunitas, tenaga kesehatan, dan kebijakan institusional. Literatur yang ditelaah dalam tinjauan ini menunjukkan bahwa keberhasilan ASI eksklusif sangat dipengaruhi oleh intervensi yang bersifat integratif, kontekstual, dan berbasis bukti.

Salah satu intervensi yang terbukti efektif adalah pembentukan kelompok dukungan pascapersalinan (postpartum support group) yang memberikan ruang berbagi antaribu menyusui. Studi oleh Rodríguez-Gallego et al. (2024) menunjukkan bahwa ibu yang mengikuti support group memiliki prevalensi ASI eksklusif yang lebih tinggi secara signifikan dibandingkan yang tidak ikut kelompok. Mekanisme kerja dari kelompok ini bukan hanya menyediakan informasi, tetapi juga memperkuat ikatan emosional, rasa percaya diri, serta menciptakan lingkungan sosial yang positif bagi ibu menyusui. Ini membuktikan bahwa dukungan sejawat (peer support) merupakan bentuk intervensi sosial yang murah namun berdampak besar.

Di level institusi kesehatan, implementasi program Baby-Friendly Hospital Initiative (BFHI) menjadi tonggak penting dalam mendorong praktik menyusui yang optimal sejak awal kehidupan bayi. Studi oleh T.-L. Chen, Chen, and Gau (2024) menunjukkan bahwa rumah sakit yang menerapkan sepuluh langkah menuju keberhasilan menyusui—termasuk IMD, rawat gabung (rooming-in), dan pelatihan staf kesehatan—menunjukkan peningkatan signifikan pada cakupan ASI eksklusif selama enam bulan pertama. BFHI tidak hanya memperbaiki layanan di rumah sakit, tetapi juga memperkuat kompetensi tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi dan konseling menyusui secara efektif dan empatik.

Intervensi berbasis budaya juga semakin mendapat perhatian dalam beberapa tahun terakhir. Studi-studi seperti yang dilakukan oleh Mohammed et al. (2025) dan G/Slassie et al. (2021) menekankan pentingnya desain program edukasi menyusui yang menghormati dan mengintegrasikan nilai-nilai budaya lokal. Ketika intervensi dilakukan dengan pendekatan budaya, hasilnya lebih diterima oleh masyarakat dan memiliki peluang keberlanjutan yang lebih tinggi. Konseling berbasis budaya yang melibatkan tokoh adat atau ibu-ibu senior terbukti efektif dalam mengurangi praktik pemberian makanan prelaktal dan meningkatkan pemahaman terhadap pentingnya kolostrum.

Selain itu, keberhasilan jangka panjang praktik menyusui juga sangat dipengaruhi oleh intervensi awal seperti inisiasi menyusui dini (IMD), kontak kulit ke kulit, dan rooming-in. Studi oleh Inano et al.

(2021) menunjukkan bahwa bayi yang mendapat kontak kulit ke kulit segera setelah lahir dan menyusu dalam satu jam pertama kehidupan memiliki kemungkinan lebih besar untuk mendapat ASI eksklusif hingga usia enam bulan. Inisiatif-inisiatif ini sangat penting karena menentukan keberhasilan awal proses menyusui dan memperkuat ikatan antara ibu dan bayi secara biologis dan emosional.

Secara keseluruhan, literatur menunjukkan bahwa intervensi yang paling efektif adalah yang bersifat komprehensif, menggabungkan pendekatan edukatif, dukungan emosional, pelatihan tenaga kesehatan, dan integrasi nilai budaya lokal. Keberhasilan intervensi sangat bergantung pada keterlibatan multiaktor, konsistensi pelaksanaan, dan keberlanjutan program. Oleh karena itu, perencanaan program ASI eksklusif harus dirancang secara holistik dengan mempertimbangkan konteks sosial, budaya, dan kelembagaan yang spesifik di setiap wilayah.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik psikologis, sosial, budaya, maupun intervensi yang diterapkan. Efikasi diri ibu, tingkat stres, serta dukungan dari suami, keluarga, dan tenaga kesehatan sangat menentukan keberhasilan menyusui. Di sisi lain, kepercayaan budaya yang keliru seperti penolakan terhadap kolostrum dan pemberian makanan prelaktal masih menjadi penghambat. Pengetahuan dan sikap ibu juga sangat berperan, sehingga edukasi yang tepat dan sesuai konteks sangat dibutuhkan. Berbagai intervensi seperti dukungan kelompok ibu menyusui, program rumah sakit ramah bayi (BFHI), konseling laktasi, serta pelibatan tokoh masyarakat terbukti efektif meningkatkan cakupan ASI eksklusif. Intervensi yang paling berhasil adalah yang melibatkan banyak pihak, sensitif terhadap budaya lokal, dan dilakukan secara berkelanjutan. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang menyeluruh dalam mendukung ASI eksklusif, yaitu melalui edukasi sejak masa kehamilan, peningkatan dukungan keluarga, pelatihan tenaga kesehatan, serta kebijakan yang berpihak pada ibu menyusui. Program yang dirancang dengan mempertimbangkan kondisi sosial budaya masyarakat akan lebih mudah diterima dan

memberikan dampak yang lebih kuat dalam jangka panjang.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I Made Sudarma, Ni Wayan Trisnadewi, Ni Putu Wiwik Oktaviani, and Seri Asnawati Munthe. 2021. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Penerbit Yayasan Kita Menulis.
- Alwi, Juwitriani et al. 2023. *Metode Penelitian Epidemiologi*. Media Sains Indonesia.
- Amin, Andi Nurzakiah. 2020. "Pengaruh 'Emo Demo Dan Penguatan Multilevel Approach' Terhadap Pemberian Asi Eksklusif Berbasis Desa Di Kabupaten Bulukumba." Masyarakat Universitas Hasanuddin.
- Andyna, Cut. 2022. "Fenomena Budaya Masyarakat Aceh Terhadap Perilaku Pemberian ASI Eksklusif." *Aceh Anthropological Journal* 6(1): 46.
- Chen, Tzu-Ling, Li-Li Chen, and Meei-Ling Gau. 2024. "Association Between Breastfeeding Friendly Environmental Factors and Breastfeeding Practices at 6 Months in Mothers in Taiwan." *International Breastfeeding Journal* 19(1): 78.
- Chen, Yuelu et al. 2023. "Factors Associated with Exclusive Breastfeeding During Postpartum in Lanzhou City, China: A Cross-Sectional Study." *Frontiers in Public Health* 11: 1089764.
- Darise, Githa Koeserawati, Nelfa Fitria Takahepis, and Helly M Katuuk. 2025. "Pengaruh Edukasi Melalui Media Booklet Terhadap Pengetahuan Ibu Nifas Dalam Pemberian ASI Pada Bayi Usia 0–3 Hari." *Jurnal Praba: Jurnal Rumpun Kesehatan Umum* 3(2): 100–107.
- Dieterich, Rachel Renee, Susan Sereika, and Jill Demirci. 2022. "Early Postpartum Patterns of Breastfeeding Exclusivity and Perceived Insufficient Milk by Prepregnancy Body Mass Index." *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing* 51(2): 205–17.
- G/Slassie, Maezu, Zelalem Nigussie Azene, Abuhay Mulunesh, and Tesfa Sewunet Alamneh. 2021. "Delayed Breast Feeding Initiation Increases the Odds of Colostrum Avoidance Among Mothers in Northwest Ethiopia: A Community-Based Cross-Sectional Study." *Archives*

- of *Public Health* 79(1): 44.
- Gila-Díaz, Andrea et al. 2020. "Association Between Maternal Postpartum Depression, Stress, Optimism, and Breastfeeding Pattern in the First Six Months." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17(19): 7153.
- Harahap, Kartini, Nurhayati, Arafat, and Itgo Hatchi. 2024. *Metode Penelitian*. PT Media Penerbit Indonesia.
- Heriyanto, Heriyanto. 2018. "Thematic Analysis Sebagai Metode Menganalisa Data Untuk Penelitian Kualitatif." *Anuva: Jurnal Kajian Budaya, Perpustakaan, dan Informasi* 2(3): 317–24.
- Inano, Hitomi et al. 2021. "Factors Influencing Exclusive Breastfeeding Rates Until 6 Months Postpartum: The Japan Environment and Children's Study." *Scientific Reports* 11(1): 6841.
- Konukbay, Dilek, Emine Öksüz, and Gulden Guvenc. 2024. "Breastfeeding Self-Efficacy in Terms of Sleep Quality, Perceived Social Support, Depression and Certain Variables: A Cross-Sectional Study of Postpartum Women in Turkey." *BMC Pregnancy and Childbirth* 24(1): 231.
- Li, Linhua et al. 2022. "Determinants of Breastfeeding Self-Efficacy Among Postpartum Women in Rural China: A Cross-Sectional Study." *PloS one* 17(4): e0266273.
- Madum, Mohamad et al. 2024. *Metodologi Penelitian*. CV Angkasa Media Literasi.
- Mercan, Yeliz, and Kevser Tari Selcuk. 2021. "Association Between Postpartum Depression Level, Social Support Level and Breastfeeding Attitude and Breastfeeding Self-Efficacy in Early Postpartum Women." *PloS one* 16(4): e0249538.
- Mohammed, Fitsum Zekarias et al. 2025. "Colostrum Avoidance and Associated Factors Among Mothers of Children Under the Age of Six Months in Sekota Zuria Woreda, Waghimra Zone, Ethiopia." *BMC Pregnancy and Childbirth* 25(1): 605.
- Pratiwi, Ekasuma Helyaning, Wahida Yuliana, and Nova Hikmawati. 2024. "Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu Dengan Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Usia 7-12 Bulan Di Desa Cepoko Puskesmas Sumber Kabupaten Probolinggo." *ASSYIFA: Jurnal Ilmu Kesehatan* 2(1): 146–58.
- Rodríguez-Gallego, Isabel, Isabel Corrales-Gutierrez, Diego Gomez-Baya, and Fatima Leon-Larios. 2024. "Effectiveness of A Postpartum Breastfeeding Support Group Intervention in Promoting Exclusive Breastfeeding and Perceived Self-Efficacy: A Multicentre Randomized Clinical Trial." *Nutrients* 16(7): 988.
- Rosmadewi, Rosmadewi, and Warjadin Aliyanto. 2022. "Pengaruh Pengembangan Model Suami Siaga Terhadap Dukungan Suami Pada Pelaksanaan Inisiasi Menyusu Dini." Poltekkes Tanjungkarang.
- Samosir, Frans Judea et al. 2025. "Kesehatan Mental Ibu Memengaruhi Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi: Scoping Review." *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan - Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara* 24(1): 111–24.
- Shafik, Fnyara Samir, Hoda Abd-Elazim Mohamed, Abdel Halim El-sayed Amin, and Magda Fawzy Hasab Allah. 2024. "Traditional Beliefs, Practices and the Factors Influencing It Among Postpartum Women." *Minia Scientific Nursing Journal* 15(2): 14–20.
- Wulandari, Dwi Lestari Palupi, Rovica Probowati. 2025. "Hubungan Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Asi Eksklusif Dengan Motivasi Menyusui Bayi." *Jurnal Penelitian Perawat Profesional* 7(1): 215–24.
- Zahra, Tamela, and Yeviza Puspitasari. 2024. "Faktor-Faktor Penyebab Gagalnya Pemberian Asi Eksklusif." *Jurnal Kesehatan Abdurahman* 13(1): 36–43.
- Zeng, Jing et al. 2024. "Father Support Breastfeeding Self-Efficacy Positively Affects Exclusive Breastfeeding at 6 Weeks Postpartum and Its Influencing Factors in Southeast China: A Multi-Centre, Cross-Sectional Study." *BMC Public Health* 24(1): 2698.
- Zhang, Meifang. 2023. "On the Diversity of Scientific Culture and the Tradition of Postpartum Confinement in China." *Cultures of Science* 6(3): 263–68.