

EFIKASI DIRI DALAM MENYUSUI DENGAN KEBERHASILAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF

Oleh:
Dwi Indah Maulid
201520100008

Dosen Pembimbing :
Hesty Widowati, S.keb., Bd., M.keb

Progam Studi S1 Kebidanan
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
24 Juli, 2026



Pendahuluan

- ASI sebagai satu-satunya sumber nutrisi spesifik bagi bayi, memiliki peran krusial dalam membentuk status kesehatan sejak masa bayi hingga periode kehidupan berikutnya. ASI juga menjadi sistem perlindungan alami yang mendukung maturasi organ, perkembangan otak, serta ketahanan tubuh bayi terhadap penyakit infeksi.
- Komposisi ASI yang dinamis dipengaruhi oleh faktor maternal seperti pola makan, status gizi, dan gaya hidup, yang berperan penting dalam mendukung perkembangan kognitif, metabolisme, dan imunitas bayi.

Pendahuluan

- ASI memiliki peranan yang sangat penting dalam menjaga kesehatan dan tumbuh kembang bayi. Kandungan nutrisi dalam ASI seperti protein, vitamin, lemak, DHA, dan Asam Arakidonat (AA) berfungsi membantu pertumbuhan otak serta meningkatkan kecerdasan anak, sistem saraf, retina mata.
- Pemberian ASI eksklusif memberikan manfaat tidak hanya bagi bayi, tetapi juga bagi ibu menyusui dapat mempererat ikatan batin dengan bayi, lebih hemat biaya, dan membantu menurunkan risiko kanker payudara.

Pendahuluan

- Pemerintah Indonesia melalui Kementerian Kesehatan telah menetapkan target nasional cakupan pemberian ASI eksklusif sebesar $\geq 80\%$ untuk periode 2024–2025. Target tersebut sejalan dengan tujuan Rencana Strategis Nasional Bidang Kesehatan serta mendukung Sustainable Development Goals (SDGs) terutama poin ketiga tentang kesehatan dan kesejahteraan.
- Persentase pemberian ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2024 menurut BPS adalah sebesar 74,73%, hampir mencapai target 80%. Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta telah mencapai persentase keberhasilan ASI eksklusif hingga 80,42%.

Pendahuluan

- Menurut data profil Dinas Kesehatan Jawa Timur, Cakupan ASI eksklusif di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2021-2023 secara berturut-turut adalah 67%, 73,6%, dan 74,8%. Hal tersebut bahwa pada tahun 2023 Provinsi Jawa Timur masih belum mencapai target. Sedangkan pada tahun 2024 cakupan ASI Eksklusif belum di publikasikan.
- Menurut F. Nabila and S. A. Triastin (2024) Di Sidoarjo, cakupan ASI eksklusif tercatat 61,39% pada tahun 2021, namun turun menjadi 54,29% pada tahun 2022, meningkat pada tahun 2023 yaitu 76,9%. Data cakupan ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Candi pada tahun 2023 menunjukkan angka 63,78%. Angka ini masih jauh dari target indikator yang ditetapkan pemerintah, yakni 80%.

Pendahuluan

- Menurut teori perilaku kesehatan yang dikemukakan oleh Lawrence Green (Fikawati, 2020), perilaku seseorang dalam memberikan ASI dipengaruhi oleh tiga faktor utama, yaitu faktor predisposisi yakni faktor internal yang mempengaruhi perilaku ibu dalam pemberian ASI eksklusif meliputi usia, pendidikan, pengetahuan, sikap dan efikasi diri.
- Sedangkan faktor pendukung (faktor yang memfasilitasi ibu dalam memberikan ASI eksklusif) contohnya fasilitas kesehatan, akses informasi dan konseling laktasi, serta faktor penguat (faktor yang memberikan dorongan kepada ibu untuk mempertahankan perilaku menyusui) yaitu dukungan keluarga dan tenaga kesehatan.

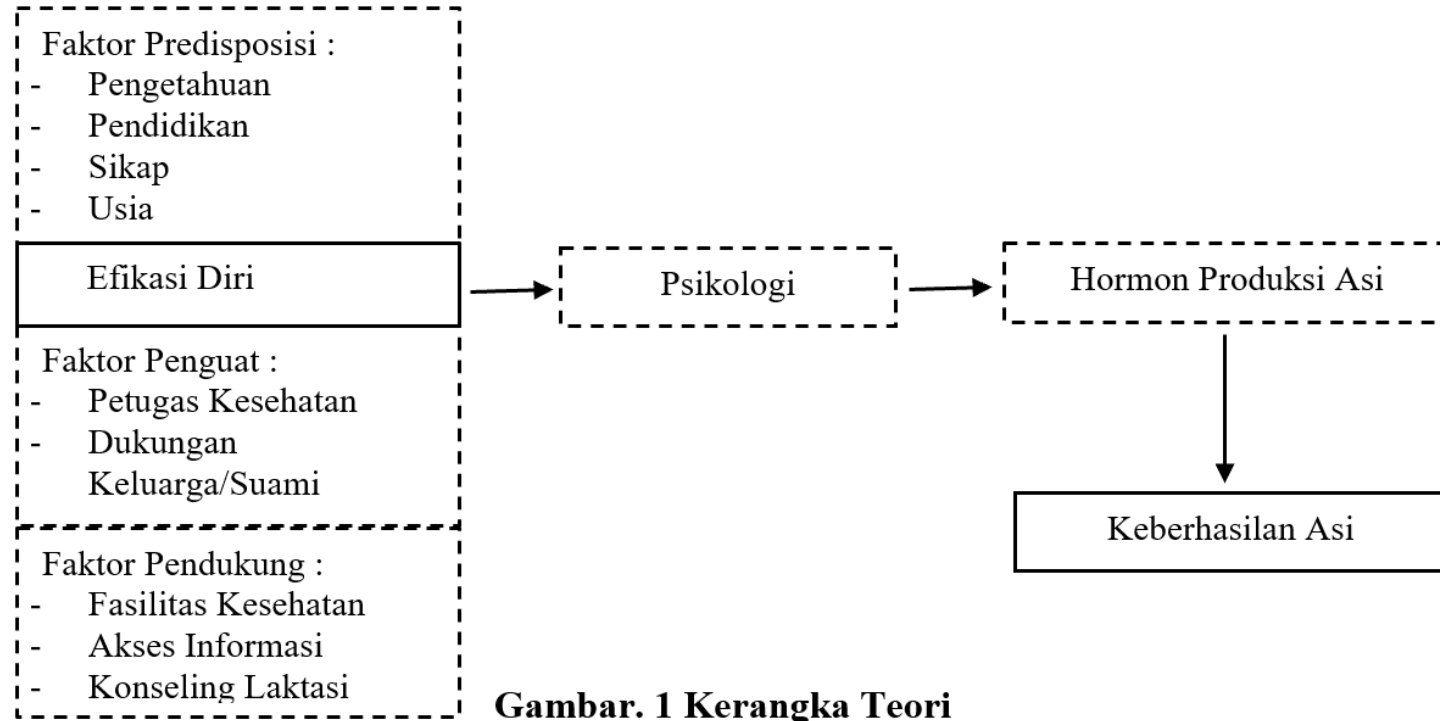
Pendahuluan

- Efikasi diri yang rendah pada ibu umumnya dipengaruhi oleh faktor edukasi dan dukungan sosial. Aspek edukasi meliputi keterbatasan pemahaman ibu terkait manfaat ASI eksklusif, teknik menyusui yang benar, metode memerah ASI.
- Peran lingkungan sosial tidak kalah penting dalam mendukung ibu. Dukungan tersebut mencakup aspek emosional, informasional, dan praktis yang berasal dari keluarga, khususnya suami, tenaga kesehatan, maupun komunitas masyarakat.
- Ibu yang memperoleh dukungan yang optimal cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih baik, kondisi emosional yang lebih stabil, serta kemampuan yang lebih tinggi dalam menghadapi berbagai tantangan, sehingga peluang keberhasilan menyusui menjadi lebih besar.

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

- Apakah ada hubungan antara Efikasi diri dalam menyusui terhadap keberhasilan pemberian ASI Eksklusif di Posyandu Krembung?

Kerangka Teori



Gambar. 1 Kerangka Teori

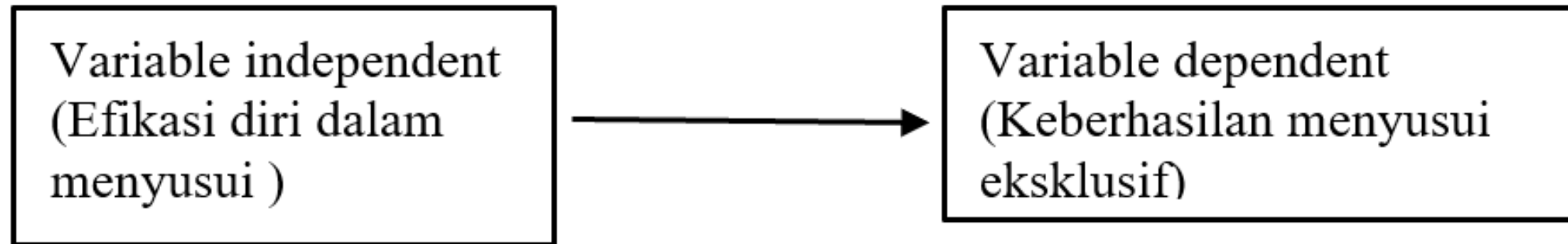
Sumber : Mengacu pada teori perilaku kesehatan yang dikembangkan oleh Lawrence Green (Fikawati, 2020).

Keterangan :

—— : Di teliti

----- : Tidak diteliti

Kerangka Konsep



Metode

- Desain penelitian : Observasional kuantitatif dengan desain *cross sectional*
- Populasi : Seluruh ibu yang mempunyai balita usia 6-12 bulan yang berada di wilayah posyandu Krembung, penelitian dilaksanakan pada bulan april-juli 2026.
- Sampel Penelitian : Sebanyak 30 responden.

Metode

- Teknik pengambilan sampel : *total sampling*.
- Adapun Kriteria inklusi yaitu Ibu yang mempunyai bayi berusia 6-12 bulan, Bersedia menjadi responden (informed consent), Dapat membaca/berkomunikasi dengan baik dan Memiliki riwayat menyusui bayi secara Eksklusif. Sedangkan untuk Kriteria Eksklusi meliputi Bayi dengan kelainan kongenital yang menghambat menyusui (celah bibir/langit-langit berat), Ibu atau bayi dengan kondisi medis tertentu yang kontraindikasi menyusui dan Data pengisian kuesioner tidak lengkap.

Metode

- Instrumen penelitian : kuesioner karakteristik responden terdiri dari usia ibu dan anak, pekerjaan, pendidikan terakhir, jumlah anak dan kuesioner Breastfeeding Self Efficacy Scale-Short Form (BSES-SF) yaitu terdiri dari 14 item dengan semua item disajikan dalam pernyataan positif dan diberi skor dengan menggunakan skala likert yaitu rentang 1-5.
- Analisis Data : penelitian ini dilakukan dengan menggunakan SPSS. Baik teknik univariat maupun bivariat. Sedangkan uji statistik yang digunakan adalah uji exact fisher.

Hasil

1. Karakteristik Distribusi Responden

Karakteristik Distribusi Responden Ibu dan Anak		
Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Usia Ibu		
<20 tahun - >35 tahun	5	16.7
20 tahun - 35 tahun	25	83.3
Pendidikan Ibu		
Tidak sekolah/SD/SMP	3	10.0
SMA/Perguruan Tinggi	27	90.0
Pekerjaan		
Bekerja	10	33.3
Tidak bekerja	20	66.7
Jumlah Anak		
≤ 2	29	96,7
> 2	1	3,3
Usia Anak		
6-9 bulan	3	10.0
10-12 bulan	27	90.0

Pembahasan

Karakteristik Responden

- Berdasarkan tabel 1. Karakteristik distribusi responden menunjukkan bahwa Sebagian besar responden berusia 20-35 tahun (83.3%). Untuk Pendidikan ibu sebagian besar adalah SMA/ perguruan tinggi sebesar 27 responden (90%). Untuk status pekerjaan sebagian besar ibu tidak bekerja 20 responden (66.7%). Pada karakteristik jumlah anak hampir seluruh responden memiliki jumlah anak ≤ 2 (96,7%) atau 29 responden. Untuk karakteristik usia anak Sebagian besar 27 responden (90%) berusia 10-12 bulan.

Hasil

2. Data Khusus

Tabel. 2 Data Khusus

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Presentase (%)	Median
ASI Eksklusif			
Berhasil	23	76.7	
Tidak Berhasil	7	23.3	
Efikasi Diri			64
Baik	21	70.0	
Kurang Baik	9	30.0	

Pembahasan

Karakteristik Responden

- Berdasarkan tabel 2. Menunjukkan bahwa sebagian besar (83.3%) yakni keberhasilan dalam memberikan ASI eksklusif berdasarkan hasil evaluasi tingkat efikasi diri, serta sebagian besar (70.0%) ibu tergolong memiliki efikasi diri yang baik.

Hasil

3. Hubungan Efikasi Diri dengan ASI Eksklusif

Tabel 3 Analisis Tabulasi Silang Efikasi diri terhadap ASI Eksklusif di Posyandu Krembung

<u>Variabel</u>	<u>Pemberian ASI</u>		<u>Total</u> n (%)	<i>p-value</i>
	<u>Berhasil</u> n (%)	<u>Tidak Berhasil</u> n (%)		
<u>Efikasi Diri</u>				
Baik	19 (63.3)	2 (6.7)	21(70.0)	0.014
Kurang Baik	4 (13.3)	5 (16.7)	9 (30.0)	
<u>Jumlah</u>	23(76.7)	7(23,3)	30(100)	

Pembahasan

Karakteristik Responden

- Berdasarkan data pada Tabel 3, terlihat bahwa keberhasilan menyusui secara eksklusif lebih banyak terjadi pada ibu dengan efikasi diri, yang tergolong tinggi, yaitu sebesar 63,3%, sedangkan yang tidak berhasil hanya 6,7%. Di sisi lain, ibu dengan Tingkat efikasi diri kurang baik lebih banyak berada pada kelompok yang tidak berhasil memberikan ASI eksklusif (13,3%) dibandingkan kelompok yang berhasil (16,7%).

Pembahasan

Karakteristik Responden

- Berdasarkan analisis bivariat menggunakan uji *exact fisher* didapatkan *p-value* 0.014. Hasil penelitian mengungkapkan adanya hubungan yang bermakna antara efikasi diri ibu dan pelaksanaan menyusui secara eksklusif.

Pembahasan

Hubungan antara efikasi diri dengan keberhasilan ASI Eksklusif

- Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa keberhasilan pemberian ASI eksklusif berkaitan dengan tingkat efikasi diri ibu. Hal ini bisa dikarenakan pendidikan ibu Sebagian besar SMA/ perguruan tinggi sehingga ibu memiliki pengetahuan cukup baik yang dapat membentuk efikasi diri yang baik.

Pembahasan

Hubungan antara efikasi diri dengan keberhasilan ASI Eksklusif

- Rendahnya rasa percaya diri, disertai perasaan ragu dan gagal dalam menyusui, dapat memperlambat kerja hormon oksitosin sehingga proses pengeluaran ASI menjadi kurang optimal. Hormon oksitosin secara signifikan memengaruhi sel-sel mioepitel yang mengelilingi alveoli payudara, memfasilitasi kontraksi sel-sel tersebut dan selanjutnya melepaskan ASI dari kelenjar susu.

Pembahasan

Hubungan antara efikasi diri dengan keberhasilan ASI Eksklusif

- Keberlangsungan proses laktasi sangat bergantung pada keterpaduan antara aspek fisiologis (seperti kontraksi mioepitel yang dipicu oleh oksitosin) dan psikologis (seperti ketenangan dan rasa percaya diri ibu), yang secara bersama-sama membentuk kondisi ideal bagi praktik pemberian ASI yang optimal dan nyaman bagi ibu maupun bayinya.

Pembahasan

Hubungan antara efikasi diri dengan keberhasilan ASI Eksklusif

- Tingkat self-efficacy yang tinggi pada ibu berkontribusi terhadap kemampuannya untuk menghadapi berbagai kendala dalam proses menyusui, termasuk masalah laktasi dan stres, dengan lebih percaya diri. Kondisi tersebut meningkatkan motivasi dan komitmen ibu untuk mempertahankan pemberian ASI eksklusif hingga waktu yang dianjurkan.

Pembahasan

Hubungan antara efikasi diri dengan keberhasilan ASI Eksklusif

- Keadaan emosional yang rileks pada ibu dapat merangsang produksi ASI menjadi lebih optimal, sehingga asupan ASI yang dibutuhkan bayi dapat terpenuhi. Sebaliknya, ibu yang kurang percaya diri mungkin menghadapi kesulitan lebih besar dalam menyusui secara eksklusif dan mungkin lebih cepat beralih ke alternatif seperti susu formula.

Simpulan

- Temuan penelitian ini mengindikasikan bahwa efikasi diri berhubungan secara bermakna terhadap keberhasilan pemberian ASI secara eksklusif. Ibu yang mempunyai efikasi diri yang tinggi cenderung memiliki peluang yang lebih besar untuk berhasil memberikan ASI eksklusif, sedangkan ibu dengan efikasi diri yang relative rendah cenderung tidak berhasil dalam memberikan ASI eksklusif.

Referensi

- [1] V. Demers-mathieu and C. Billeaud, "Editorial: Human milk , nutrition and infant development," *Front. inNutrition*, 2024, doi: <https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1525112>.
- [2] G. Favara *et al.*, "Maternal Lifestyle Factors Affecting Breast Milk Composition and Infant Health: A Systematic Review," *Nutrients*, pp. 2–14, 2025, doi: <https://doi.org/10.3390/nu17010062>.
- [3] H. A. Zulfa, B. Adhayati, Y. N. Prameswari, R. Amelia, N. B. Ulfah, and L. Hermawati, "Asi sebagai intervensi kesehatan ibu dan anak," *J. JOUBAHS*, vol. 5, no. 2, pp. 235–248, 2025, doi: <https://doi.org/10.47080/gh2m9936>.
- [4] S. Z. E. Ari Pebru Nurlaily, Rohmatika Dheny, "STRATEGI PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU TENTANG PENTINGNYA ASI EKSKLUSIF MELALUI E-BOOK DALAM MENCEGAH KEGAWATAN STATUS GIZI DI JETIS SUKOHARJO," *[JURNAL Kreat. Pengabd. Kpd. Masy., vol. 5, no. 8, pp. 2532–2543, 2022, doi: https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i8.6939*.
- [5] S. A. Sampe, R. C. Toban, and M. A. Madi, "Hubungan Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita," *J. Ilm. Kesehat. Sandi Husada*, vol. 11, no. 1, pp. 448–455, 2020, doi: [10.35816/jiskh.v10i2.314](https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.314).
- [6] P. Yuliantie, P. V. Darsono, and F. Yuliana, "Identifikasi Breastfeeding Self Efficacy pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Lanjas," *Heal. Res. J. Indones., vol. 4, no. 3, pp. 153–158, 2026, doi: https://doi.org/10.63004/hrji.v4i3.1073*.
- [7] W. D. M. Silfia Sekar Arum Mandalia Elly Susanti, Srimulti, Nurwahidah, Alifariani Aulia, "PENGARUH METODE SPEOS TERHADAP KELANCARAN ASI PADA IBU NIFAS," *J. Lang. Heal., vol. 5, no. 3, pp. 1513–1520, 2024, doi: https://doi.org/10.37287/jlh.v5i3.5579*.
- [8] Fadilla Maharani and E. Yuliaswati, "Hubungan Breastfeeding Self-Efficacy (BSEF) dengan Pemberian ASI Eksklusif," *J. Anestesi J. Ilmu Kesehat. dan Kedokt., vol. 2, no. 4, pp. 234–242, 2024, doi: https://doi.org/10.59680/anestesi.v2i4.1407*.
- [9] I. A. Normaningtyas, "ANALISIS HUBUNGAN ASI EKSKLUSIF DENGAN PNEUMONIA BALITA DI JAWA TIMUR (2021-2023)," *J. Kesehat. TAMBUSAI*, vol. 6, no. 1, pp. 3608–3614, 2025, doi: <https://doi.org/10.31004/jkt.v6i1.43645>.
- [10] F. Nabila and S. A. Triastin, "Perbedaan Perkembangan Motorik Halus Pada Bayi 0-6 Bulan Yang diberikan ASI Eksklusif dan Non ASI Eksklusif," *Indones. J. Midwifery*, vol. 4, no. 1, pp. 8–15, 2024, doi: [10.30587/ijmt.v4i1.8821](https://doi.org/10.30587/ijmt.v4i1.8821).

Referensi

- [11] V. Tumiar, S. Wahyu, and W. Ningsih, "HUBUNGAN BREASTFEEDING SELF EFFICACY IBU MENYUSUI TERHADAP KEBERHASILAN ASI EKSKLUSIF PADA BAYI 0-6 BULAN DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS NGABANG," *J. Ners Univ. Pahlawan*, vol. 8, no. 1, pp. 1116–1121, 2024, doi: <https://doi.org/10.31004/jn.v8i1.23112>.
- [12] A. W. Rifkawati, "Hubungan Pengetahuan Ibu , Pekerjaan dan Dukungan Keluarga dalam Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Umur 6-12 Bulan di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sebakung Jaya," *J. Soc. Sci. Res.*, vol. 5, no. 3, pp. 772–790, 2025, doi: <https://doi.org/10.31004/innovative.v5i3.18974>.
- [13] A. N. A. Hasrianti, Nursyahfitri, "PENATALAKSANAAN EFIKASI DIRI YANG KURANG DALAM MENYUSUI KUSUMA DEWI , S . ST ., SH DI KOTA MAKASSAR MANAGEMENT OF INEFFECTIVE SELF-PENATALAKSANAAN EFIKASI DIRI YANG KURANG DALAM MENYUSUI ASI PADA IBU NIFAS FISIOLOGIS HARI 3-7 PADA TPMB BD HJ. IRMA KUSUMA , " *J. Heal. Qual. Dev.*, vol. 3, no. 1, pp. 11–22, 2023, doi: <https://doi.org/10.51577/jhqd.v3i1.854>.
- [14] Z. Yuniarti, "Efikasi Diri, Onset Laktasi Dan Pemberian Colostrum Dalam Pemberian Asi Pada Neonatus," *J. Kebidanan Bestari*, vol. 2, no. 1, pp. 51–61, 2020.
- [15] E. H. Pratiwi, W. Yuliana, and N. Hikmawati, "Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu Dengan Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Usia 7-12 Bulan Di Desa Cepoko Puskesmas Sumber Kabupaten Probolinggo," *ASSYIFA J. Ilmu Kesehat.*, vol. 2, no. 1, pp. 146–158, 2024, doi: [10.62085/ajk.v2i1.43](https://doi.org/10.62085/ajk.v2i1.43).
- [16] K. T. Lilis Dwi Kristyaningrum, "Pengaruh Metode Pemberian ASI terhadap Durasi Pemberian ASI: Systematic Literature Review," *Media Publ. Promosi Kesehat. Indones.*, vol. 7, no. 1, pp. 39–50, 2024, doi: <https://doi.org/10.31934/mparki.v7i1.3744> MPPKI.
- [17] L. S. Hayatun Nufus, Emirelda, "TINGKAT PENGETAHUAN IBU MENYUSUI TERHADAP ASI EKSKLUSIF DI PUSKESMAS JEULINGKE BANDA ACEH," *J. Heal. Sains*, vol. 2, no. 2, pp. 189–196, 2021, doi: <https://doi.org/10.46799/jhs.v2i2.116>.
- [18] D. Purwaningsih and N. Rudiyantri, "Optimalisasi Peran Kader Kesehatan Untuk Capaian Keberhasilan ASI Eksklusif di Wilayah Desa Binaan Karang Anyar Optimizing the Role of Health Cadres to Achieve Successful Exclusive Breastfeeding in the Karang Anyar Village," *J. Pengabd. Kesehat.*, vol. 6, no. 3, pp. 95–101, 2025, doi: <https://doi.org/10.26630/beguajejama.v6i3.5501>.
- [19] A. Y. Ropitasari, "PENGARUH PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF TERHADAP PERKEMBANGAN KOGNITIF BAYI DI USIA 6 BULAN," *J. Rev. Pendidik. dan Pengajaran*, vol. 7, no. 4, pp. 13947–13952, 2024, doi: <https://doi.org/10.31004/jrpp.v7i4.35230>.
- [20] I. A. Z. Elvia Metti, "Pengaruh manajemen laktasi paket breast terhadap masalah laktasi ibu menyusui di wilayah kerja puskesmas nanggalo padang," *J. Penelit. dan Kaji. Ilm.*, vol. XIII, no. 9, pp. 30–36, 2019, doi: <https://doi.org/10.33559/mi.v13i9.1551>.

