

Self-Efficacy in Breastfeeding and the Success of Exclusive Breastfeeding

[Efikasi Diri dalam Menyusui dengan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif]

Dwi Indah Maulid¹⁾, Hesty Widowati^{*,2)}

¹⁾Program Studi S1 Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

²⁾Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

*Email Penulis Korespondensi : hesty@umsida.ac.id

Abstract. *Breastfeeding coverage in Sidoarjo Regency in 2023 was recorded at 76.9%, which remains below the government's target of 80%. Exclusive breastfeeding behavior is influenced by predisposing factors, enabling factors, and reinforcing factors. One of the predisposing factors is maternal self-efficacy. This study aims to determine the relationship between self-efficacy in breastfeeding and the success of exclusive breastfeeding. The study used a cross-sectional design. The study population consisted of all mothers with infants aged 6–12 months registered at the Krembung Posyandu in July 2026. The required sample size was 30 respondents, and total sampling was used. The research instrument used was the Breastfeeding Self-Efficacy Scale-Short Form (BSES-SF) questionnaire. The statistical test used was Fisher's exact test. The results of this study concluded that there is a relationship between self-efficacy and the success of exclusive breastfeeding, with a p-value of 0.014. Good maternal self-efficacy supports exclusive breastfeeding.*

Keywords – Self-Efficacy, Breastfeeding, Success in Exclusive Breastfeeding.

Abstrak. Cakupan asi di wilayah Kabupaten Sidoarjo pada tahun 2023 tercatat sebesar 76,9%, yang masih berada di bawah target pemerintah sebesar 80%. Perilaku pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh faktor predisposisi, faktor pendukung, dan faktor penguat. Faktor predisposisi salah satunya adalah efikasi diri ibu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan efikasi diri dalam menyusui dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Penelitian menggunakan desain *cross-sectional*. Populasi yang diteliti adalah seluruh ibu yang mempunyai balita usia 6-12 bulan yang terdaftar di Posyandu Krembung pada bulan juli 2026. Jumlah sampel yang dibutuhkan yaitu 30 responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *Breastfeeding Self Efficacy Scale-Short Form* (BSES-SF). Uji statistik yang digunakan adalah uji *exact fisher*. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa ada hubungan antara efikasi diri dengan keberhasilan ASI Eksklusif dengan *p-value* 0.014. efikasi diri ibu yang baik akan mendukung pemberian ASI Eksklusif.

Kata Kunci – Efikasi Diri, Menyusui, Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif.

I. PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan produk biologis secara evolusioner dirancang untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dan imunologis bayi sejak awal kehidupan[1]. Kandungan gizi dalam ASI, seperti protein, vitamin, lemak, DHA, dan AA, berperan penting dalam mendukung perkembangan otak, sistem saraf, dan penglihatan bayi serta meningkatkan kecerdasan anak. Bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif beresiko lebih tinggi mengalami gizi buruk, diare, dan stunting[2].

Pemerintah Indonesia melalui Kementerian Kesehatan telah menetapkan target nasional cakupan pemberian ASI eksklusif sebesar $\geq 80\%$ untuk periode tahun 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[3]. Data Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa persentase pemberian ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2024 sebesar 74,73%, sehingga capaian tersebut sudah mendekati target yang ditetapkan, yaitu 80%[4].

Data Profil Dinas Kesehatan Jawa Timur menunjukkan bahwa cakupan ASI eksklusif di Provinsi Jawa Timur mengalami peningkatan dari 67% pada tahun 2021 menjadi 73,6% pada tahun 2022 dan pada tahun 2023 menjadi 74,8%. Namun, capaian tersebut masih berada di bawah target yang ditetapkan[5]. Adapun di wilayah Kabupaten Sidoarjo, Data tahun 2023 menunjukkan bahwa cakupan ASI eksklusif baru mencapai 76,9%, sehingga masih berada di bawah sasaran pemerintah yang ditetapkan sebesar 80%[6].

Lawrence Green melalui teori perilaku kesehatan (Fikawati, 2020) menyatakan bahwa perilaku dalam memberikan ASI eksklusif dipengaruhi oleh faktor predisposisi, faktor pendukung, serta faktor penguat. Faktor predisposisi meliputi karakteristik ibu, seperti usia, tingkat pendidikan, pengetahuan, sikap, dan efikasi diri. Di sisi lain, faktor pendukung mencakup tersedianya fasilitas kesehatan, akses informasi, serta pelayanan konseling laktasi. Sementara itu, faktor penguat berupa dukungan keluarga dan tenaga kesehatan yang berperan dalam mempertahankan praktik pemberian ASI eksklusif[7]. Efikasi diri yang rendah pada ibu dipengaruhi oleh kurangnya edukasi dan dukungan sosial. Keterbatasan pengetahuan mengenai manfaat ASI eksklusif, teknik menyusui, cara memerah ASI, serta manajemen laktasi dapat mengurangi keyakinan ibu dalam menyusui[8].

Efikasi diri merupakan salah satu faktor yang dapat memperkuat motivasi ibu dalam memberikan ASI[9]. Efikasi diri ibu dalam menyusui dipengaruhi oleh tingkat kepercayaan dirinya. Setiap ibu memiliki tingkat efikasi diri yang bervariasi, sehingga kondisi tersebut menjadi salah satu faktor yang menentukan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Faktor-faktor seperti status pekerjaan dan tingkat pengetahuan ibu diduga berkontribusi terhadap terbentuknya rasa percaya diri dan keyakinan ibu dalam menjalankan proses menyusui[10].

Teori *self-efficacy* menjelaskan bahwa ibu menyusui menggunakan empat sumber informasi utama dalam menilai kemampuan dirinya untuk menyusui bayi. Faktor-faktor tersebut meliputi pengalaman keberhasilan menyusui sebelumnya, pengalaman tidak langsung yang diperoleh melalui observasi terhadap ibu lain yang menyusui maupun melalui *peer counseling*, persuasi verbal yang diwujudkan dalam dukungan sosial yang diperoleh dari teman, keluarga, dan konsultan laktasi, bersama dengan respons fisiologis yang meliputi nyeri, rasa lelah, kecemasan, serta stres. Empat sumber informasi menjadi landasan dalam pembentukan keyakinan ibu terhadap kemampuannya untuk menyusui. Informasi tersebut menjadi dasar bagi ibu untuk menilai kemampuannya dalam melanjutkan pemberian ASI eksklusif hingga usia dalam kurun waktu enam bulan atau memilih menyediakan makanan dan minuman pendamping serta menghentikan proses menyusui. Kelengkapan informasi yang diperoleh ibu berkontribusi terhadap meningkatnya tingkat efikasi diri dalam menyusui[11].

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[12].

Berdasarkan latar belakang di atas pentingnya ibu memiliki efikasi diri dan dukungan untuk bisa berhasil memberikan ASI dikarenakan apabila efikasi diri dan dukungan yang diterima ibu tidak terpenuhi dengan baik, maka kemungkinan keberhasilan pemberian ASI eksklusif menjadi lebih rendah. Dampaknya, pertumbuhan dan perkembangan bayi dapat terganggu, baik dari aspek fisik, daya tahan tubuh, maupun perkembangan kognitif dan emosional. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian dengan tujuan menganalisis “Efikasi Diri dalam Menyusui dengan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif”.

II. METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross-sectional*. Variabel independent dalam penelitian ini yaitu efikasi diri dalam menyusui, sedangkan variabel dependen yakni keberhasilan menyusui eksklusif. Studi ini dilakukan untuk menganalisis hubungan antara efikasi diri dalam menyusui, dengan keberhasilan praktik pemberian ASI eksklusif. Populasi yang diteliti seluruh partisipan yang merupakan ibu mempunyai balita dengan rentang usia 6-12 bulan yang terdaftar di Posyandu Krembung pada bulan juli 2026.

Jumlah sampel yang dibutuhkan pada penelitian ini 30 responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Subjek penelitian yang memenuhi kriteria inklusi adalah ibu yang memiliki bayi berusia 6–12 bulan, menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi sebagai responden melalui pemberian informed consent, serta memiliki kemampuan membaca dan berkomunikasi secara baik. Serta memiliki riwayat menyusui bayi secara eksklusif. Sedangkan kriteria eksklusinya meliputi Bayi dengan kelainan kongenital yang menghambat menyusu (celah bibir/langit-langit berat), Ibu atau bayi dengan kondisi medis tertentu yang kontraindikasi menyusui, Serta data pengisian kuesioner tidak lengkap.

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner yaitu terdiri dari umur, pekerjaan, pendidikan terakhir, usia anak, jumlah anak dan kuesioner *Breastfeeding Self Efficacy Scale-Short Form* (BSES-SF) terdiri dari 14 item dengan semua item disajikan dalam pernyataan positif dan diberi skor dengan menggunakan skala likert yaitu rentang 1-5. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan SPSS. Baik teknik univariat maupun bivariat. Sedangkan uji statistik yang digunakan adalah uji *exact fisher*[13].

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pada penelitian ini, data disusun menjadi dua kategori, yaitu data karakteristik umum, dan data khusus. Data yang bersifat umum meliputi, karakteristik responden yang dilihat dari aspek usia ibu, pendidikan seorang ibu, pekerjaan bagi ibu, jumlah anak serta usia anak. Di sisi lain kedua adalah data bersifat khusus yaitu ASI Eksklusif dan efikasi diri. Dari hasil pengisian kuisioner oleh 30 responden di posyandu Krembung bulan Juli tahun 2026 didapatkan hasil data sebagai berikut:

1. Karakteristik Distribusi Responden

Karakteristik distribusi responden dari 30 sampel disajikan dalam tabel berikut :

Tabel. 1 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

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 anak ≤2 (96,7%) atau 29 responden. Berdasarkan karakteristik usia anak sebagian besar 27 responden (90%) berusia 10-12 bulan.

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	

Berdasarkan tabel 2. Menunjukkan bahwa sebagian besar responden sebanyak 23 (76.7%) memiliki keberhasilan dalam memberikan ASI eksklusif berdasarkan hasil evaluasi tingkat efikasi diri, selain itu sebagian besar 21 responden (70.0%) tergolong memiliki efikasi diri yang baik. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai median skor efikasi diri responden adalah 64, yang digunakan sebagai titik potong dalam mengelompokkan efikasi diri menjadi kategori baik dan kurang baik.

3. Hubungan Efikasi Diri Terhadap ASI Eksklusif

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

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

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 sebesar 6,7%. Di sisi lain, ibu dengan Tingkat efikasi diri kurang baik lebih banyak berada pada kelompok yang tidak berhasil memberikan ASI eksklusif (16,7%) dibandingkan kelompok yang berhasil (13,3%).

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

Menurut Silaban dkk. (2021), Self-efficacy dalam menyusui mengacu pada tingkat efikasi diri dari seorang ibu terhadap kapasitasnya dalam menyusui serta memberikan air susu ibu kepada bayinya. Keyakinan tersebut memengaruhi keputusan ibu dalam menyusui, tingkat usaha yang diberikan, pola pikir yang terbentuk selama proses menyusui, serta kemampuan ibu dalam mengatasi berbagai tantangan dan kendala yang dihadapi[14]. Temuan penelitian ini mengindikasikan bahwa ibu dengan tingkat efikasi diri menyusui yang tinggi berkaitan kemampuan secara baik dalam menerapkan pemberian ASI eksklusif kepada bayinya dibandingkan ibu dengan tingkat efikasi diri yang rendah.

Temuan Hana dkk. (2022) memperkuat hasil penelitian mengenai adanya hubungan antara efikasi diri dan pemberian ASI eksklusif. Penelitian tersebut menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat kepercayaan diri ibu menyusui, semakin besar pula peluang keberhasilannya dalam memberikan ASI eksklusif[15]. Kepercayaan ibu terhadap kemampuannya dalam menyusui berkaitan dengan kelancaran produksi ASI. Penelitian Dinanda (2025) mendukung temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa ibu yang memiliki efikasi diri rendah cenderung menghadapi hambatan dalam produksi ASI, sementara ibu dengan efikasi diri yang tinggi umumnya memiliki produksi ASI yang lebih baik[16]. Sejalan dengan penelitian Viqy (2023), penelitian ini menemukan adanya hubungan yang signifikan antara breastfeeding self-efficacy dan keberhasilan pemberian, ASI secara eksklusif. Tingginya tingkat breastfeeding self-efficacy pada ibu berkaitan dengan kecenderungan yang lebih besar untuk berhasil memberikan ASI eksklusif kepada bayi[17].

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. Kondisi psikologis ibu secara khusus memengaruhi refleksi oksitosin; Perasaan cemas, stres, ketidakpastian, dan berkurangnya rasa percaya diri dapat menghambat pelepasan ASI. 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 seorang bayi[18].

Ibu yang memiliki efikasi diri rendah cenderung menunjukkan komitmen yang lebih lemah dalam menyusui, cenderung mengalami kesulitan dalam mengatasi berbagai hambatan yang timbul selama proses menyusui, serta lebih berfokus pada hambatan yang dialami. Keadaan ini dapat mengurangi keberhasilan pemberian ASI eksklusif sehingga bayi tidak memperoleh manfaat ASI secara eksklusif hingga usia enam bulan[19]. Tingkat efikasi diri yang tinggi memiliki hubungan dengan berkurangnya berbagai hambatan dalam menyusui serta terbentuknya persepsi yang positif terhadap pemberian ASI. Keyakinan terhadap kemampuan diri tersebut mendorong ibu untuk tetap konsisten dan berupaya mempertahankan praktik menyusui. Oleh sebab itu, efikasi diri yang tinggi menjadi salah satu faktor penting dalam meningkatkan cakupan pemberian ASI eksklusif[20].

Beberapa orang 6.7 % memiliki efikasi diri yang baik tapi tidak berhasil memberikan asi

eksklusif, salah satunya karena asi yang keluar sedikit. Serta kurangnya pengetahuan ibu tentang pemberian ASI eksklusif, sehingga ibu memilih memberikan susu formula kepada bayinya. Selain itu, tuntutan ekonomi yang dihadapi oleh keluarga yang mengharuskan ibu untuk bekerja, membuat ibu lebih memilih menitipkan bayinya kepada orang lain, seperti pada ibu/mertua. Ketika bayi sedang diasuh oleh orang lain, sebagian besar akan memberikan susu formula sebagai sumber makanan si bayi.

Peran tenaga kesehatan juga dapat memberikan dampak pada ibu dalam pemberian ASI eksklusif. Peran tenaga kesehatan dapat berupa pemberian edukasi, motivasi dan penjelasan yang tepat mengenai ASI eksklusif. Dukungan tenaga kesehatan dapat dimulai semenjak masa kehamilan. Semakin sering ibu melakukan pemeriksaan ANC (antenatal care), semakin tinggi pula keinginan untuk melakukan ASI eksklusif. Dukungan informasi yang dilakukan oleh tenaga kesehatan akan meningkatkan motivasi ibu memberikan ASI eksklusif dan meningkatkan self-efficacy dalam menyusui.

Dalam penelitian ini, ibu dengan efikasi diri tinggi lebih banyak mendominasi keberhasilan menyusui secara eksklusif. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh tersebut sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Dinanda (2025) Ibu yang percaya diri banyak memberikan ASI secara penuh kepada anaknya. Penelitian lain juga menyebutkan bahwa keyakinan diri seorang ibu terkait dengan berhasilnya pemberian ASI eksklusif. Rasa percaya diri yang baik membuat ibu lebih mau dan mampu untuk belajar serta menerapkan metode menyusui yang benar.

Di sisi lain penelitian ini juga mendapati ibu dengan tingkat efikasi diri kurang baik lebih banyak mengalami kegagalan dalam memberikan ASI eksklusif. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hasrianti et al., (2025) dimana faktor utama yang memengaruhi rendahnya efikasi diri lebih dominan berasal dari aspek psikologis, pengetahuan, persepsi pribadi, dan dukungan lingkungan. Banyak ibu belum mendapatkan informasi komprehensif mengenai pentingnya pemberian ASI sedini mungkin, dampak penggunaan dot dan susu formula, serta strategi mengatasi masalah seperti puting lecet atau bayi menolak menyusui. Kurangnya pengetahuan ini dapat memunculkan keraguan, kecemasan, dan perasaan tidak mampu. Selain itu, dukungan dari lingkungan sosial juga memegang peranan penting. Dukungan ini mencakup dukungan emosional, informasional, maupun praktis dari keluarga, terutama suami, serta tenaga kesehatan dan masyarakat.

Efikasi yang kurang baik masih bisa berhasil memberikan ASI eksklusif, karena ibu mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitar terutama dari suami. Penelitian yang di lakukan oleh Atika et al.,(2025) menyebutkan bahwa ibu yang mendapatkan dukungan dari suami memiliki tingkat keberhasilan ASI eksklusif sebesar 90%, sedangkan ibu yang tidak mendapatkan dukungan hanya mencapai keberhasilan sebesar 10%. Keterlibatan suami, berkontribusi signifikan dalam keberhasilan menyusui, terutama dalam menghadapi kendala seperti kelelahan dan kurangnya produksi ASI. Dengan adanya dukungan suami, ibu memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi, mampu menghadapi tantangan dalam menyusui, serta berada dalam lingkungan yang lebih mendukung untuk pemberian ASI eksklusif. Suami yang terlibat secara aktif, baik dalam memberikan dukungan emosional, apresiasi, maupun bantuan dalam tugas domestik, dapat membantu ibu tetap termotivasi untuk menyusui secara eksklusif.

Temuan penelitian mengindikasikan terdapat keterkaitan secara bermakna antara, bentuk self-efficacy ibu menyusui dan praktik penerapan pemberian ASI eksklusif. Efikasi diri mencerminkan kepercayaan ibu terhadap kemampuan dirinya dalam menyusui serta mempertahankan pemberian ASI eksklusif kepada bayi. 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. Keyakinan ini mendorong ibu untuk mencari informasi, dukungan, dan bantuan yang diperlukan untuk mengatasi kendala, dan meningkatkan komitmen mereka untuk memenuhi rekomendasi pemberian ASI eksklusif[21].

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. Dengan demikian, self-efficacy ibu menyusui mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif dan kesehatan serta kesejahteraan bayi secara keseluruhan[22].

IV. SIMPULAN

Temuan penelitian ini mengindikasikan bahwa efikasi diri berhubungan secara bermakna terhadap keberhasilan pemberian ASI secara eksklusif. Ibu yang mempunyai efikasi diri yang tinggi kecenderungan 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. Keberhasilan ASI eksklusif sangat didukung oleh edukasi teknik menyusui, manfaat ASI, cara pemerahan ASI, dan manajemen laktasi yang tepat dari tenaga kesehatan. Selain itu, dukungan fisik, emosional, motivasi dari suami, keluarga, serta kelompok sebaya sangat penting untuk meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam menyusui. Tingginya pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif, memiliki pengalaman menyusui yang baik, adanya dukungan yang baik oleh keluarga maupun tenaga kesehatan, serta dukungan dari peer support/ kelompok intervensi dapat meningkatkan self-efficacy ibu dalam memberikan ASI eksklusif pada bayi. Upaya tersebut diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu sehingga mendukung keberhasilan pemberian ASI Eksklusif.

REFERENSI

- [1] V. Demers-Mathieu And C. Billeaud, "Editorial : Human Milk , Nutrition And Infant Development," *Front. Innutrition*, 2024.
- [2] 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.
- [3] 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.
- [4] 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.
- [5] 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.
- [6] 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.
- [7] 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.
- [8] 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 Tpmh Bd Hj. Irma Kusuma ," *J. Heal. Qual. Dev.*, Vol. 3, No. 1, Pp. 11–22, 2023.
- [9] R. Saraha, R., H. & Umanailo, "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Keberhasilan Asi Eksklusif Relating Factors To The Success Of Exclusive Breastfeeding," *J. Kesehat. Poltekkes Kemenkes Ri Pangkalpinang*, Vol. 8, No. 1, Pp. 27–36, 2020.
- [10] E. P. Mudaharimbi, "Self-Efficacy Of Primigravida Working Mothers In The Success Of Breastfeeding," *J. Promkes*, Vol. 9, No. 1, P. 28, 2021.
- [11] H. Cahyalestari, I. D. Arya, And D. A. Gurnida, "Breastfeeding Self-Efficacy Pada Ibu Menyusui Di Kecamatan Soreang, Kabupaten Bandung Tahun 2019," *Ejournal Kedokt. Indones.*, Vol. 8, No. 3, P. 381674, 2021.
- [12] 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.
- [13] P. Amini, R. O. Samani, M. Sepidarkish, A. A. Hashiani, And M. Hosseini, "The Breastfeeding Self Efficacy Scale Short Form (Bses Ssf): A Validation Study In Iranian Mothers," *Bmc Res. Notes*, Pp. 1–6, 2019.
- [14] V. F. Silaban, V. Simamora, V. H. Tobing, V. T. Situmorang, W. Fadilla, 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*, Vol. 8, No. 1, P. 1116, 2024.
- [15] H. Fathiyah, Z. Jamaludin, C. R. Titaley, Y. D. Tando, And R. Tahitu, "Hubungan Efikasi Diri Ibu Dengan Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Waihaong , Kota Ambon," *Pattimura Med. Rev.*, Vol. 4, No. April, Pp. 27–35, 2022.
- [16] D. D. Setyorini And I. M. Putri, "Breastfeeding Self-Efficacy Berhubungan Dengan Keberhasilan

- Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi 6-12 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Umbulharjo I Kota Yogyakarta,” *Avicenna J. Heal. Res.*, Vol. 8, No. 2, Pp. 97–108, 2025.
- [17] V. Lestaluhu, “Hubungan Breastfeeding Self Efficacy Dan Dukungan Keluarga Dengan Keberhasilan Asi Eksklusif,” *Bina Gener. ; J. Kesehat.*, Vol. 1, No. 15, Pp. 56–61, 2023.
- [18] Yunarsih And N. Kap Nilasari Bunga, “Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Efikasi Diri Menyusui,” *J. Ilmu Kesehat.*, Vol. 14, No. 2, Pp. 192–202, 2026.
- [19] Agrina, H. Putri Sari, And Y. Nuraini, “Pekerjaan Ibu Dan Praktek Pemberian Air Susu Ibu (Asi) Di Daerah Perkotaan Saat Pandemi Covid 19,” *J. Kesehat. Med. Sainika*, Vol. 12, No. 2, Pp. 314–318, 2021.
- [20] Nuraini, Argina, And Jumaini, “Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Sikap Ibu Dalam Pemberian Asi Eksklusif The Relationship Between Family Support And Mother’s Attitude In Exclusive Breastfeeding,” *J. Ilmu Keperawatan*, Vol. 10, P. 1, 2022.
- [21] F. Darwika, “Faktor Yang Berhubungan Dengan Self-Efficacy Ibu Menyusui Terhadap Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Pakan Rabaa Kabupaten Lima Puluh Kota Tahun 2024,” *J. Kesehat. Ibu Dan Anak*, Vol. 2, No. 1, Pp. 210–229, 2026.
- [22] H. Rahmita, R. Ruspita, And R. Rahmi, “Hubungan Efikasi Diri Terhadap Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Bekerja Di Pabrik Kabupaten Sleman Yogyakarta,” *Al-Insyirah Midwifery J. Ilmu Kebidanan (Journal Midwifery Sci.*, Vol. 13, No. 1, Pp. 78–83, 2024.

Conflict of Interest Statement:

The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.