

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi terbaik bagi bayi. Pemberian ASI kepada bayi tanpa tambahan makanan atau minuman lain, termasuk air putih, selama enam bulan pertama kehidupan disebut sebagai ASI eksklusif. ASI Eksklusif memiliki kontribusi yang besar terhadap tumbuh kembang dan daya tahan tubuh anak (Kemenkes, 2018). UNICEF dan WHO merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, dimulai dari waktu satu jam setelah lahir hingga enam bulan pertama yang diyakini dapat meningkatkan perkembangan sensorik dan kognitif serta melindungi bayi dari penyakit menular dan kronis. ASI mengandung banyak nutrisi penting yang dibutuhkan bayi antara lain, vitamin, protein, lemak, karbohidrat, dan berbagai mineral penting lainnya (Masi & Stewart, 2024). Selain itu, menurut Wijaya, (2019) ASI yang pertama kali keluar sesaat setelah melahirkan mengandung kolostrum yang sarat nutrisi dan antibodi untuk melindungi bayi dari infeksi.

Secara nasional, proporsi pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0–5 bulan meningkat signifikan dari 52 % pada 2017 menjadi 68,6 % pada 2023. Namun, saat melihat indikator inisiasi menyusui dini (IMD), hanya 27 % bayi yang disusui dalam satu jam pertama setelah lahir. Saat periode 6 bulan, prevalensi ASI eksklusif tercatat 55,5 %. Sementara itu, data Riskesdas 2021 menampilkan angka yang lebih rendah, yaitu 52,5 % selama enam bulan pertama dan 48,6 % untuk inisiasi dini, turun dari 64,5 % dan 58,2 % pada 2018.

Distribusi pemberian ASI eksklusif sangat bervariasi antar provinsi-provinsi, seperti di Provinsi Nusa Tenggara Barat mencapai 87,9 %, sementara di provinsi Gorontalo, provinsi Papua, dan provinsi Sulawesi Utara masih di bawah 50 %. Wilayah Kalimantan menempati posisi terendah dengan persentase hanya 37,5 %, sementara wilayah Nusa Tenggara menjadi yang tertinggi dengan angka mencapai 72,3 % (Rahmani et al., 2023). Namun,

seiring waktu terjadi peningkatan yang cukup signifikan dalam cakupan ASI eksklusif di Indonesia. Berdasarkan laporan WHO (2025), cakupan nasional ASI eksklusif meningkat menjadi 66,4 % pada tahun 2024. Selain itu, data Dashboard Tim Percepatan Penurunan Stunting (TP2S) tahun 2022 menunjukkan bahwa persentase bayi usia 0–5 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif telah mencapai 72 % secara nasional (TP2S, 2025).

Secara regional, wilayah Nusa Tenggara tetap mencatatkan capaian tertinggi. Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) dan Nusa Tenggara Timur (NTT) menunjukkan angka pemberian ASI eksklusif sebesar 79,7 % dan 78,6 % secara berurutan pada tahun 2022, jauh di atas rata-rata nasional (KemenPPPA, 2023). Sementara itu, wilayah Kalimantan yang sebelumnya berada di posisi terbawah pada 2017, menunjukkan peningkatan yang berarti. Kalimantan Barat mencapai 72,7 %, Kalimantan Timur 76,6 %, Kalimantan Selatan 64,6 %, Kalimantan Tengah 55,3 %, dan Kalimantan Utara bahkan mencapai 78,7 % (KemenPPPA, 2023), Untuk Kota Tarakan sendiri 66.43 % (Dinkes kota Tarakan 2024). Perbaikan ini menunjukkan hasil dari berbagai intervensi pemerintah dan pemangku kepentingan dalam mendukung pemberian ASI eksklusif, baik melalui regulasi, edukasi ibu menyusui, maupun dukungan fasilitas kesehatan.

Dengan demikian, terjadi tren peningkatan positif dalam pemberian ASI eksklusif, baik secara nasional maupun regional. Wilayah Kalimantan yang sebelumnya tertinggal pun menunjukkan capaian yang menjanjikan, mendekati atau bahkan melampaui rata-rata nasional di beberapa provinsi. Hal ini menunjukkan bahwa upaya peningkatan cakupan ASI eksklusif telah menunjukkan keberhasilan yang signifikan dalam tujuh tahun terakhir.

Proses bayi mendapatkan ASI melalui isapan langsung dari payudara ibu atau melalui ASI perah disebut sebagai proses menyusui. Pada proses menyusui, setiap kali bayi mengisap payudara akan merangsang ujung saraf sensoris di sekitar payudara, sehingga merangsang kelenjar hipofisis anterior untuk menghasilkan prolaktin (Celine, 2023). Menyusui merupakan sebuah proses yang alami untuk memberikan asupan gizi imunitas dan memelihara emosional secara optimal bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi

(Anggraeni et al., 2023). Sebagai bagian dari sistem biopsikososial untuk mengoptimalkan kesehatan dan kelangsungan hidup ibu dan bayi (Pérez-Escamilla et al., 2023), proses menyusui merupakan salah satu intervensi kesehatan masyarakat yang berdampak positif pada kesehatan anak dan ibu (Merritt et al., 2023).

ASI Eksklusif dapat meningkatkan pertumbuhan tinggi badan anak dan membantu mencegah malnutrisi pada anak usia 0-24 bulan (Ekawati et al., 2024a). Selain itu, proses menyusui juga dapat membantu ikatan batin ibu dengan bayi. Bayi yang sering berada dalam dekapan ibu karena menyusui akan merasakan kasih sayang ibunya; juga akan merasa aman dan tentram, terutama karena masih mendengar detak jantung yang telah dikenalnya sejak dalam kandungan (Wijaya, 2019). Manfaat menyusui juga dirasakan oleh sang ibu, Almutairi et.al, (Almutairi et al., 2021) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa menyusui dan kontak kulit ke kulit setelah melahirkan membantu pemulihan pascapersalinan dengan mendorong pelepasan oksitosin pada ibu, yang dapat berkontribusi pada pengurangan perdarahan pascapersalinan dan membantu rahim kembali ke ukuran sebelum hamil lebih cepat.

Meskipun terdapat rekomendasi kuat untuk menyusui eksklusif, banyak ibu mengalami kesulitan dalam menjalankannya karena dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Armini et al., (2020), pemberian ASI eksklusif erat kaitannya dengan kepercayaan dan keyakinan ibu terhadap ASI. Kepercayaan diri yang tinggi dapat dilihat dari kepercayaan diri ibu terhadap produksi ASI. Kepercayaan diri menyusui adalah salah satu poin utama dalam mensukseskan proses menyusui yang eksklusif. Dengan kepercayaan diri yang baik maka ibu akan berusaha memberikan ASI yang terbaik kepada bayinya (Anuhgera & Sembiring, 2021). Konsep efikasi diri yang berkaitan dengan keyakinan seorang individu terhadap kemampuan mereka dalam melakukan tugas tertentu, juga terbukti berkontribusi pada keberhasilan ibu dalam menyusui (Angio, 2019; Pratiwi & Yustitia, 2024; Irianti et al., 2023).

Lebih lanjut Astuti & Sustiwi (2022) menyatakan bahwa efikasi diri dalam menyusui merupakan faktor signifikan yang mempengaruhi durasi dan eksklusivitas menyusui. Bahkan Ayuningtyas & Oktanasari (2023)

mengungkapkan bahwa faktor yang paling mempengaruhi pemberian ASI eksklusif adalah keyakinan diri (efikasi) ibu dalam menyusui. Efikasi diri dalam menyusui mengacu pada keyakinan ibu terhadap kemampuannya untuk menyusui anaknya dengan sukses. Efikasi diri yang meningkat tidak hanya bermanfaat bagi ibu tetapi juga untuk kesehatan dan perkembangan bayi yang optimal. Praktik untuk meningkatkan efikasi diri ibu dalam menyusui sangat penting (Öztürk et al., 2022). Efikasi diri merupakan konsep yang diperkenalkan oleh Albert Bandura, merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk berhasil melakukan suatu perilaku atau mencapai suatu tujuan. Dalam konteks menyusui, efikasi diri adalah keyakinan seorang ibu akan kemampuannya untuk berhasil menyusui bayinya.

Efikasi diri ibu menyusui berfokus pada kemampuan yang dirasakan ibu pada bayi yang baru dilahirkan dan termasuk variabel yang menonjol dalam durasi menyusui, yaitu penentuan keputusan apakah ibu akan melanjutkan menyusui atau berhenti menyusui (Chumaira et al., 2024) serta seberapa banyak tenaga yang akan dikeluarkan oleh ibu, mentalitas yang menguatkan diri atau merusak, dan respon emosional ketika mereka menghadapi kesulitan selama menyusui. Kecemasan dan stres dapat dikatakan sebagai sumber sekaligus tanda gejala efikasi diri yang rendah (Suryanti et al., 2022). Semakin tinggi tingkat stres seseorang dapat menurunkan efikasi diri (Suryanti et al., 2022). Oleh karena itu, mengingat pentingnya peran efikasi diri dalam keberhasilan menyusui, intervensi yang secara khusus dirancang untuk meningkatkan efikasi diri ibu menjadi langkah strategis dalam mendukung proses menyusui yang optimal dan berkelanjutan.

Kesuksesan tersebut sering kali diperkuat oleh dukungan yang diterimanya dari anggota keluarga. Selain efikasi diri, Fuziarti et al., (2020) menambahkan faktor penyebab kegagalan dalam pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh dukungan keluarga. Senada dengan hal tersebut, Armini et al. (2020) menyatakan bahwa faktor dari luar diri ibu atau faktor eksternal antara lain dukungan terhadap ibu menyusui berperan dalam keberhasilan menyusui. Penelitian lainnya menunjukkan bahwa tingkat dukungan keluarga yang lebih tinggi berkorelasi dengan peningkatan efikasi diri dalam menyusui, yang pada

akhirnya mengarah pada keberhasilan menyusui yang lebih baik bagi ibu dan bayi (Y. Astuti & Sustiwi, 2022; Bahriah & Kurniati, 2024; Yulianti et al., 2023). Bila perempuan diberi informasi, diberdayakan, dan didukung untuk menyusui, manfaatnya akan dirasakan oleh anak-anak mereka, diri mereka sendiri, dan masyarakat secara keseluruhan (UNICEF, 2018).

Hubungan tersebut menunjukkan pentingnya menciptakan lingkungan yang mendukung dan menumbuhkan kepercayaan diri ibu menyusui, sebagaimana dibuktikan oleh penelitian yang menunjukkan bahwa ibu dengan dukungan keluarga yang terlibat kuat dalam proses laktasi, dapat mensukseskan praktik pemberian ASI eksklusif. Selain itu, dukungan keluarga berperan penting dalam meringankan tantangan yang dihadapi selama proses menyusui, seperti ketidaknyamanan fisik atau stres emosional. Dengan memberikan bantuan praktis dan dorongan emosional, anggota keluarga dapat membantu ibu mengatasi hambatan ini, sehingga memperkuat efikasi diri dan komitmen mereka untuk memberikan ASI eksklusif (Y. Astuti & Sustiwi, 2022; Bahriah & Kurniati, 2024).

Selain itu, keterlibatan keluarga dapat memberikan ibu pengetahuan dan sumber daya penting, sehingga mereka dapat mengatasi tantangan umum dalam menyusui secara efektif. Sistem dukungan kolaboratif ini sangat penting untuk menumbuhkan pengalaman menyusui yang positif dan memastikan manfaat kesehatan yang terkait dengan pemberian ASI eksklusif terwujud sepenuhnya (Y. Astuti & Sustiwi, 2022; Bahriah & Kurniati, 2024). Dukungan keluarga, termasuk dukungan emosional dan praktis, diakui memainkan peran penting dan signifikan dalam keberhasilan menyusui eksklusif (Fatmawati & Winarsih, 2020; Safitri & Citra, 2019; Rahmayanti et al., 2018).

Dukungan keluarga merupakan salah satu faktor penting dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan fisik serta psikologis individu, terutama dalam situasi medis seperti perawatan anak atau anggota keluarga yang sakit. Dukungan keluarga dapat berbentuk berbagai jenis, antara lain dukungan afektif, yang ditunjukkan melalui kasih sayang, empati, dan perhatian emosional; dukungan instrumental, seperti pemberian bantuan langsung berupa tenaga, waktu, atau materi; dukungan informasi, berupa pemberian

saran, nasihat, atau informasi yang relevan; serta dukungan penghargaan (esteem support), yaitu bentuk dorongan yang menunjukkan penghargaan, kepercayaan, dan penguatan positif terhadap individu. Setiap jenis dukungan tersebut saling melengkapi dan berperan dalam membantu individu menghadapi tekanan atau proses pengobatan. Faktor-faktor yang memengaruhi kuat-lemahnya dukungan keluarga antara lain meliputi tingkat pendidikan anggota keluarga, pengetahuan tentang kondisi pasien, kedekatan hubungan emosional, status ekonomi, waktu luang, dan nilai-nilai budaya yang dianut dalam keluarga. Dukungan yang optimal dari keluarga terbukti dapat menurunkan kecemasan, meningkatkan kepatuhan terhadap terapi, dan mempercepat pemulihan pasien.

Perjalanan menyusui, meskipun alamiah, seringkali merupakan fase yang penuh tantangan bagi seorang ibu. Di tengah berbagai informasi dan tuntutan, salah satu faktor non-klinis yang berperan dalam keberhasilan menyusui adalah dukungan keluarga. Dukungan ini bukan sekadar bantuan praktis, melainkan fondasi penting yang secara signifikan memengaruhi keyakinan ibu dalam menyusui. Beberapa penelitian telah menunjukkan hubungan positif antara dukungan keluarga (terutama dari pasangan) dengan efikasi diri ibu menyusui, antara lain 1) terdapat hubungan positif signifikan antara dukungan sosial suami dengan efikasi dirimenyusui pada ibu primipara (Annisa & Hermaleni, 2023), 2) faktor-faktor yang memengaruhi secara signifikan dukungan ayah dalam mendukung pemberian ASI meliputi pengetahuan tentang menyusui, kelelahan, afek positif, keberhasilan membantu ibu untuk menyusui, hubungan suami istri, dan waktu bersama (Zeng et al., 2024), 3) dukungan keluarga dalam pemberian asi eksklusif berupa bentuk dukungan emosional, instrumental, penghargaan atau penilaian dan dukungan informasional berpengaruh terhadap (Ekawati et al., 2024b), 4) Dukungan keluarga berperan penting dalam keberhasilan ASI eksklusif, karena membantu bayi dan keluarga memahami pentingnya pemberian ASI (Bahriah & Kurniati, 2024), dan 5) terdapat hubungan dukungan keluarga terhadap efikasi diri ibu menyusui dalam memberikan ASI Eksklusif di Puskesmas Sumur Batu Kota Bandar Lampung Tahun 2019 (Wardiah et al., 2021).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistika (2022) tercatat persentase penduduk umur 0-23 bulan (baduta) yang pernah diberi ASI mengalami fluktuasi selama empat tahun terakhir. Secara umum, persentase penduduk umur 0-23 bulan (baduta) yang pernah diberi ASI ini menunjukkan penurunan, akan tetapi jika dilihat secara absolut maka persentase ini sudah cukup tinggi. Pada tahun 2022 tercatat sebanyak 93% penduduk umur 0-23 bukan yang mendapatkan ASI. Upaya untuk meningkatkan kesadaran dengan memberikan edukasi pentingnya ASI masih menjadi tantangan semua level dan membutuhkan kerja sama dari semua pihak. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dan efikasi diri ibu menyusui di Kota Tarakan.

Berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan terhadap 10 orang ibu menyusui di RSUD dr. Jusuf SK Tarakan ditemukan bahwa sebagian besar ibu masih menghadapi tantangan dalam proses menyusui, terutama dalam hal kepercayaan diri dan keberlanjutan pemberian ASI eksklusif. Dari 10 ibu yang diwawancarai, 6 orang menyatakan merasa ragu akan kemampuan mereka menyusui bayi secara cukup, terutama saat bayi menangis terus-menerus atau berat badan tidak cepat naik. Dari jumlah tersebut, hanya 3 orang ibu yang mengaku mendapatkan dukungan penuh dari keluarga, seperti bantuan suami dalam mengurus pekerjaan rumah tangga, dukungan emosional saat mengalami kelelahan, dan motivasi dari ibu atau mertua. Sementara itu, 4 orang ibu mengaku tidak mendapatkan dukungan yang memadai, baik secara emosional maupun praktis, sehingga mereka merasa cepat lelah dan kurang percaya diri. Temuan ini mengindikasikan adanya kemungkinan hubungan antara dukungan keluarga dan efikasi diri ibu dalam menyusui, sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dukungan keluarga terhadap keyakinan ibu dalam memberikan ASI secara optimal.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil identifikasi permasalahan pada latar belakang penelitian ini, maka rumusan masalahnya adalah “Apakah terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan efikasi diri ibu menyusui di kota Tarakan?”

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Untuk menganalisis hubungan antara dukungan keluarga dengan efikasi diri ibu menyusui di kota Tarakan.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi gambaran dukungan keluarga ibu menyusui selama pemberian ASI
- b. Mengidentifikasi gambaran efikasi diri ibu menyusui selama pemberian ASI
- c. Menganalisis hubungan antara dukungan keluarga dengan efikasi diri ibu menyusui selama pemberian ASI

D. Manfaat

Penelitian yang mengkaji hubungan antara dukungan keluarga dan efikasi diri ibu menyusui memiliki beragam manfaat penting, baik secara teoritis, praktis, maupun bagi pengembangan kebijakan kesehatan. Berikut beberapa manfaat yang diharapkan akan diperoleh berdasarkan hasil penelitian ini.

1. Manfaat Teoritis/Akademis

Penelitian ini akan memperkaya teori efikasi diri dengan memberikan bukti empiris spesifik dalam konteks menyusui, terutama bagaimana sumber-sumber efikasi diri dapat dimediasi atau diperkuat oleh dukungan keluarga. Selain itu, penelitian ini akan menambah khasanah ilmu pengetahuan di bidang keperawatan maternitas, psikologi kesehatan, gizi masyarakat, dan ilmu perilaku, dengan menyediakan data dan analisis yang kuat mengenai faktor-faktor psikososial dalam keberhasilan menyusui.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini akan menjadi dasar yang kuat untuk merancang dan mengembangkan program intervensi atau konseling menyusui yang lebih efektif dan terfokus. Jika terbukti dukungan keluarga adalah prediktor kuat efikasi diri, maka program yang melibatkan dan mengedukasi keluarga

akan menjadi prioritas. Tenaga kesehatan seperti bidan, perawat, dokter, dan konselor laktasi dapat menggunakan temuan penelitian untuk memberikan dukungan yang lebih tepat sasaran dengan lebih memahami pentingnya melibatkan keluarga dalam sesi edukasi dan konseling, serta bagaimana mengidentifikasi ibu yang kurang mendapatkan dukungan keluarga.

3. Manfaat Kebijakan dan Komunitas

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi masukan penting bagi pembuat kebijakan untuk merumuskan kebijakan yang lebih inklusif dan komprehensif terkait promosi menyusui. Misalnya, pengembangan program dukungan ayah/pasangan dalam menyusui, peningkatan fasilitas ramah keluarga di tempat kerja, atau kampanye kesadaran komunitas tentang peran keluarga.