



Ranita Meyda¹, Lumastari Ajeng Wijayanti²

Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang^{1,2}

Email : ajengg1612@gmail.com²

ABSTRAK

Keberhasilan pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif merupakan tujuan penting yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kondisi psikologis ibu. Faktor krusial dalam hal ini adalah tingkat keyakinan diri ibu dalam kemampuannya memberikan ASI secara eksklusif, yang secara ilmiah dikenal sebagai *Breastfeeding Self-Efficacy* (BSE). Tingkat BSE yang tinggi mencerminkan keyakinan ibu untuk mengatasi tantangan menyusui dan berhasil memberikan hanya ASI selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Untuk mengkaji hubungan antara keyakinan diri ini dengan praktik pemberian ASI, sebuah penelitian analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional* telah dilaksanakan. Penelitian ini melibatkan 30 responden ibu menyusui yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan instrumen *Breastfeeding Self Efficacy Scale Short Form* (BSES-SF) dan kuesioner pendukung. Hasil analisis statistik menggunakan uji *Spearman rank* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan secara statistik ($p=0,048$). Temuan ini mengkonfirmasi bahwa semakin tinggi tingkat *breastfeeding self efficacy* seorang ibu, semakin besar pula probabilitas keberhasilannya dalam memberikan ASI eksklusif. Dengan demikian, BSE terbukti memainkan peran fundamental dan menjadi prediktor penting bagi tindakan serta keberhasilan ibu dalam menyusui secara eksklusif.

Kata kunci: *Breastfeeding self efficacy, ASI eksklusif, Ibu menyusui.*

ABSTRACT

The success of exclusive breastfeeding is an important goal that is influenced by various factors, one of which is the psychological condition of the mother. A crucial factor in this case is the level of self-confidence of the mother in her ability to provide exclusive breastfeeding, which is scientifically known as *Breastfeeding Self-Efficacy* (BSE). A high level of BSE reflects the mother's confidence to overcome the challenges of breastfeeding and successfully provide only breast milk for the first six months of the baby's life. To examine the relationship between this self-confidence and breastfeeding practices, an observational analytical study with a cross-sectional approach was conducted. This study involved 30 breastfeeding mothers who were selected through a purposive sampling technique. Data collection used the *Breastfeeding Self Efficacy Scale Short Form* (BSES-SF) instrument and supporting questionnaires. The results of statistical analysis using the *Spearman rank* test showed a statistically significant relationship ($p = 0.048$). These findings confirm that the higher the level of breastfeeding self-efficacy of a mother, the greater the probability of her success in providing exclusive breastfeeding. Thus, BSE has been shown to play a fundamental role and is an important predictor of the actions and success of mothers in breastfeeding exclusively.

Keywords: *Breastfeeding Self-Efficacy, Exclusive Breastfeeding, Breastfeeding Mothers.*

PENDAHULUAN

ASI merupakan makanan yang bergizi sehingga tidak memerlukan tambahan komposisi. Di samping itu, ASI mudah dicerna oleh bayi dan langsung terserap. Diperkirakan 80% dari jumlah ibu yang melahirkan ternyata mampu menghasilkan air susu dalam jumlah yang cukup untuk keperluan bayinya secara penuh tanpa makanan tambahan selama enam bulan



pertama. Bahkan ibu yang gizinya kurang baik pun sering dapat menghasilkan ASI cukup tanpa makanan tambahan selama tiga bulan pertama (Susilaningih, 2013).

ASI eksklusif adalah pemberian ASI tanpa makanan dan minuman tambahan lain pada bayi berumur 0-6 bulan tanpa tambahan cairan lain seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih, dan tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, pepaya, bubur susu, biskuit, bubur nasi tim, dan sebagainya. Pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan dianjurkan oleh pedoman internasional yang didasarkan pada bukti ilmiah tentang banyaknya manfaat ASI bagi daya tahan hidup bayi, pertumbuhan dan perkembangannya (Setiyawati & Khilmiana, 2010).

Pemberian ASI eksklusif mempunyai peranan penting karena memiliki banyak manfaat untuk bayi antara lain ASI mengandung banyak zat gizi diantaranya lemak, karbohidrat, protein, garam dan mineral, serta vitamin. Bayi yang mendapat ASI lebih jarang terkena penyakit, karena adanya zat protektif dalam ASI. Zat protektif tersebut antara lain laktobasilus bifidus, laktoferin, lisozim, dan antibodi, dan bagi bayi yang mendapatkan ASI mempunyai kenaikan berat badan yang baik setelah lahir, pertumbuhan setelah periode perinatal baik, dan mengurangi kemungkinan obesitas, waktu menyusui kulit bayi akan menempel pada kulit ibu. Kontak kulit yang dini akan sangat pengaruh pada perkembangan bayi kelak (Setiyawati & Khilmiana, 2010).

Dampak dari pemberian ASI yang buruk dapat menyebabkan bayi beresiko mengalami kekurangan gizi. Kekurangan gizi pada masa bayi dapat menimbulkan gangguan tumbuh kembang secara fisik, mental, sosial dan intelektual yang sifatnya menetap dan terus dibawah sampai anak menjadi dewasa. Selain itu kekurangan gizi dapat menyebabkan terjadinya penurunan daya tahan tubuh terhadap infeksi. Badan World Health Organization (WHO) dan United Nation Childrens Fund (UNICEF) menyatakan terjadinya gagal tumbuh akibat kurang gizi pada bayi menyebabkan terjadinya penurunan IQ 11 point lebih rendah dibanding anak yang tidak kurang gizi. Masalah ini berpotensi menimbulkan rendahnya kualitas sumber daya manusia Indonesia pada masa yang akan datang (World Health Organization, 2014).

Pemberian ASI yang tidak eksklusif kerap dikaitkan dengan masalah kesehatan yang dapat terjadi pada anak. Salah satunya dampak dari pemberian ASI yang tidak eksklusif juga turut meningkatkan risiko anak mengalami stunting atau kondisi tinggi badan seorang anak jauh lebih pendek dibandingkan tinggi badan anak lain seusianya, dan pada kondisi itu bayi juga lebih mudah terkena infeksi atau diare. Selain menimbulkan efek samping yang buruk bagi bayi pemberian ASI eksklusif yang tidak maksimal juga menimbulkan efek samping yang buruk bagi sang ibu karena cenderung berisiko untuk mengalami kanker payudara dan rahim (Fadliyyah, 2019).

Kondisi pemberian ASI eksklusif saat ini belum maksimal, hal ini ditunjukkan dengan rendahnya pemahaman tentang pentingnya ASI yang didukung dengan semakin canggihnya teknologi serta gencarnya promosi susu formula yang mengidealkan kandungan zat gizi sebagai pengganti ASI, semakin kurang yakin terhadap kehebatan ASI serta kurangnya keyakinan ibu untuk menghasilkan produksi ASI yang cukup untuk bayinya sehingga akhirnya memilih susu formula untuk memenuhi kebutuhan gizi bayinya. Bagi ibu yang aktif bekerja, upaya pemberian ASI eksklusif sering kali mengalami hambatan lantaran singkatnya masa cuti bersalin dan ketidakmampuan ibu untuk memompa ASI selama bekerja (Prasetyono, 2012)

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Tahun 2021, 52,5% atau hanya setengah dari 2,3 juta bayi berusia kurang dari enam bulan yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia menurun 13,6% dari angka di tahun 2020. Data yang dikumpulkan sejak Januari - Juni 2021 itu mendorong kementerian untuk terus melakukan sosialisasi pemberian ASI eksklusif. Hingga saat ini, Kemenkes terus meningkatkan sosialisasi kepada masyarakat, khususnya ibu menyusui di Tanah Air, sebab ASI sangat penting untuk mendukung tumbuh kembang anak sekaligus mengatasi stunting. Sebelumnya, Tenaga Ahli Utama Kantor Staf



Presiden dr. Brian Sri Prahastuti mengatakan dalam tiga tahun terakhir, bayi yang mendapatkan ASI eksklusif mengalami penurunan. Jumlah bayi yang mendapat ASI Eksklusif pada 2018, kata Brian, sekitar 68,7%. Pada 2019 jumlah tersebut menurun menjadi 65,8%. "Tahun 2021, terdapat 52,5% dari 2,3 juta bayi berusia enam bulan yang mendapat ASI eksklusif kembali terjadi penurunan.

Menurut data dari Dinas Kesehatan Jatim berdasarkan data dari Kabupaten/Kota diketahui bahwa cakupan bayi yang mendapat ASI Eksklusif bayi < 6 bulan di Jawa Timur tahun 2021 sebesar 71,7 % . Cakupan tersebut mengalami penurunan dibandingkan dengan tahun 2020 (79,0%). Penurunan tersebut dikarenakan adanya pandemi covid-19 yang menyebabkan jumlah sasaran yang diperiksa menurun dan sosialisasi kurang maksimal. Sedangkan data cakupan ASI eksklusif pada tahun 2021 di Kota Blitar yang terdiri dari 3 puskesmas mencapai 75,7%.

Cakupan ASI eksklusif yang rendah dimasyarakat dapat dipengaruhi oleh beberapa hal seperti yang terdapat dalam Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2019 antara lain disebabkan oleh faktor : psikologis ibu, pemberi pelayanan persalinan, ibu bekerja, budaya, hingga promosi susu formula (Fadliyyah, 2019)

Keyakinan diri atau yang kita ketahui sebagai *self efficacy* adalah keyakinan seseorang bahwa dirinya mampu melaksanakan suatu tindakan tertentu. Kemudian menelaah lebih jauh tentang hubungan antara *self efficacy* dan menyusui, sehingga muncul istilah *self efficacy* dalam menyusui (Heslin & Klehe, 2006). Rasa percaya diri yang dimiliki oleh ibu dalam hal menyusui yang dapat menjadi prediksi apakah ibu akan memutuskan untuk menyusui, sebesar apa upaya yang akan dilakukan untuk menyusui, apakah mempunyai pola pikir membangun atau merusak dan bagaimana cara merespon berbagai masalah dan kesulitan selama menyusui. *Self efficacy* menyusui menjadi salah satu faktor penting yang mempengaruhi pemberian (Mulyati S & Waluyanti FT, 2013).

Breastfeeding self efficacy berpengaruh pada respons individu berupa pola pikir, reaksi emosional, usaha, dan kegigihan serta keputusan yang akan diambil. Rendahnya *self efficacy* pada ibu dalam menyusui mempengaruhi upaya ibu untuk memberikan ASI pada bayinya. Kepercayaan diri (*self efficacy*) ibu yang merasa tidak mempunyai kecukupan produksi ASI untuk memenuhi kebutuhan bayi menjadi faktor utama ibu tidak memberikan ASI eksklusif atau menghentikan pemberian ASI sebelum waktunya, sehingga menjadi salah satu penentu keberhasilan dari pemberian ASI eksklusif. Ibu dengan *self efficacy* yang rendah cenderung memiliki pemikiran negatif tentang menyusui (Duroiro, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Handayani et al (2010) membuktikan bahwa ada hubungan yang erat antara dukungan sosial, pengetahuan, sikap dan *self efficacy* dengan perilaku menyusui. Penelitian lain mendapatkan hasil bahwa ibu yang mempunyai *breastfeeding self efficacy* yang tinggi cenderung untuk tetap menyusui selama 4 bulan (Blyth et al., 2012). Ibu dengan *breastfeeding self efficacy* yang rendah terbukti cenderung menggunakan teknik alternatif untuk menyusui bayinya ketika menghadapi masalah selama menyusui (Keemer, 2011). Berbagai hasil penelitian tersebut membuka wacana baru bahwa *breastfeeding self efficacy* diduga berhubungan erat dengan keberhasilan praktik menyusui. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *breastfeeding self efficacy* dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Rahayu, 2018).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini mengadopsi desain penelitian deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan karakteristik dari populasi atau fenomena yang diteliti. Pendekatan yang digunakan adalah *cross sectional design*, di mana pengumpulan data variabel dilakukan pada satu titik waktu tertentu untuk melihat gambaran kondisi saat itu. Populasi target dalam studi

ini adalah seluruh ibu menyusui yang memiliki bayi dalam rentang usia 6 hingga 12 bulan dan berdomisili di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kepanjen Kidul, Kota Blitar. Untuk memilih partisipan dari populasi tersebut, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu metode pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian.

Proses pengumpulan data primer dilaksanakan dalam kurun waktu satu bulan, mulai dari tanggal 20 Maret hingga 20 April 2023. Instrumen utama yang digunakan untuk mengumpulkan informasi dari responden adalah lembar kuesioner yang telah dirancang secara spesifik sesuai variabel penelitian. Setelah data terkumpul melalui kuesioner tersebut, langkah selanjutnya adalah analisis data. Data yang diperoleh kemudian diolah dan dianalisis secara statistik menggunakan uji korelasi *Spearman rank* untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antar variabel yang diteliti dalam penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik Responden Penelitian

Tabel 1 Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Usia		
17-25 tahun	8	26.7
26-35 tahun	19	63.3
36-45 tahun	3	10.0
Pendidikan		
SMP	4	13.3
SMA	19	63.3
Diploma 3	5	16.7
S1	2	6.7
Pekerjaan		
IRT	21	70.0
Karyawan Swasta	6	20.0
Wiraswasta	3	10.0
Total	30	100.0

Berdasarkan Tabel 1 mengenai karakteristik responden, terlihat bahwa dari total 30 responden, mayoritas (19 orang atau 63.3%) berada dalam kelompok usia 26-35 tahun. Dari segi pendidikan, sebagian besar responden (19 orang atau 63.3%) memiliki latar belakang pendidikan terakhir SMA. Sementara itu, ditinjau dari status pekerjaan, mayoritas responden adalah Ibu Rumah Tangga (IRT), yaitu sebanyak 21 orang atau mencapai 70.0% dari total responden yang terlibat dalam penelitian ini.

Tabel 1 Tingkat breastfeeding self-efficacy

Tingkat <i>Breastfeeding Self Efficacy</i>	Frekuensi	Presentase (%)
Tinggi	28	93.3
Sedang	2	6.7
Rendah	-	-
Total	30	100

Tabel 2 menunjukkan distribusi tingkat *breastfeeding self-efficacy* atau keyakinan diri dalam menyusui di antara 30 responden. Hasilnya secara jelas memperlihatkan bahwa mayoritas absolut responden, yakni sebanyak 28 orang atau 93.3%, memiliki tingkat *breastfeeding self-efficacy* yang tinggi. Hanya sebagian sangat kecil responden, yaitu 2 orang



atau 6.7%, yang menunjukkan tingkat keyakinan diri sedang, dan tidak ada satupun responden (0%) yang teridentifikasi memiliki tingkat *breastfeeding self-efficacy* rendah, mengindikasikan bahwa secara umum responden dalam penelitian ini memiliki keyakinan diri yang kuat terkait kemampuan mereka untuk menyusui.

Tabel 2 Pemberian ASI

Kriteria Pemberian ASI Eksklusif	Frekuensi	Presentase (%)
ASI Eksklusif	26	86,7
Tidak ASI Eksklusif	4	13.3
Total	30	100

Tabel 3 menyajikan data mengenai praktik pemberian ASI di antara 30 responden. Terlihat jelas bahwa mayoritas responden, yaitu sebanyak 26 orang atau 86.7%, berhasil memberikan ASI secara eksklusif kepada bayi mereka. Sebaliknya, hanya sebagian kecil responden, sejumlah 4 orang atau 13.3%, yang tidak mempraktikkan pemberian ASI eksklusif. Data ini menunjukkan bahwa praktik pemberian ASI eksklusif merupakan perilaku yang dominan di kalangan responden dalam penelitian ini.

Tabel 4 Analisa hubungan *breastfeeding self efficacy* ibu menyusui dengan pemberian ASI
Correlations

		Breastfeeding Self Efficacy	ASI Eksklusif
Spearman's rho	Breastfeeding Self Efficacy	Correlation Coefficient	1.000
		Sig. (2-tailed)	.364*
		N	30
	ASI Eksklusif	Correlation Coefficient	.364*
		Sig. (2-tailed)	1.000
		N	30

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Tabel 4 menyajikan hasil analisis korelasi menggunakan Spearman's rho untuk mengetahui hubungan antara *breastfeeding self-efficacy* (keyakinan diri menyusui) dengan praktik pemberian ASI eksklusif pada 30 responden. Hasil analisis menunjukkan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0.364, yang menandakan adanya hubungan positif antara kedua variabel tersebut. Nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) yang didapatkan adalah 0.048, yang mana nilai ini lebih kecil dari batas signifikansi standar 0.05 ($p < 0.05$). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan secara statistik antara tingkat *breastfeeding self-efficacy* ibu menyusui dengan praktik pemberian ASI eksklusif dalam kelompok penelitian ini.

Pembahasan

Breastfeeding self efficacy ibu menyusui

Berdasarkan hasil penelitian pada 30 responden, diketahui sebanyak 93,3% (28 responden) mayoritas dengan tingkat *breastfeeding self efficacy* tinggi dan 6,7% (2 responden) dengan tingkat *breastfeeding self efficacy* sedang.

Breastfeeding Self Efficacy (BSE) merupakan keyakinan seorang ibu terkait kemampuannya untuk menyusui bayinya dan memperkirakan apakah ibu memilih untuk menyusui atau tidak, berapa banyak usaha yang dikeluarkan, kemampuan untuk meningkatkan atau tidak, dan bagaimana menanggapi kesulitan menyusui secara emosional (Rahayu, 2018).



Self efficacy pada ibu menyusui sangat penting, hal tersebut dibuktikan dalam penelitian (Zakiah et al., 2012) menyebutkan bahwa ibu dengan *self efficacy* tinggi lebih lama memberikan ASI dibandingkan dengan *self efficacy* rendah dan terdapat korelasi positif antara *self efficacy* pada hari pertama post partum dengan lama.

Breastfeeding self efficacy terbukti menjadi komponen penting bagi ibu menyusui karena dalam pemberian ASI secara eksklusif akan membantu ibu untuk menentukan tindakan-tindakan tertentu yang dapat digunakan atau tidak dan seberapa banyak upaya akan dikerahkan guna mencapai tujuan, membangun motivasi diri, dan apakah tindakan tersebut akan dapat dilanjutkan apabila ada kesulitan atau hambatan, serta bereaksi positif dalam menghadapi kesulitan tersebut.

Menurut (Blyth et al., 2012) bahwa ibu yang mempunyai *breastfeeding self efficacy* yang tinggi cenderung untuk tetap menyusui selama 4 bulan dan semakin tinggi *breastfeeding self efficacy* maka semakin keras usaha ibu agar dapat berhasil menyusui, begitu pun sebaliknya ibu dengan *breastfeeding self efficacy* yang rendah terbukti cenderung menggunakan teknik alternatif untuk menyusui bayinya ketika menghadapi masalah selama menyusui.

Peneliti mendapatkan responden memiliki *breastfeeding self efficacy* tingkat tinggi berhasil dalam pemberian ASI Eksklusif, karena ibu yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi akan menumbuhkan semangat dan kegigihan dalam menyusui bayinya yang dibuktikan dalam seringnya frekuensi untuk menyusui bayinya dan semakin lengkap informasi yang didapatkan ibu maka akan semakin tinggi efikasi diri yang ibu miliki. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori *self efficacy* yaitu seseorang dengan *self efficacy* tinggi percaya bahwa mereka mampu melakukan sesuatu untuk mengubah kejadian-kejadian disekitarnya.

Selain *breastfeeding self efficacy* yang tinggi peneliti juga menemukan beberapa ibu menyusui dengan *breastfeeding self efficacy* tingkat sedang namun berhasil dalam ASI eksklusif. Menurut peneliti bahwa hal ini bisa terjadi karena ada faktor lain yang mempengaruhi keberhasilan ASI eksklusif. Kepercayaan diri ibu dalam menyusui berkaitan dengan keyakinan spesifik ibu akan kemampuannya dalam menyusui bayinya, yakni ibu dapat mengontrol tuntutan lingkungan atau situasi serta kondisi baik fisik dan psikologis ibu pada masa postpartum dan menyusui yang pada akhirnya berujung pada terbentuknya pemberian ASI secara eksklusif.

Pemberian ASI eksklusif

Hasil penelitian pada 30 responden, 86,7% (26 responden) memberikan ASI Eksklusif pada bayi berusia 0-6 bulan sedangkan 13,3% (4 responden) tidak memberikan ASI Eksklusif., hal ini belum mencapai target yang sudah ditetapkan oleh Peraturan Pemerintah nomor 33 tahun 2012 pasal 6 target capaian ASI Eksklusif di Indonesia adalah 100%.

Banyak faktor yang mempengaruhi ibu dalam memberikan ASI eksklusif, seperti usia ibu, pekerjaan ibu, dan pendidikan terakhir ibu. Hal ini diteliti oleh (Saraha, 2020) yang hasil dari penelitian itu menunjukkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui di kelurahan Pedalangan kecamatan Banyumanik kota Semarang antara lain usia ibu, status pekerjaan ibu, pendidikan terakhir, urutan kelahiran bayi dan dukungan petugas kesehatan.

Dari hasil penelitian ini bahwa ibu yang berusia 25-30 tahun memiliki peluang keberhasilan ASI eksklusif yang lebih besar jika dibandingkan dengan ibu yang berusia >30 tahun karena pada usia tersebut termasuk dalam usia yang ideal untuk bereproduksi dan pada usia tersebut ibu memiliki kemampuan laktasi yang baik daripada ibu yang berusia >30 tahun. Ibu yang berusia lebih tua dan memiliki pengetahuan yang baik memiliki tingkat keberhasilan pemberian ASI eksklusif yang lebih besar. Usia ibu dapat memengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif jika diimbangi dengan *support system* yang baik.



Peneliti juga mendapatkan hubungan antara pekerjaan ibu dengan pemberian ASI eksklusif pada ibu yang tidak bekerja memiliki peluang lebih besar jika dibandingkan ibu yang bekerja. Pendidikan terakhir berhubungan dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Ibu yang berpendidikan tinggi (perguruan tinggi) memiliki peluang keberhasilan ASI eksklusif lebih besar jika dengan ibu yang berpendidikan rendah (SD dan SLTP sederajat) karena ibu yang berpendidikan tinggi memiliki kesempatan untuk mengakses pengetahuan lebih luas sehingga ibu lebih yakin terhadap yang ia pahami.

Hubungan *breastfeeding self efficacy* ibu menyusui dengan pemberian ASI eksklusif

Dari hasil uji statistik *Spearman rank correlation* didapatkan nilai signifikansi 0,036 diinterpretasikan adanya hubungan yang signifikan antara *Breastfeeding Self Efficacy* dengan pemberian ASI Eksklusif. Hal ini menunjukkan bahwa ibu menyusui yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi akan berhasil dalam memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Awano & Shimada, 2010) mengungkapkan bahwa program *breastfeeding self-care* yang dikembangkan untuk meningkatkan *breastfeeding self efficacy* ibu dalam menyusui secara signifikan meningkatkan *self efficacy* ibu pada kelompok yang mendapat intervensi dan berdampak positif terhadap keberlanjutan menyusui pada 1 bulan (Rahayu, 2018)

Penelitian pendukung yang menguatkan bahwa *breastfeeding self efficacy* berhubungan dengan menyusui eksklusif adalah penelitian Glassman et al dalam (Isyti'aroh & Rofiqoh S. 2017) Ibu menyusui yang mempunyai kepercayaan diri tinggi semakin tinggi peluangnya untuk menyusui eksklusif. Kepercayaan diri yang baik akan menjadikan seseorang mau dan mampu belajar melakukan sesuatu dengan cara yang benar. Semakin baik *breastfeeding self efficacy* maka semakin tercapai keberhasilan ASI eksklusif pada bayi. Ibu yang percaya akan kemampuan dalam memberikan ASI penuh selama 6 bulan, akan mempengaruhi perilaku pelaksanaan pemberian asi tersebut

Kepercayaan diri ibu akan keberhasilan dalam memberikan ASI secara eksklusif akan membantu ibu untuk menentukan tindakan- tindakan tertentu yang dapat digunakan atau tidak dan seberapa banyak upaya akan dikerahkan guna mencapai tujuan, membangun motivasi diri, dan apakah tindakan tersebut akan dapat dilanjutkan apabila ada hambatan atau kesulitan, serta bereaksi positif dalam menghadapi kesulitan tersebut (Albery, 2011).

KESIMPULAN

Hubungan yang signifikan antara *breastfeeding self efficacy* dengan pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui. Hal ini menunjukkan bahwa ibu menyusui yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi akan berhasil dalam memberikan ASI secara eksklusif. Diharapkan ibu tetap mengikuti posyandu secara terjadwal dan rutin, selain itu masyarakat juga diharapkan dapat mengoptimalkan pemberian ASI Eksklusif, karena ASI Eksklusif memiliki segudang manfaat bagi bayi dan sang ibu. Tenaga kesehatan diharapkan mengoptimalkan support system serta informasi tentang manfaat pemberian ASI Eksklusif kepada ibu menyusui yang memiliki *Breastfeeding Self Efficacy* rendah sehingga dapat memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adicondro, N., & Purnamasari, A. (2011). Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga Dan Self Regulated Learning Pada Siswa Kelas Viii. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 8(1), 17. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v8i1.448>
- Aini, A. N. (2017). Gambaran Dukungan Suami Dalam Pemberian Asi Di Kelurahan Jatingaleh Kota Semarang. *Universitas Muhammadiyah Semarang*, 8–24.
- Albery, I. P., & Munafo, M. (2011). Psikologi Kesehatan Panduan lengkap dan komprehensif

- bagi studi psikologi kesehatan. *Mitra Setia*.
- Astuti, R., & Gunawan, W. (2016). Sources of Career Self-Efficacy on Adolescents. *Jurnal Psikogenesis*, 4(2), 141–151.
- Awano, M., & Shimada, K. (2010). Development and evaluation of a self care program on breastfeeding in Japan: A quasi-experimental study. *International Breastfeeding Journal*, 5, 1–10. <https://doi.org/10.1186/1746-4358-5-9>
- Dennis, C.L (2010). The breastfeeding selfefficacy scale : psychometric assessment of the short form. *JOGNN*. 2010:6:734-744
- Duroiro, S. (2021). *Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Suami Dengan Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Menyusui (Studi Wilayah Kerja Puskesmas Torjun* <http://repository.stikesnhm.ac.id/id/eprint/1022/%0Ahttp://repository.stikesnhm.ac.id/id/eprint/1022/1/17142010086-2021-MANUSCRIPT.pdf>
- Fadliyyah, U. R. (2019). Determinan Faktor Yang Berpengaruh Pada Pemberian Asi Eksklusif Di Indonesia. *Ikesma*, 15(1), 51. <https://doi.org/10.19184/ikesma.v15i1.14415>
- Haryono, R., & Setianingsih, S. (2014). Manfaat ASI eksklusif untuk buah hati anda. *Yogyakarta: Gosen Publishing*, 1-30.
- Heslin, P., & Klehe, U. (2006). How Self-Efficacy Affects Performance And Well-Being Self-Efficacy Nature of Self-Efficacy. *Organisational Psychology*, 2, 705–708.
- Isyti'aroh, I., & Rofiqoh, S. (2017). Breastfeeding self-efficacy dan hubungannya dengan perilaku ibu menyusui. *Jurnal Kesehatan Pena Medika*, 7(2), 106-117.
- Maryunani, A. 2012. *Inisiasi Menyusui Dini, ASI Eksklusif Dan Manajemen Laktasi*. Jakarta: CV Trans Info Media
- Mawaddah, H. (2021). Analisis Efikasi Diri pada Mahasiswa Psikologi Unimal. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 2(2), 19. <https://doi.org/10.29103/jpt.v2i2.3633>
- Mulyati, S., & Waluyanti, F. T. (2013). Gambaran Self-efficacy Menyusui Pada Ibu Postpartum Dalam Memberikan ASI eksklusif pada bayi Di RS Medistra Jakarta. *Retrieved from lib. ui. ac. id*.
- Nasir, Abdul. *Et al.* 2011. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nusa Medeka
- Nursalam. 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medik
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Prasetyono, E. (2012). Bertemu dengan realitas: belajar dari fenomenologi Husserl. *Arete: Jurnal Filsafat*, 1(1).
- Rahayu, D. (2018). Hubungan breastfeeding self efficacy dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(1), 247.
- Salindri, AE, 2018. (2018). Bab II Tinjauan ASI Eksklusif. *Universitas Pasundan*, 11–29. [http://repository.unpas.ac.id/37105/1/BAB II.pdf](http://repository.unpas.ac.id/37105/1/BAB%20II.pdf)
- Saraha, R. H. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Keberhasilan ASI Eksklusif. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Kemenkes Ri Pangkalpinang*, 8(1), 27. <https://doi.org/10.32922/jkp.v8i1.128>
- Setiyawati, W., & Khilmiana, R. (2010). Hubungan Pengetahuan Tentang Asi Eksklusif Pada Ibu Bekerja Dengan Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Kebidanan*, 2(1), 1–8.
- Susilaningsih, T. (2013). Gambaran Pemberian Asi Eksklusif Bayi 0-6 Bulan Di Wilayah Puskesmas Samigaluh Ii Tahun 2013. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 4(2 Ags), 81–89.
- Utama, Z. P., et al. (2018). Analisis Kemampuan Bernalar Siswa SMA Kota Jambi. *Jurnal Penelitian Pembelajaran Fisika*, 9(1), 1–5. <https://doi.org/10.26877/JP2F.V9I1.2223>
- Wowor, M., Laoh, J., & Pangemanan, D. (2013). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan



Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Bahu Kota Manado.

Jurnal Keperawatan UNSRAT, 1(1), 108694.

Yapono, F. (2013). Konsep-Diri, Kecerdasan Emosi Dan Efikasi-Diri. *Persona:Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(3), 208–216. <https://doi.org/10.30996/persona.v2i3.136>

Zakiah, Rasyad, A. S., & Sujatno, H. R. M. (2012). Efikasi Diri Dan Lama Pemberian Air Susu Ibu Saja Selama 2 Bulan Postpartum. *Gaster*, 9(2), 7–16.